

ABSTRAK

TEGUH PRANYOTO. NIM. 832 408 045. Pengaruh Pelatihan *Push-Up* Terhadap Pukulan *Jab-Straight* Dalam Olahraga Tinju Pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Semester IV^A.

Rumusan masalah Apakah ada pengaruh pelatihan *Push-Up* terhadap Frekuensi pukulan *Jab-Straight* dalam olahraga tinju pada mahasiswa jurusan pendidikan kepelatihan olahraga ? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *Push-Up* terhadap frekuensi pukulan *Jab-Straight* dalam olahraga tinju. Dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen.

Untuk menguji Hipotesis yang mengatakan “ Terdapat pengaruh pelatihan *push-up* terhadap frekuensi pukulan *Jab-Straight* dalam olahraga tinju pada mahasiswa jurusan pendidikan kepelatihan olahraga (PKO) semester IV ” di gunakan teknik statistic uji t

Hasil pengujian di peroleh $t_{hitung} = 97.97$. nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n - 1$ ($20 - 1 = 19$) di peroleh harga sebesar 1.729. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{table} ($t_{hitung} = 97.97 > t_{tabel} = 1.729$). Berdasarkan kriteria pengujian bahwa terima H_0 : Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada $\alpha = 0,05$; $n - 1$, oleh karena itu hipotesis alternatif atau H_a dapat di terima, sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh pelatihan *Push-Up* terhadap frekuensi pukulan *Jab-Straight*. Pada cabang olahraga tinju.

Kata Kunci : *Push-Up, Pukulan Jab-Straight*