

ABSTRAK

Yusrin Aswadi. NIM: 831408197” Pengaruh Latihan Kelentukan Selangkangan Terhadap Kemampuan Melakukan Smash Kedeng Pada Permainan Sepak Takraw Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Gorontalo” Judul Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo 2012.

Penelitian didasarkan pada kenyataan bahwa prestasi cabang olahraga sepak takraw khususnya siswa kelas XI SMA Negeri 2 Gorontalo masih tergolong rendah dalam melakukan *smash kedeng* pada permainan sepak takraw.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilakukan di SMA Negeri 2 Gorontalo tahun 2012.

Hipotesis penelitian adalah terdapat pengaruh latihan *Kelentukan selangkangan* terhadap kemampuan melakukan *smash kedeng* pada permainan sepak takraw siswa kelas XI SMA Negeri 2 Gorontalo. Langkah awal pada pengujian hipotesis adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji – t. Uji ini dilakukan setelah selesai melakukan uji homogenitas data terhadap *pre-test* dan *post-test*.

Pada akhir pengujian hipotesis didapati bahwa ternyata hasil uji analisis varians atau uji-*t* antara variabel X_1 dan variabel X_2 hasilnya 4,07. Ini membuktikan bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} pada taraf $\alpha = 0,05$. Selain itu dapat pula dilihat dari hasil rata-rata antara kedua variabel $\bar{X}_1 = 6,15$ dan $\bar{X}_2 = 9,95$. Sehingga t_{hitung} untuk hipotesis ini berada di luar daerah penerimaan H_0 . Ini berarti menolak hipotesis nol (H_0) dan menerima hipotesis kerja (H_1) yang menyatakan bahwa rata-rata latihan *kelentukan selangkangan* memberikan kontribusi positif terhadap kemampuan melakukan *smash kedeng* pada permainan sepak takraw.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah” terdapat pengaruh latihan *kelentukan selangkangan* terhadap kemampuan melakukan *smash kedeng* pada permainan sepak takraw siswa kelas XI SMA Negeri 2 Gorontalo”.

Kata Kunci : Latihan kelentukan selangkangan, smash kedeng, sepak takraw.