

ABSTRAK

Romi Djuka, 831 408 149. Pengaruh latihan *power* lengan terhadap hasil lempar lembing siswa Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo. Pembimbing I Ucok H. Refiater, S.Pd, M.Pd, Pembimbing II Zulkifli Lamusu, S.Pd, M.Pd.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *power* lengan terhadap hasil lempar lembing siswa Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo.

Manfaat dalam penelitian ini Untuk menambah ilmu pengetahuan bagi guru dan pelatih dalam cabang olahraga atletik khususnya nomor lempar, dalam hal ini lempar lembing.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Madrasah Aliyah Model Kota Gorontalo. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Random (acak), dimana diambil 20 orang secara acak dari populasi. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini meliputi 2 variabel yaitu : variabel bebas adalah latihan latihan *power* lengan dan variabel terikat adalah hasil lempar lembing. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu metode eksperimen.

Dari hasil analisis data di atas diperoleh $t_{hitung} = 5.97$ dan t_{daftar} yang diperoleh dari tabel distribusi t dengan melihat batas - batas daerah kritis $t_{\frac{\alpha}{2}}$; $dk = n - 1$ sehingga diperoleh $t_{\frac{0,01}{2}}$; $dk = 20 - 1 = t = 0,005$; $dk = 19$.

Dari batas-batas kritis tersebut diperoleh $t_{daftar} = 2.861$. Dengan demikian dapat disimpulkan : $t_{hitung} \geq t_{daftar}$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis berbunyi ; “Terdapat terdapat pengaruh latihan *power* lengan terhadap hasil lempar lembing siswa Madrasah Aliyah Negeri Model Kota Gorontalo”. Diterima.