

ABSTRAK

Viola Amartya Prastyo, 2022. Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Sepak Bola Di SMK Antartika 1 Sidoarjo . Skripsi Program Studi : Pendidikan Jasmani, Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Dosen Pembimbing : Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd

Kata kunci : *Skipping*, *Shooting*, Sepak bola

Penelitian di latar belakangi oleh kemampuan *shooting* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMK Antartika 1 Sidoarjo masih rendah. Penlitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh latihan *skipping* terhadap *shooting* dalam sepak bola di SMK Antartika 1 Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *experiment* semu dengan menggunakan *one grup pretest-postest design*. Penelitian ini termasuk *experiment* semu. Subjek yang digunakan dalam eksperimen ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMK Antartika 1 Sidoarjo yang berjumlah 15 siswa.

Berdasarkan hasil perhitungan atau analisis data uji *paired samples test* tersebut diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 13,590. sedangkan pada t_{tabel} dengan taraf signifikan 5% adalah sebesar 1,761 atau ($t_{hitung} > t_{tabel}$) yaitu $13,590 > 1,761$, sehingga nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} .

maka hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa ada keberhasilan penerapan latihan *skipping* dalam menunjang ketepatan *power shooting* pemain pada olahraga sepakbola SMK Antartika 1 Sidoarjo.

ABSTRACT

Viola Amartya Prastyo, 2022. *The Effect of Skipping Exercise on Shooting in Soccer at SMK Antartika 1 Sidoarjo.*
Thesis Study Program : Physical Education, Faculty of Pedagogy and Psychology PGRI Adi Buana University Surabaya.

Supervisor : Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd

Keywords : Skipping, Shooting, Soccer

The research is motivated by the shooting ability of students who take extracurricular activities at SMK Antartika 1 Sidarjo is still low. This study aims to determine the effect of skipping training on shooting in soccer at SMK Antartika 1 Sidoarjo.

This study uses a quantitative research approach with a quasi-experimental type of research using a one-group pretest-posttest design. This research is a quasi-experimental. The subjects used in this experiment were students who took part in extracurricular football at SMK Antartika 1 Sidoarjo, totaling 15 students.

Based on the results of the calculation or analysis of the paired samples test data, the t_count value is 13,590. while the t_table with a significant level of 5% is 1.761 or ($t_{count} > t_{table}$) which is 13,590 > 1,761, so the value of t_count is greater than t_table. then the results of the analysis indicate that there is a successful application of skipping exercises in supporting the accuracy of the power shooting of players in soccer at SMK Antartika 1 Sidoarjo.