

ABSTRAK

Apriyadi Sompui. Nim 832 409 083. Pengaruh Latihan *Barrier Hop* Terhadap Hasil Tendangan Bola Lambung Jauh Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra SM K Negeri 1 Batudaa Tahun Pelajaran 2012-2013. Skripsi Dibawah Bimbingan Ukok Hasian Refiater S.Pd, M.Pd dan Edy Dharm a Putra Duhe S.Pd, M .Pd. Program Studi S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Barrier Hop* terhadap hasil tendangan bola lambung jauh dalam permainan sepak bola pada siswa SM K Negeri 1 Batudaa.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen yang dilakukan pada siswa SM K Negeri 1 Batudaa yang berjumlah 20 orang yang diambil secara *random sampling* (diacak). Untuk menendang bola lambung jauh diukur dengan latihan *barrier hop*, yang telah disiapkan sebanyak 8 rintangan dengan tinggi rintangan 35 cm dan jarak masing-masing rintangan 1 m.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan *barrier hop* mempunyai pengaruh terhadap hasil tendangan bola lambung jauh pada siswa SM K Negeri 1 Batudaa.

Dalam penelitian ini terbukti bahwa hasil analisis data, dimana dari hasil pengujian menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 25, sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} 1.729. Berarti t_{hitung} lebih besar dari pada t_{daftar} ($25 > 1.729$). Jadi, harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah permintaan H_a . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Maka dapat disimpulkan bahwa latihan *barrier hop* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil tendangan bola lambung jauh dalam permainan sepak bola pada siswa putra SM K Negeri 1 Batudaa.

Kata Kunci : Latihan *Barrier Hop*, Tendangan Lambung Jauh, Sepak Bola.

ABSTRACT

Apriyadi Sompu, Nim 832 409 083. Effect of Exercise Barrier Hop Ball Kicking Against Gastric Results Far In Football Games At School 1 Students Son SM K Batudaa Academic Year 2012-2013. Under Guidance Essay Ucok Hasian Refiater S.Pd, M.Pd and Edy Dharma Putra Duhe S.Pd, M.Pd. Coaching Education Program S1 Sport Studies, Sport Coaching Education Department, Faculty of Health Sciences and Sport, State University of Gorontalo.

This study aims to determine how much influence the exercise Barrier Hop to kick the ball away side in a football game on the students of SM K Negeri 1 Batudaa.

The method used is the method of experiments conducted on students of SM K Negeri 1 Batudaa that about 20 people were taken by random sampling (random). For kicking the ball away measured gastric barrier hop workout that has been prepared as 8 hurdles with height hurdles 35 centimeters and respective distances of 1 meters hurdles

Results of this study demonstrate that exercise barrier hop has an influence on the results of gastric kick the ball away to students of SM K Negeri 1 Batudaa.

In this study proved that the results of the data analysis, where the results of the testing indicate t_{hitung} of 25, while the price obtained from the distribution list t_{daftar} 1.729. t_{hitung} greater than t_{daftar} ($25 > 1.729$). Thus, the price of t_{hitung} been in the area of demand H_a . Thus, it can be concluded that H_a is accepted and can not accept H_0 . It can be concluded that the barrier hop workout has a significant effect on the results of gastric kick the ball away in the game of football to the students son of SM K Negeri 1 Batudaa.

Keywords : Exercise Barrier Hop, Gastric kick away, Football.