

ABSTRAK

La Ode Agus Salim Nim 832409094. “Pengaruh Latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola” suatu penelitian pada siswa kelas X SMK N 2 Wonosari. Dibimbing oleh Bapak **Ucok H. Refiater,S.Pd M.Pd** dan Bapak **Ruslan,S.Pd,M.Pd**.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Apakah Terdapat Pengaruh Latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola?, Dengan tujuan Untuk memperoleh gambaran Pengaruh latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola. Manfaat penelitian: Hasil penelitian ini diharapkan akan dijadikan satu bahan masukan bagi pelatih atupun guru olahraga dalam menentukan metode latihan yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi atlet khususnya pada olahraga sepak bola.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan teknik pengambilan sampel *Randomized one group Pre-Test And Post-Test Design*. Sampel penelitian ini sebanyak 22 orang dari siswa kelas X SMK N 2 Wonosari Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik uji t. Dari hasil pengujian diperoleh nilai $t_{hitung} = 14,5$ dari tabel nilai t atau t_{tabel} pada taraf nyata 0.05, $dk = n-1 (22-1) = 21$. diperoleh harga $t_{tabel} = 1.721$. dengan demikian bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , sedangkan kriteria pengujian menyatakan bahwa tolak H_0 jika $t_{hitung}(t_o) > (t_t)$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola Pada Siswa kelas X SMK N 2 Wonosari.

Kata kunci : Jauhnya tendangan, Sepaka Bola, *Single Leg Tuck Jump*

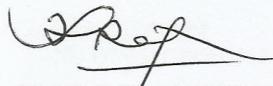
PERSETUJUAN PEMBIMBING

**Skripsi Yang Berjudul :Pengaruh Latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap
Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola (*suatu penelitian pada
siswa kelas X SMK N 2 Wonosari*)**

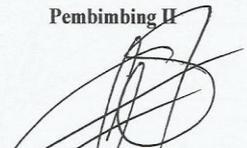
Oleh: LA ODE AGUS SALIM

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Pembimbing I


Ucok H. Refijster.S.Pd.M.Pd
Nip.197711202003121003

Pembimbing II


Ruslan.S.Pd.M.Pd
Nip.197808172005011003

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga


Dra. Nurhayati Liputo, M.Pd
NIP: 195709021982032001