

**LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI**

Skripsi yang berjudul :

“Pengaruh Latihan *Variasi Skipping* Satu Kaki Terhadap Lompat Jangkit Pada Siswa SMP Negeri 2 Telaga”

Oleh

**ISRA MAJID**

**832310026**

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 29 Desember 2015

**DEWAN PENGUJI**

1. **Edy Dharma Putra Duhe, S.pd, M.pd**  
NIP.19810615 200812 1 001
2. **Marsa Lie Tumbal, S.pd, M.pd**  
NIP. 19760423 2005 01 1 015
3. **Ucok Hasian Refiater, S.pd, M.pd**  
NIP. 19771120 2003 12 1 003
4. **Syarif Hidayat, S.pd Kor, M.Or**  
NIP. 19790403 200501 1 003



Gorontalo, .....

**MENGETAHUI**  
**DEKAN FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN**



**Dr. LINTJE BOEKESOE. M.Kes**  
**NIP. 19590110 198603 2 003**

## ABSTRAK

**ISRA MAJID. NIM 832410026 TAHUN 2015**

**“ PENGARUH LATIHAN *VARIASI SKIPPING* SATU KAKI TERHADAP LOMPAT JANGKIT PADA SISWA SMP NEGERI II TELAGA”** Skripsi Program Studi S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing 1 Ucok Hasian Refiater, S.pd, M.pd. Dan Pembimbing II Syarif Hidayat, S.pd. Kor, M. Or.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui besarnya pengaruh latihan *variasi skipping satu kaki* terhadap *lompat jangkit* pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri II Telaga. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Desain penelitian ini adalah one group pre-test dan pro-test. Populasi dalam penelitian berjumlah 109 dan sampel berjumlah 20 orang dengan menggunakan *random sampling*.

Untuk menguji hipotesis digunakan pengujian statistik dekskritif dan uji hipotesis menggunakan uji t. Dari hasil analisis data eksperimen hasil data pre-test dan post-test pada pengujian uji t, yaitu terdapat hasil  $t_{hitung}$  10,30 sedangkan untuk hasil  $t_{tabel}$  0,0,5; dk = n-1 (20-1 = 19) diperoleh harga  $t_{tabel}$  = 1.729. dengan demikian  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung}$  10,30 >  $t_{tabel}$  1.729)

Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak  $H_0$ : jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada 0,0,5; = n-1, oleh karena itu hipotesis  $H_a$  dapat diterima, sehingga dapat dinyatakan terdapat “pengaruh latihan *variasi skipping satu kaki* terhadap *lompat jangkit* pada siswa SMP Negeri II Telaga”.

Kata kunci : variasi skipping satu kaki terhadap lompat jangkit