

ABSTRAK

Martinus, Sunardi. 2021. Pengaruh Latihan *Arrow Head* Terhadap Kelincahan Pemain Futsal SMPN 24 Surabaya. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Pembimbing Dr. Harwanto., S.T., M.Pd

Kata kunci : arrow head, total sampling, kelincahan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan arrow head terhadap peningkatan kelincahan pemain futsal SMPN 24 Surabaya.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan total sampling artinya semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah pemain futsal SMPN 24 Surabaya dengan jumlah sebesar 30 pemain futsal.

Hasil analisis mendapatkan bahwa nilai probabilitas uji sign (uji tanda) sebesar 0,005 dengan uji dua sisi (sig 2 tailed). Berdasarkan nilai probabilitas 0,005 kurang dari nilai alpha sebesar 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan nilai sebelum dan setelah melakukan pelatihan *arrow head* pada pemain futsal SMPN 24 Surabaya. sehingga penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *arrow head* terhadap peningkatan kelincahan pemain futsal di SMPN 24 Surabaya.