

ABSTRAK

Revadhea Palupi P. NIM. 1006660. Skripsi : Pengaruh Metode Praktik Padat dan Metode Praktik Distribusi Terhadap Hasil Pembelajaran Keterampilan Sepakbola (Studi Eksperimen di SMA N 9 Bandung). Skripsi ini dibimbing oleh Pembimbing I Drs. Sucipto, M.Kes . Pembimbing II Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan pengaruh metode praktik padat terhadap hasil pembelajaran keterampilan sepakbola dan metode praktik distribusi terhadap hasil pembelajaran keterampilan sepakbola di SMA N 9 Bandung. Metode yang digunakan adalah eksperimen, dan dengan menggunakan desain penelitian *two group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SMA N 9 Bandung, sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang siswa yang diambil melalui teknik sampling jenuh. Dalam penelitiannya kelompok A diberikan *treatment* dengan menggunakan metode praktik padat dan kelompok B diberikan *treatment* menggunakan metode praktik distribusi. Berdasarkan hasil penelitian, t -hitung metode praktik padat $3,52 > t$ -tabel $1,860$ maka h_1 diterima artinya terdapat pengaruh dari metode praktik padat terhadap pembelajaran keterampilan sepakbola dan t -hitung metode praktik distribusi $4,88 > 1,860$ maka h_2 diterima artinya terdapat pengaruh dari metode praktik padat terhadap hasil pembelajaran keterampilan sepakbola. Kesimpulannya, metode praktik distribusi memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dibandingkan dengan metode praktik padat. Disarankan kepada siswa dan guru pendidikan jasmani agar menggunakan metode praktik distribusi jika dibandingkan dengan metode praktik padat.

Kata Kunci : Metode Praktik Padat, Metode Praktik Ditribusi, Hasil Pembelajaran Keterampilan Sepakbola

ABSTRACT

Revadhea Palupi P. NIM. 1006660. Paper: The Influence of Massed and Distributed Practice to Football Skill Learning Product at SMA N 9 Bandung (Experiment Study at SMA N 9 Bandung). This paper led by Supervisor I Drs. Sucipto, M.Kes . Supervisor II Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd

The aim of this research is to know any significant difference of the influence of massed and distributed practice to football game learning product at SMA N 9 Bandung. The method employed in this research is experiment and using two group pretest posttest design. Population in this research are all the students of SMA N 9 Bandung who join the football extracurricular, meanwhile sample of this research are 20 students who are taken from the choosing samples with certain consideration (*Purposive Sampling*). At the research group A has given by massed practice and group B has given by distributed practice. The result of research is there are different result of football learning product. The distributed practice has more give a better influence than massed practice. So, for the teacher, there is better to use a distributed practice than massed practice.

Key words: Massed Practice, Distributed Practice and Football Skill Learning Product