

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai seperti lompat kotak, naik turun tangga dan lompat tali, dengan penetapan waktu yang cukup bagi atlet. Latihan kekuatan otot tungkai dapat berpengaruh terhadap banyaknya tendangan dalam satu menit, dengan demikian hipotesis penulis yang berbunyi:”Terdapat pengaruh latihan kekuatan otot tungkai terhadap hasil tendangan pada pencak silat”, dapat diterima.

Hal ini terbukti dengan hasil analisis data dimana dari hasil pengujian yang telah dilakukan diperoleh harga  $t_{hitung}$  sebesar -5,4. Sedangkan dari daftar distribusi t diperoleh  $t_{daftar}$  sebesar 2,75. Ternyata harga  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{daftar}$  atau harga  $t_{hitung}$  telah berada diluar daerah penerimaan  $H_0$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan dapat menerima  $H_1$

#### 5.2 Saran

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan di atas, terdapat beberapa saran yang kiranya dapat bermanfaat antara lain:

- 1) Untuk dapat meningkatkan prestasi olahraga khususnya olahraga pencak silat, perlu adanya pembinaan atlet di sekolah-sekolah secara terprogram oleh guru penjas atau pelatih..
- 2) Penguasaan keterampilan teknik dasar suatu cabang olahraga sangat penting khususnya cabang olahraga pencak silat, di antaranya adalah teknik dasar tendangan sabit. Oleh karena itu, latihan kekuatan otot tungkai merupakan alternatif yang dapat dilakukan.
- 3) Untuk meningkatkan prestasi olahraga pencak silat, sebaiknya tidak hanya teknik dasar tendangan yang harus dikembangkan, melainkan juga teknik dasar lainnya seperti teknik

kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, pembelaan, pukulan, sapuan, tangkapan, bantingan, dan guntingan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulah, Arman dan Agus Manadji.** 1994. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Depdikbud.
- Bompa, Tudor O.** 1990. *Theory dan Methodology of Training*. Dubuque, Iowa: Kendal/Hunt Publishing Company.
- Gunawan, Gugun Arief.** 2007. *Bela Diri, Teks dan Ilustrasi*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Hariyadi, R. Kotot Slamet.** 2003. *Pencak Silat Tanding*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Harsono.** 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- \_\_\_\_\_. 1991. *Jurnal Keolahragaan*. Bandung: ITB
- Ladi, Jani, Hartoto Hendradja, dan Ambar Riyanto.** 2009. *Latihan Kesegaran Jasmani, Baris Berbaris, Tata Uapacara Sipil, dan Ceramah Tentang Kesehatan Mental*. Modul Diklat Prajabatan Gollongan III, (Revisi III). Jakarta: Lembaga Administrasi Negara RI.
- Lubis, Johansyah.** 2004. *Pencak Silat (Panduan Praktis)*, Jakarta: Grafindo Persada.
- Muhair.** 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk kelas X*. Bandung: Erlangga.
- Mukholid, Agus.** 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA Kelas XI* Surakarta: Yudhistira.
- Nugroho, Agung.** 2004. *Pencak Silat, Comparasi, Implementasi dan Manajemen*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Setiawan, Iwan.** 1991. *Jurnal Keolahragaan*. Bandung: ITB
- Sidik, Dikdik Zafar.** *Panduan Pelatihan Olahraga Untuk Usi Sekolah (6-18 Tahun)*; (Online), [http://www.koni.or.id/files/documents/journal/1.Panduan-Pelatihan-Olahraga-Untuk-Usia-Sekolah-\(6-18Tahun\).pdf](http://www.koni.or.id/files/documents/journal/1.Panduan-Pelatihan-Olahraga-Untuk-Usia-Sekolah-(6-18Tahun).pdf)), diakses tanggal 10 Januari 2011.
- \_\_\_\_\_. *Prinsip-Prinsip Latihan dalam Olahraga Prestasi*; (Online), <http://www.infogigi.com/prinsip-prinsip-latihan.htm>. Diakses tanggal 10 Januari 2011.
- Subarjah, Herman.** *Latihan Kondisi Fisik*. (Online); <http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/jur.pend.kesehatan-rekreasi/herman-subarjah/latihan-kondisi-fisik.pdf>), diakses tanggal 10 Januari 2011.
- Sugiyono.** 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

.... 2006. *Kebugaran Jasmani Bagi Pesilat (13-16 Juli 2006)*. Jakarta: Mukhtamar XIII

Tapak Suci Putera Muhammadiyah.

