

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pengembangan keterampilan gerak dasar terhadap peningkatan kelincahan bagi pemain sepakbola usia 14 tahun di SMP Negeri 7 Kuningan, Kabupaten Kuningan. Hal ini dianggap penting mengingat kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola. Untuk dapat meningkatkan kelincahan, maka perlu ditingkatkan dan dikembangkan unsur-unsur kemampuan fisik yang membangunnya, meliputi unsur kemampuan fisik kelentukan, koordinasi gerak, kecepatan, dan kekuatan. Peningkatan dan pengembangan unsur-unsur tersebut melalui pengembangan keterampilan gerak dasar, mencakup keterampilan gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

Metode penelitian yang digunakan ialah metode eksperimen melalui *pre-test* dan *post-test* desain. Sampel dalam penelitian ini ialah pemain sepakbola di SMP Negeri 7 Kuningan yang aktif dalam pelaksanaan latihan sepakbola melalui kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah sejumlah 16 orang dengan kelompok control sebanyak 16 orang. Pengumpulan data menggunakan instrumen tes lari kelincahan bolak-balik (*shuttle run test*). Selanjutnya hasil ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis statistik menggunakan bantuan aplikasi program excel dalam Microsoft Office 2010.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan gerak dasar tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan dan tidak memiliki perbedaan yang signifikan dengan kelompok kontrol untuk meningkatkan kelincahan pemain sepakbola usia 14 tahun.

ABSTRACT

This study aims to investigate the influence of basic motor skills development to increase agility for soccer players aged 14 years in SMPN 7 Kuningan, Kuningan regency. It is considered important given the agility is one of the physical components that must be owned by a soccer player. To improve agility, it needs to be improved and developed elements that build physical abilities, including elements of flexibility physical ability, motor coordination, speed, and strength. Improvement and development of these elements through the development of basic motor skills, movement skills include locomotor, non locomotor, and manipulative.

The method used is an experimental method with pre-test and post-test design. The sample in this study was a football player in SMP Negeri 7 Brass active in the implementation of football training football through extracurricular activities in school number 16 with a control group of 16 people. Collecting data using test instruments agility run back and forth (shuttle run test). Furthermore, these results are processed and analyzed using statistical analysis using Excel application assistance program in Microsoft Office 2010.

The results showed that the development of basic motor skills do not have a significant influence on the increase in agility and has no significant difference with the control group to increase agility soccer player 14 years of age.