

ABSTRAK

Bili, Yulita. 2020. *Teknik Dasar Tendangan Belakang Pada Beladiri Tarung Derajat di Era New Normal di UKM Tarung Derajat Unipa Surabaya*. Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pedagogik dan Psikologik. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (1) Dr. Harwanto, M.Pd., S. T (2) Ramadhany Hananto.P. S.Pd., M.Pd

Kata Kunci : Teknik Tendangan Belakang Tarng Derajat

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pengaruh *Squad Jump* terhadap ketepatan sasaran Tendangan Belakang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen semu dimana semua subjek tidak mengontrol semua subjek dalam penelitian ini dengan jumlah sampel sebanyak 14 subjek. Teknik yang digunakan terhadap peningkatan latihan *Squad Jump* menggunakan desain *one group pre post test design* yang menggunakan tes akhir dan tes awal untuk mengetahui besarnya efek dari perlakuan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *Squad Jump* dan teknik analisis data menggunakan Uji-t dengan dibantu program SPSS.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa subjek yang diberi latihan *Squad Jump* mempunyai efek atau pengaruh terhadap ketepatan sasaran Tendangan Belakang. Hal ini dibuktikan oleh peneliti dengan hasil Uji-t. Berdasarkan data tabel 4.8 diketahui bahwa nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen yaitu sebesar 0.021, sedangkan nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok kontrol 0.070, sehingga

nilai *sig. (2-tailed)* kelompok eksperimen < 0.05 , maka dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada pengaruh Pengembangan Model Modifikasih Latihan Dasar Terhadap Ketepatan Sasaran Tendangan Belakang Pada Beladiri Tarung Derajat di Era New Normal di UKM Tarung Derajat Unipa Surabaya.

ABSTRAK

Bili, Yulita. 2020. Basic Techniques of Back Kicks In Martial Arts Fighting Degrees in the New Normal Era in UKM Tarung Derajat Unipa Surabaya. Physical Education Study Program Faculty of Pedagogok and Psychology. University of PGRI Adi Buana Surabaya (1) Dr. Harwanto, M.Pd., S. T (2) Ramadhany Hananto.P. S.Pd., M.Pd

Keywords : Tarung Derajat Rear Kick Technique

The purpose of this study is to find out what influence Squad Jump has on the accuracy of the kick target. The method used in this study is pseudo-experimental method where all subjects do not control all subjects in this study with a sample number of 14 subjects. The techniques used against squad jump training enhancement use one group pre post test design design that uses final test and initial test to find out the magnitude of the effect of treatment. Data collection techniques in this study using Squad Jump and data analysis techniques using t-test with the help of SPSS program

The results of this investigation showed that the subjects given Squad Jump training had an effect or influence on the accuracy of the Rear Kick target. This is evidenced by researchers dangan t-test results. Based on table data 4.8 it is known that the sig value. (2-tailed) in the experimental group was 0.021, while the sig value. (2-tailed) in the control group 0.070, so the sig value. (2-tailed) experimental groupdisagreement 0.05, it can be stated that Ho was rejected and Ha accepted, so there is an influence on the development of a model. modification of basic exercises on the

accuracy of the target of the rear kick in the Martial Arts Fighting Degrees in the New Normal Era in UKM Tarung Derajat Unipa Surabaya.