Lampiran 1

**DATA AWAL HASIL TENDANGAN SABIT SISWA KELAS VIII**

<b>NO.</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>Capaian Tendangan Awal (<math>X_1</math>) (banyaknya tendangan)</b>
1.	Mariana radjau	13
2.	Jainal	16
3.	Ayu ibrahim	17
4.	Melisa said	16
5.	Fitrah p. Lanti	19
6.	Abdul Wahid Aswad	22
7.	Novita pakaya	12
8.	Abdul Muhamad	19
9.	Indriani	20
10.	Agus Sebu	17
11.	Meylan abjul	21
12.	Rizal Ahmad M.	17
13.	Masriani panikai	12
14.	Hardianti abas	16
15.	Febri Pakaya	21
16.	Deis halim	17
17.	Lidyan bumulo	16
18.	Nurmiati adam	14
19.	Febrianti yusuf	15
20.	Selviana uloli	16

Lampiran 2

**DATA AKHIR HASIL TENDANGAN SABIT SISWA KELAS VIII**

<b>NO.</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>Capaian tendangan</b>
		<b>Awal (X<sub>2</sub>) (banyaknya tendangan)</b>
1.	Mariana radjau	18
2.	Jainal	21
3.	Ayu ibrahim	22
4.	Melisa said	25
5.	Fitrah p. Lanti	24
6.	Abdul Wahid Aswad	28
7.	Novita pakaya	16
8.	Abdul Muhamad	23
9.	Indriani	26
10.	Agus Sebu	20
11.	Meylan abjul	24
12.	Rizal Ahmad M.	21
13.	Masriani panikai	22
14.	Hardianti abas	21
15.	Febri Pakaya	27
16.	Deis halim	20
17.	Lidyan bumulo	21
18.	Nurmiati adam	19
19.	Febrianti yusuf	20
20.	Selviana uloli	20

Lampiran 3

**ANALISIS DATA HASIL PENELITIAN**

NO.	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	X <sub>1</sub> <sup>2</sup>	X <sub>2</sub> <sup>2</sup>
1	13	18	169	324
2	16	21	256	441
3	17	22	289	484
4	16	25	256	625
5	19	24	361	576
6	22	28	484	784
7	12	16	144	256
8	19	23	361	529
9	20	26	400	676
10	17	20	289	400
11	21	24	441	576
12	17	21	289	441
13	12	22	144	484
14	16	21	256	441
15	21	27	441	729
16	17	20	289	400
17	16	21	256	441
18	14	19	196	361
19	15	20	225	400
20	16	20	256	400
JUMLAH	336	438	5799	9768

KETERANGAN: X<sub>1</sub>=Skor tendangan sabit sebelum eksperimen

X<sub>2</sub>= Skor tendangan sabit sesudah eksperimen

## ANALISIS STATISTIK

### A. Perhitungan Distribusi Frekuensi

1. Perhitungan distribusi frekuensi variabel  $X_1$

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah} \\ &= 22 - 12 = 10 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyaknya kelas (k)} &= 1 + 3,3 \log n \\ &= 1 + 3,3 \log 20 \\ &= 1 + 3,3(1,3010) \\ &= 1 + 4,2933 \\ &= 5,29 \text{ (dibulatkan 5)} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Panjang kelas (P)} &= \frac{\text{Rentang}}{\text{Banyak Kelas}} \\ &= \frac{10}{5} = 2 \end{aligned}$$

