

ABSTRAK

PENGARUH MODEL LATIHAN MENYUNDUL BOLA BERPASANGAN DIBANDINGKAN DENGAN MENYUNDUL BOLA MELINGKAR TERHADAP KETERAMPILAN MENYUNDUL BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 SEPUTIH BANYAK

Oleh

KEVIN ABIYASA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model latihan menyundul bola berpasangan dibandingkan dengan menyundul bola melingkar terhadap keterampilan menyundul bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Seputih Banyak. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Sampel yang digunakan yaitu siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Seputih Banyak yang berjumlah 30 orang. Instrumen yang digunakan yaitu tes keterampilan menyundul bola. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Ada pengaruh yang signifikan dari model latihan menyundul bola dengan berpasangan terhadap keterampilan menyundul bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Seputih Banyak dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, $0,808 > 0,482$. 2) Ada pengaruh yang signifikan dari model latihan menyundul bola dengan melingkar terhadap keterampilan menyundul bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Seputih Banyak dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, $0,842 > 0,482$. 3), Model latihan menyundul bola dengan berpasangan dan melingkar sama-sama bisa digunakan dalam ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Seputih Banyak.

Kata kunci: menyundul berpasangan, menyundul melingkar, ekstrakurikuler

ABSTRACT

THE EFFECT OF THE TRAINING MODEL OF HEADING A PAIRED BALL COMPARED TO HEADING A CIRCULAR BALL ON THE SKILLS OF HEADING THE BALL ON FOOTBALL EXTRACURRICULAR STUDENTS AT SMA NEGERI 1 SEPUTIH BANYAK

By

KEVIN ABIYASA

This study aims to determine the effect of the training model for heading a ball in pairs compared to heading a circular ball on the ball heading skills of extracurricular football students at SMA Negeri 1 Seputih Banyak.

The research method used in this research is experimentation. The sample used was 30 extracurricular football students at Seputih Banyak High School. The instrument used is a test of ball heading skills.

The results of the research show that: 1) There is a significant influence of the ball heading training model in pairs on the ball heading skills of extracurricular football students at SMA Negeri 1 Seputih Banyak with a value of r calculated $> r$ table, $0.808 > 0.482$. 2) There is a significant effect of the circular ball heading training model on the ball heading skills of extracurricular soccer students at Seputih Banyak High School with a calculated t value $> t$ table, $0.842 > 0.482$. 3), The training model for heading the ball in pairs and in a circle can both be used in extracurricular football at Seputih Banyak High School.

Keywords: *heading in pairs, heading in a circle, extracurricular*