

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi :

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *DOUBLE LEG SPEED HOP* DAN
SINGLE LEG SPEED HOP TERHADAP HASIL AKURASI TENDANGAN
KE GAWANG DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Studi Eksperimen Pada Siswa SMA Negeri 1 Tapa)

Oleh:

Ismet Tahir

NIM: 832 414 003

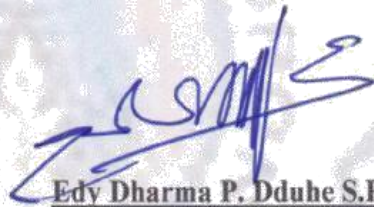
Telah diperiksa dan disetujui untuk mengikuti ujian skripsi.

PEMBIMBING I



Dra Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd
NIP : 19570902 198203 2 001

PEMBIMBING II



Edy Dharma P. Dduhe S.Pd, M.Pd
NIP : 19810615 200812 1 001

Mengetahui,

**Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo**



Syarif Hidayat, S.Pd Kor, M.Or
NIP: 19790403 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI :

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *DOUBLE LEG SPEED HOP* DAN
SINGLE LEG SPEED HOP TERHADAP HASIL AKURASI TENDANGAN
KE GAWANG DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Studi Eksperimen Pada Siswa SMA Negeri 1 Tapa)

Oleh.:

Ismet Tahir





NIM: 832 414 003

Telah Dipertahankan Di Depan Penguji

Hari/Tanggal : Kamis 24 Mei 2018

Waktu : 13.00 wita s/d selesai

Dosen Penguji.

Nama	Tanda Tangan
1. <u>Dr. Hartono Hadjarati, S.Pd, M.Pd</u> NIP : 19740826 200312 1 002	(..... )
2. <u>Syarif Hidayat, S.Pd Kor, M.Or</u> NIP : 19790403 200501 1 1 003	(..... )
3. <u>Dra Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd</u> NIP : 19570902 198203 2 001	(..... )
4. <u>Edy Dharma P. Dduhe S.Pd, M.Pd</u> NIP : 19810615 200812 1 001	(..... )

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo**


Dr. Lutfi Boekoesoe, M.Kes
NIP : 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Ismet Tahir, Nim 832 414 003. 2018. Perbedaan pengaruh latihan *double leg speed hop* dan *single leg speed hop* terhadap hasil akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola (Studi Eksperimen Pada Siswa SMA Negeri 1 Tapa). Skripsi, jurusan pendidikan kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Ibu Dra Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd dan pembimbing II bapak Edy Dharma P. Duhe, S.Pd, M.Pd.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara ilmiah tentang Perbedaan pengaruh latihan *double leg speed hop* dan *single leg speed hop* terhadap hasil akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola dan meningkatkan daya ledak otot tungkai. Hipotesa penelitian ini yaitu terdapat Perbedaan pengaruh latihan *double leg speed hop* dan *single leg speed hop* terhadap hasil akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola dan terprogram selama 18 pertemuan dengan frekuensi 3 kali seminggu, rancangan penelitian ini menggunakan desain penelitian *Two Group Pre Test and Post Test Desing*. Dengan sampel berjumlah 20 siswa SMA Negeri 1 Tapa. Kemudian latihan diberikan selama 18 pertemuan dan di tes akhir dengan menggunakan tes Akurasi tendangan ke gawang.

Teknik analisa data adalah dengan menggunakan rumus Uji t pada taraf signifikan $\alpha=0,05$ dalam analisa data pengujian hipotesa, diperoleh t_{tabel} senilai 1.73 sesuai kriteria pengujian bahwa terima H_0 jika t_{hitung} sama atau lebih kecil dari t_{tabel} . sedangkan tolak H_0 jika t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} .

Berdasarkan hasil eksperimen yang telah di analisis dengan pengujian statistik, manunjukkan bahwa adanya perbedaan pengaruh antara latihan *double leg speed hop* dan *single leg speed hop* terhadap akurasi tendangan ke gawang permainan Sepak Bola setelah dilakukannya eksperimen. Pengaruh yang signifikan ini dapat dibuktikan dengan pengujian dua rata-rata atau analisis varian bahwa, setelah di analisis menunjukkan harga $t_{hitung}= 2.33$ dan t_{table} sebesar = 1.73 dengan demikian harga t_{hitung} lebih besar dari pada t_{table} atau harga t_{hitung} telah berada di luar daerah penerimaan H_0 .

Dengan demikian kesimpulan analisa adalah terdapat Perbedaan pengaruh latihan *double leg speed hop* dan *single leg speed hop* terhadap hasil akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola (studi eksperimen siswa SMA Negeri 1 Tapa).

Kata Kunci : *Double leg speed hop, Single leg speed hop, Akurasi tendangan ke gawang, Sepak Bola*

ABSTRACT

Ismet Tahir, Student ID 832 414 003. 2008. The difference of influence of double leg speed hop and single leg speed hop exercise on the accuracy of shots on goal in football (Experimental study at students of SMA Negeri 1 Tapa). Skripsi. Department of Sports Coaching Education, Faculty of Health and Sports, State University of Gorontalo. The principal supervisor is Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd, and the co-supervisor is Marsa Lie Tumbal, S.Pd., M.Pd.

The research aimed to study the difference of influence of double and single leg speed hop on the accuracy of shots on goal in football scientifically. The research hypothesis revealed that there was a difference of influence of double and single leg speed hop on the accuracy of shots on goal in football and it runs for 18 meetings with 3 meetings in a week. It employed Two Group Pre Test and Post Test Design. The research samples were 20 students of SMA Negeri 1 Tapa in which they were treated by the exercise during 18 meetings, and final test, shots accuracy on goal was used.

The technique of analyzing the data applied t-test formula at significance level of $\alpha = 0,05$. The finding obtained t_{table} for 1.73 as testing criteria that H_0 was accepted if t_{count} was equal or lower than t_{table} while a higher t_{table} than t_{count} would reject H_0 .

The finding of the experiment through statistical testing revealed that there was a difference of influence of double and single leg speed hop on the accuracy of shots on goal in football after the experiment was conducted. The significant influence was proven through the result of analysis of variance which showed a value of t_{count} for 2.33 and t_{table} for 1.73. Therefore, a value of t_{count} was higher than t_{table} or t_{count} value was outside of acceptance area of H_0 .

In conclusion, there is a difference of influence of the difference between double and single leg speed hop on the accuracy of shots on goal in football (experimental study at students of SMA Negeri 1 Tapa).

Keywords: Double leg speed hop, Single leg speed hop, Accuracy of shots on goal, Football