Daftar Distribusi Frekuensi Variabel  $X_1$

No	Skor	Frekuensi
1	12-16	10
2	17-21	9
3	22-26	1
4	27-31	-
5	32-36	-
Jumlah		20

2. Perhitungan distribusi frekuensi variabel  $X_2$

$$\text{Rentang (R)} = \text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah}$$



$$= 28 - 16 = 12$$

Banyaknya kelas(k) =  $1 + 3,3 \log n$

$$= 1 + 3,3 \log 20$$

$$= 1 + 3,3(1,3010)$$

$$= 1 + 4,2933$$

$$= 5,29 \text{ (dibulatkan 5)}$$

$$\text{Panjang kelas (P)} = \frac{\text{Rentang}}{\text{Banyak Kelas}} = \frac{12}{5}$$

$$= 2,5 \text{ (di bulatkan 3)}$$

#### Daftar Distribusi Frekuensi Variabel $X_2$

No.	Skor	Frekuensi
1	16-20	7
2	21-25	10
3	26-30	3
4	31-35	-
5	36-40	-
Jumlah		20

#### B. Perhitungan Rata-Rata dan Standar Deviasi

Rata-rata:

$$\bar{X}_1 = \frac{\sum x_1}{n}$$

$$= \frac{336}{20}$$

$$= 16,8$$

$$\bar{X}_2 = \frac{\sum x_2}{n}$$

$$= \frac{438}{20}$$

$$= 21,9$$

Standar Deviasi :

$$S_1^2 = \frac{n \sum X_1^2 - \sum X_1^2}{n(n-1)}$$

$$= \frac{20 \times 5799 - (336)^2}{20(20-1)}$$

$$= \frac{115980 - 112896}{20(19)}$$

$$= \frac{3084}{380}$$

$$= 8,12$$

$$S_1 = \sqrt{8,12}$$

$$= 2,83$$

$$S_2^2 = \frac{n \sum X_2^2 - \sum X_2^2}{n(n-1)}$$

$$= \frac{20 \times 9786 - (438)^2}{20(20-1)}$$

$$= \frac{195720 - 191844}{20(19)}$$

$$= \frac{3876}{380}$$

$$= 10,2$$

$$S_2 = \sqrt{10,2}$$

$$= 3,16$$

### C. Perhitungan Median dan Modus

Median untuk variabel  $x_1$  :

No.	Skor	Frekuensi
1	12-16	10
2	17-21	9
3	22-26	1
4	27-31	-
5	32-36	-
Jumlah		20

Rumus:

$$Me = b + p \left( \frac{\frac{1}{2}N - F}{f} \right)$$

Median berada pada kelas ketiga

$$B = 21,5 \quad p = 5 \quad \frac{1}{2}N = 10 \quad F = 19 \quad f = 1$$

$$Me = 21,5 + 5 \left( \frac{10 - 19}{1} \right)$$

$$= 21,5 + 5(-9)$$

$$= 21,5 - 45$$

$$= -23,5$$

Modus untuk variabel  $X_1$  :

Rumus :

$$Mo = b + p \left( \frac{b_1}{b_1 + b_2} \right)$$

Modus berada pada kelas ketiga

$$b = 21,5 \quad p = 5 \quad b_1 = 9 - 1 = 8 \quad b_2 = 9 - 0 = 9$$

$$mo = 21,5 + 5 \left( \frac{8}{17} \right)$$

$$= 21,5 + 5 (0,47)$$

$$= 21,5 + 2,35$$

$$= 23,85$$

Median untuk variabel  $X_2$

No.	Skor	Frekuensi
1	16-20	7
2	21-25	10
3	26-30	3
4	31-35	-
5	36-40	-
Jumlah		20

Rumus:

$$Me = b + p \left( \frac{\frac{1}{2}N - F}{f} \right)$$

Median berada pada kelas ketiga

$$b = 25,5 \quad p = 5 \quad \frac{1}{2}N = 10 \quad F = 17 \quad f = 10$$

$$Me = 25,5 + 5 \left( \frac{10 - 17}{10} \right)$$

$$= 25,5 + 5 \left( \frac{-7}{10} \right)$$

$$= 25,5 + 5(-0,7)$$

$$= 25,5 - 3,5$$

$$= 29$$

Modus untuk variabel  $X_2$

Rumus:

