

## ABSTRAK

Ubaidillah, M.Arif. 2020. : Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tendangan Sabit Pada UKM PSHT UNIPA Surabaya. Skripsi. Surabaya. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Dosen Pembimbing: Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd

**Kata Kunci:** Pelatihan *Skipping* , keterampilan Tendangan Sabit

Penelitian ini bermaksud Penelitian untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tendangan Sabit Pada UKM PSHT UNIPA Surabaya, penelitian ini dilaksanakan dengan mengambil sampel hanya untuk siswa UKM PSHT UNIPA Surabaya yang berjumlah 10 siswa, terdiri dari 5 laki – laki dan 5 perempuan. Berdasarkan hasil perhitungan atau analisis data tersebut diatas diperoleh perhitungan sebesar 11,759. Sedangkan pada dengan taraf signifikan 5% adalah sebesar 1,833 atau ( > ) yaitu  $11,759 > 1,833$ , sehingga nilai lebih besar dari maka hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa Ada Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tendangan Sabit Pada UKM PSHT UNIPA Surabaya. Dengan demikian hipotesis kerja ( $H_a$ ) yang menyatakan Ada Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tendangan Sabit Pada UKM PSHT UNIPA Surabaya diterima, jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara siswa UKM PSHT UNIPA Surabaya yang diberikan pelatihan *Skipping* Terhadap Tendangan Sabit.

## ABSTRACT

Ubaidillah, M.Arif. 2020. *:The Effect Of Skipping Training on sickle kicks On PSHT UNIPA Surabaya*. Thesis. Surabaya. Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education, PGRI Adi Buana University, Surabaya. Supervisor: Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd

Keywords: Skipping Training, Sickle kick Skills

This research is based on research to determine the effect of this research exercise carried out by taking samples only for students of UKM PSIP UNIPA Surabaya, amounting to 10 students, consisting of 5 boys and 5 girls. Based on the results of the calculatioor analysis of the data mentioned above obtained a calculation of 11.759. while at a significant level of 5% is 1.833 or ( $>$ ) ie  $11.759 > 1.833$ , so the value is greater than the results of the analysis indicate that there is an effect of skipping training on sickle kicks at UKM PSIP UNIPA Surabaya. Thus the working hypothesis ( $H_a$ ) which states that there is an effect of skipping training on sickle kicks at UNIPA Surabaya PSHT UKM is accepted, so it can be concluded that there is a significant influence among students of UNIPA Surabaya PSHT UKM giveskipping training on sickle kicks.