**ABSTRAK**

Alex Aditya Dharma Putra. 2012.*Pengaruh Balance, Speed, dan Agility terhadap Kemampuan Dribble Speed pada Pemain SSB Tunas Inti Salatiga Usia 18 tahun*

. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan OLahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Pembimbing : Drs. Kriswantoro, M.Pd, Drs Rubiyanto Hadi, M. Pd.

Kata Kunci : *balance*, *speed*, *agility,* *dribble speed*

Permasalahan penelitian yang akan dicari pemecahannya adalah apakah ada hubungan antara keseimbangan (*balance*), kecepatan (*speed*), dan kelincahan (*agility*) terhadap kemampuan *dribble speed* pada pemain SSB Tunas Inti Salatiga usia 18 tahun. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara keseimbangan (*balance*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*) dengan kemampuan *dribble speed* pada pemain SSB Tunas Inti Salatiga usia 18 tahun.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *non eksperimen*,dengan metode penelitiannya adalah *survey tes* dan desain yang digunakan adalah *one-shot model.* Dalam penelitian ini variabel yang dimaksud adalah variabel bebas terdiri kelincahan (*agility*), kecepatan (*speed*) dan keseimbangan (*balance*) sedangkan variabel terikat adalah kemampuan *dribble speed*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain SSB Tunas Inti Salatiga usia 18 tahun. Dalam penelitian ini karena jumlah populasinya kecil, maka dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu mengambil seluruh populasi pemain SSB Tunas Inti Salatiga usia 18 tahun sebanyak 26 pemain sebagai sampel penelitian. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan tes dan pengukuran. Setelah pengumpulan data selesai, maka data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan statistik yang dipakai untuk mengolah data penelitian ini adalah rumus t-test.

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui nilai thitung sebesar 2,521 antara keseimbangan (*balance*) terhadap kemampuan *dribble speed*, hubungan antara kecepatan (*speed*) terhadap kemampuan *dribble speed* diperoleh thitung sebesar 4,203 sedangkan hubungan antara kelincahan (*agility*) terhadap kemampuan *dribble speed* diperoleh thitung sebesar 2,863 jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara keseimbangan (*balance*), kecepatan (*speed*), dan kelincahan (*agility*) terhadap kemampuan *dribble speed.*

Adapun saran yang dapat peneliti berikan yaitu hendaknya pelatih memberikan porsi latihan yang lebih untuk meningkatkan kemampuan keseimbangan, kecepatan dan kelincahan pemain. Pemain hendaknya dalam pelaksanaan latihan tidak meninggalkan prinsip-prinsip latihan seperti penambahan beban, pengulangan, meningkat, yang disesuaikan dengan cabang olahraganya serta memiliki target yang jelas.