$$Mo = b + p \left( \frac{b_1}{b^1 + b_1} \right)$$

Modus berada pada kelas ketiga

$$b = 25,5 \quad p = 5 \quad b_1 = 3 \quad b_2 = 9$$

$$Mo = 25,5 + 5 \left( \frac{3}{11} \right)$$

$$= 25,5 + 5 (0,27)$$

$$= 25,5 + 1,35$$

$$= 26,85$$

#### D. Pengujian Homogenitas Data

$$S_1^2 = 8,0089 \quad S_2^2 = 9,9856$$

Sampel ke	Dk	1/dk	S <sup>2</sup>	Log S <sup>2</sup>	(dk) Log S <sup>2</sup>
1	20	0,05	8,0089	0,90	18
2	20	0,05	9,9856	0,99	19,8
	40				37,8

Varians Gabungan:

Diketahui:

$$n_1 = 20 \quad S_1^2 = 8,0089$$

$$n_2 = 20 \quad S_2^2 = 9,9856$$

$$S^2 = \frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

$$= \frac{(20-1)8,0089 + (20-1)9,9856}{20+20-2}$$

$$= \frac{19 \times 8,0089 + 19 \times 9,9856}{38}$$

$$\frac{152,1691+189,7264}{38}$$

$$S^2 = 8,99725$$

*Uji Bartlett:*

$$\begin{aligned} B &= (\log S^2) \Sigma (n_i-1) \\ &= \log 8,99725(38) \\ &= 0,954 \times 38 \end{aligned}$$

$$B = 36,252$$

*Chi-Kuadrat:*

$$\begin{aligned} X^2 &= (\ln 10) \{(B - \Sigma(n_i-1) \log S_i^2)\} \\ &= (2,3026) \{(36,252) - 38(0,90)\} \\ &= (2,3026) (2,052) \\ &= 4,73 \end{aligned}$$

Kriteria Pengujian:

Terima hipotesis varians populasi homogen, jika:  $X^2 \leq X^2_{(1-\alpha)(k-1)}$  dengan taraf nyata  $\alpha_1 = 0,01$  dan  $dk = k-1$

Dari daftar distribusi diperoleh  $X^2_{(1-0,01)(2-1)} = X^2_{(0,99)(1)} = 6,63$ . Ternyata harga  $X^2_{hitung}$  lebih kecil dari  $X^2_{daftar}$  ( $0,01 < 6,63$ ), sehingga dapat di simpulkan bahwa data hasil penelitian memiliki varians populasi yang homogen.

## **E. Pengujian Hipotesis**

Diketahui:

Dalam perhitungan homogenitas diperoleh  $S^2 = 8,99725$ , dan  $S = \sqrt{8,99725} = 2,99$

Sedang  $X_1 = 16,8$

$$X_2 = 21,9$$

Rumus:

$$\begin{aligned}
t &= \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \\
&= \frac{16,8 - 21,9}{2,99 \sqrt{\frac{1}{20} + \frac{1}{20}}} \\
&= \frac{-5,1}{2,99(0,316)} \\
&= \frac{-5,1}{0,945}
\end{aligned}$$

$$= -5,4$$

Kriteria pengujian:

Terima  $H_0$ , jika :  $-t_{(1-1/2\alpha)} < t < t_{(1-1/2\alpha)}$  dengan taraf nyata  $\alpha = 0,01$  dengan dk  $(n_1 + n_2 - 2)$

Dari daftar distribusi di peroleh  $t_{(1-0,005)(20+20-2)} = t_{(0,995)(38)} = 2,75$ . Ternyata harga  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{daftar}$  atau harga  $t_{hitung}$  telah berada diluar daerah penerimaan  $H_0$ , sehingga dapat di simpulkan  $H_0$  ditolak dan dapat menerima  $H_1$ .

