

ABSTRAK

Djafar Mohune, 2012: *“Pengaruh Latihan Push-Up Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya Membelakangi Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Gorontalo”*. Skripsi bimbingan Dra. Hj. Rena Madina, M.Pd dan Ucok Hasian Rafiater, S.Pd,M.Pd.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Dan tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian eksperimen ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan Push-up terhadap kemampuan tolak peluru pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Gorontalo.

Untuk teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik random sampling. Adapun jumlah populasi siswa putra kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Gorontalo yaitu 320 dari populasi diambil 20 orang sebagai sampel. Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat Pengaruh Latihan Push-up Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya Membelakangi siswa putra kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Gorontalo”. Langkah awal untuk pengujian hipotesis adalah melakukan uji homogenitas varians terhadap hasil pre-test dan post-test.

Setelah itu dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t dengan taraf signifikan 0,05 dan $dk = n - 1$. Dari hasil pengujian menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 11,22 sedangkan dari daftar distribusi pada $t_{(0,95) (19)}$ diperoleh nilai sebesar 2,09. ternyata harga t_{hitung} lebih besar dari t_{daftar} . Berarti hipotesis dalam penelitian ini adalah “terdapat pengaruh latihan Push-up terhadap kemampuan tolak peluru gaya membelakangi pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Gorontalo” dapat diterima. Dalam hal ini, bahwa latihan Push-up memberikan dampak positif terhadap kemampuan tolak peluru gaya membelakangi.

Kata Kunci: Latihan Push-up, Tolak Peluru Gaya Membelakangi