



LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KELINCAHAN

OLEH

**RUSLAN,S.PD.M.PD
NIP. 19780817 200501 1 003**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN DAN KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

2012

LEMBAR PENGESAHAN

1. a. Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Small Sided Terhadap Kelincahan
- b. Bidang Penelitian : Olahraga
2. Peneliti :
 - a. Nama Lengkap : Ruslan,S.Pd.M.Pd
 - b. NIP : 19780817 200501 1 003
 - c. Jenis Kelamin : Laki-Laki
 - d. Displin Ilmu : Keolahragaan
 - e. Pangkat/Golongan : Penata/IIIc
 - f. Jabatan : Lektor Kepala
 - g. Fakultas/Jurusan : FIKK/Pendidikan Keolahragaan
 - h. Telp/Email : 085240280679/chong_voli@yahoo.co.id.
 - i. Sumber Biaya : Biaya PNBPN FIKK UNG
3. Lokasi Penelitian : SMP Neg.3 Gorontalo
4. Lamanya Penelitian : 2 Bulan



Gorontalo, September 2012
Peneliti

Ruslan, S.Pd.M.Pd
NIP. 19780817 200501 1 003

Mengetahui,
Ketua Lembaga Penelitian UNG

Dr.H.Moh.Karmin Baruadi, M.Hum
NIP. 19581026 198603 1 004

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan sepakbola adalah permainan tim yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kemasukan bola, dan kelompok yang paling banyak memasukkan bola keluar sebagai pemenang (Clive Gifford, 2002 : 11) Sepakbola dimainkan dalam dua babak, yang tiap babak mempunyai waktu 45 menit, sehingga keseluruhan waktu permainan adalah 90 menit ditambah istirahat 15 menit disela-sela babak pertama dan kedua. Tujuan sepakbola dalam pendidikan jasmani adalah sebagai salah satu mediator untuk mendidik agar anak kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur dan sportif. Selain itu melalui permainan sepakbola diharapkan dalam diri anak akan tumbuh dan berkembang semangat persaingan, kerjasama, interaksi social, dan pendidikan moral.

Untuk dapat mencapai prestasi puncak, bukan pekerjaan mudah bagi seorang pelatih. Ada beberapa factor yang mempengaruhi pencapaian prestasi seorang atlet.

Menurut Soeharto HP (1990 : 02). Pada umumnya faktor-faktor yang menentukan pencapaian prestasi maksimal adalah factor indogen dan eksogen. Factor indogen terdiri dari kesehatan fisik dan mental, penguasaan teknik yang sempurna, kondisi fisik dan kemampuan fisik, penguasaan masalah teknik, aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik memiliki kematangan juara yang mantap.