**Jadwal latihan kekuatan otot tungkai pada cabang olahraga pencak silat siswa kelas VIII SMP N 15 Kota Gorontalo**

Minggu ke : 1

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	waktu	ket
1.	Selasa, 22 -03-2011 pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Penjelasan</li> <li>- Pree tes (tes awal) tendangan sabit</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	1	3	10 menit  60 menit  10 menit	
2.	Kamis, 24-03 - 2011  Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	5	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu,26-03-2011  Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	6	10 menit  30 menit  10 menit	



## Minggu ke : 2

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	Waktu	ket
1.	Selasa, 29-03-2011 pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	7	10 menit  30 menit  10 menit	
2.	Kamis, 31-03-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	6	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu, 02-04-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	8	10 menit  30 menit  10 menit	

## Minggu ke : 3

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	waktu	ket
1.	Selasa, 05-04-2011 pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	7	10 menit  30 menit  10 menit	
2.	Kamis, 07-04-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	8	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu, 09-04-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	9	10 menit  30 menit  10 menit	

## Minggu ke : 4

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	waktu	ket
1.	Selasa,12-04-2011 <p>pukul 15.30</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	8	10 menit  30 menit  10 menit	
2.	Kamis,14-04-2011  Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	9	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu,16-04-2011  Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelemasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	10	10 menit  30 menit  10 menit	

## Minggu ke : 5

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	waktu	ket
1.	Selasa, 19-04-2011 pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	3	8	10 menit  30 menit  10 menit	
2.	Kamis, 21-04-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	3	7	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu, 23-04-2011 Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	9	10 menit  30 menit  10 menit	

## Minggu ke :6

no	Hari/tanggal	Materi latihan	set	ref	waktu	ket
1.	Selasa,26-04-2011 <p>pukul 15.30</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	3	7	10 menit  30 menit  10 menit	
2.	Kamis,28-04-2011  Pukul 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Lompat kotak dan lompat tali</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	10	10 menit  30 menit  10 menit	
3	Sabtu,30-04-2011	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemanasan stracing statis dan dinamis</li> <li>- Post test ( tes akhir) kemampuan melakukan tendangan sabit</li> <li>- Istrahat</li> <li>- Cooling down (pelepasan) atau pemulihan</li> </ul>	2	3	10 menit  60 menit  10 menit	



**Foto Saat melakukan pemanasan statis**



**Foto saat melakukan pemanasan**





**Foto siswa saat melakukan tendangan sabit**



**Foto saat melakukan tendangan sabit**



**Foto siswa setelah melakukan tendangan sabit**



**Foto siswa sedang mendengarkan pengarahan setelah melakukan latihan**



## Curriculum vitae



Sumliy, lahir di Kel. Lemo Kec. Kulisusu Kab. Buton Utara Propinsi Sulawesi Tenggara, pada Tanggal 10 November 1987 merupakan anak ke enam (6) dari pasangan Bapak Dabia dan Ibu Amida, menyelesaikan Sekolah Dasar Negeri 2 Bone Rombo Tahun 1999, SMP Negeri 4 Kulisusu Tahun 2002, SMA PGRI Lemo Tahun 2005. Masuk ke perguruan tinggi negeri di Gorontalo yakni Universitas Negeri Gorontalo.

Penulis masuk di Universitas Negeri Gorontalo melalui undangan penjangkaran, *Alhamdulillah* lulus bebas tes di Jurusan Penjaskes Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan (FIKK) Universitas Negeri Gorontalo pada Tahun 2006.

Selain mengikuti pendidikan formal, penulis juga mengikuti berbagai kegiatan nonformal di antaranya:

1. Peserta pembinaan belajar kampus (pbk) tahun 2006 di universitas negeri girontalo.
2. Pengurus ikatan pelajar mahasiswa indonesia buton utara (ipmibu) tahun 2008.
3. Peserta tim pemenang pemilihan legislatif se- propinsi gorontalo oleh partai golkar tahun 2009 di gorontalo.
4. Peserta program pengenalan lapangan (ppl-1) jurusan pendidikan keolahragaan tahun 2009.
5. Peserta program pengenalan lapangan (ppl-2) di smp negeri 2 telaga kab. Gorontalo tahun 2010.
6. Peserta kks ung di desa buntulia selatan kec.marisa kab. Pohuwato tahun 2009

7. Panitia seminar, pentas seni dan tadarus puisi tahun 2012 di buton utara
8. Sterring organisasi ikatan pelajar mahasiswa indonesia buton utara (ipmibu) di gorontalo  
2013
9. Ketua tim pemenangan pemilihan legislatif oleh partai gerindra di buton utara tahun  
2014.