

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

**PENGARUH LATIHAN *HALF SQUAT JUMP* TERHADAP KEMAMPUAN  
*SHOOTING* MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI  
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA  
KELAS VII SMP NEGERI 4 GORONTALO**

Oleh

**RIFANDI KALUKU**

**831 415 058**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji


Pembimbing I

Pembimbing II

  
**Drs. Sarjan Mile, M.S**  
NIP. 19610508 198703 1 003

  
**Risna Podungge, M.Pd**  
NIP. 19710721 200212 2 001

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan

  
**Drs. Aswan Dai, M.Pd**  
NIP. 19610221 198603 1 002

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**  
**PENGARUH LATIHAN *HALF SQUAT JUMP* TERHADAP KEMAMPUAN**  
***SHOOTING* MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI**  
**DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA**  
**KELAS VII SMP NEGERI 4 GORONTALO**

Oleh

**RIFANDI KALUKU**

**831 415 058**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Hari/Tanggal : Jum'at, 25 Juni 2021  
Waktu : 09.00 - Selesai

Penguji

1. Prof. Dr. H. Hariadi Said, M.S  
NIP. 19610316198702 1 001
2. Drs. H. Ahmad Lamusu, M.Pd  
NIP. 19581219 198203 1 002
3. Drs. Sarjan Mile, M.S  
NIP. 19610508 198703 1 003
4. Risna Podunge, M.Pd  
NIP. 19710721 200212 2 001



Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes

NIP. 19631001 198803 2 002

## ABSTRAK

Rifandi Kaluku. NIM. 831 415 058. Pengaruh Latihan *Half Squat Jump* Terhadap Kemampuan *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Kota Gorontalo. Pembimbing I Drs. Sarjan Mile, M.S dan Pembimbing II Risna Podungge, S.Pd, M.Pd.

Hasil pengujian diperoleh  $t_{hitung} = 5,846$  nilai  $t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  ;  $dkn-1$  ( $0,05;20-1=19$ ) diperoleh harga sebesar 1,729. Dengan demikian  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung} = 5,846 > t_{tabel} = 1.729$ ). Berdasarkan kriteria pengujian bahwa terima  $H_a$ : jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  ;  $n-1$ , oleh karena itu hipotesis alternative atau  $H_a$  dapat diterima, sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh latihan *half squat jump* terhadap kemampuan *shooting* menggunakan punggung kaki dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Kota Gorontalo.

Berdasarkan hasil eksperimen yang telah dilakukan, mempengaruhi kemampuan siswa secara signifikan dalam kemampuan *shooting* menggunakan punggung kaki setelah pelaksanaan eksperimen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis yang berbunyi “jika latihan *half squat jump* diterapkan, maka kemampuan *shooting* menggunakan punggung kaki dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Kota Gorontalo akan berpengaruh” dapat diterima.

**Kata Kunci :** *Shooting, Punggung Kaki, Sepak Bola, Half Squat Jump*

## ABSTRACT

Rifandi Kaluku. Nim. 831 415 058. The Effect of Half Squat Jump Exercises on Shooting Ability using The Back of The Legs In Football Games In Grade VII Students of Smp Negeri 4 Gorontalo City. Advisor I Drs. Sarjan Mile, M.S and Supervisor II Risna Podungge, S.Pd, M.Pd.

Test result obtained  $t_{count} = 5,846$   $t_{table}$  values at  $\alpha = 0.05$  ;  $dkn-1 (0.05;20-1=19)$  obtained a price of 1,729. Thus  $t_{count}$  is greater than  $t_{table}$  ( $t_{count} = 5,846 > t_{table} = 1,729$ ). Based on the testing criteria that receive  $H_a$ : if  $t_{count} > t_{table}$  at  $\alpha = 0.05$  ;  $n-1$ , therefore the alternative hypothesis or  $H_a$  is acceptable, so it can be stated that there is an influence of half squat jump training on the ability to shoot using the back of the legs in a football game in grade VII students of SMP Negeri 4 Gorontalo City.

Based on the results of experiments that have been conducted, significantly strengthen the ability of students in the ability to shoot using the back of the legs after the implementation of the experiment. Thus it can be concluded that the author's hypothesis which reads "if the half squat jump exercise is applied, then the ability to shoot using the back of the foot in a football game in grade VII students of SMP Negeri 4 Gorontalo Will have an effect" is acceptable.

**Keywords : Shooting, Back Legs, Football, Half Squat Jump**

