

ABSTRAK

Muhlis Rahim, Nim. 831 408 122 “ Pengaruh Latihan Skipping Terhadap Kemampuan Heading (Jump Heading) Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa SMK Negeri 1 Batudaa “. Skripsi dibawah bimbingan Prof. Dr. Hi. Hariadi Said, MS dan Ruslan, S.Pd, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan skipping terhadap kemampuan heading (jump heading) dalam permainan sepak bola pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen yang dilakukan di SMK Negeri 1 Batudaa pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa yang berjumlah 20 orang yang diambil secara *random* (acak). Untuk kemampuan heading (jump heading) diukur jauhnya bola dengan menggunakan meteran.

Hasil penelitian ini signifikan membuktikan bahwa latihan skipping mempunyai pengaruh yang berarti terhadap kemampuan heading (jump heading) pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa.

Dalam penelitian ini terbukti hasil analisis data dimana dari hasil pengujian menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 10.67, sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} sebesar 2.093. Berarti t_{hitung} lebih besar dari t_{daftar} ($10.67 > 2.093$). Jadi harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Maka dapat disimpulkan bahwa latihan skipping memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan heading (jump heading) dalam permainan sepak bola pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa.

Kata kunci : Latihan skipping, dan heading (jump heading).