

ABSTRAK

SOFYAN S.PAHUDE. 832 409 015 Judul Skripsi “ Pengaruh Latihan *Push-Up* Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Dalam Cabang Olahraga atletik Pada Siswa Putra Kelas VIII 2 SMP Negeri 1 Limboto Kab. Gorontalo “.

Masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah terdapat pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan tolak peluru dalam cabang olahraga atletik pada siswa putra kelas VIII 2 SMP negeri 1 limboto kabupaten gorontalo. Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Untuk menguji hipotesis yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan tolak peluru dalam cabang olahraga atletik di gunakan teknik pengujian statistik deskriptif dan uji hipotesis menggunakan uji t. Dalam pedoman analisis ini lebih di titik beratkan pada pengujian kesamaan rata-rata.

Dari hasil perhitungan data *pre-test* dan *post-test* terlebih dahulu di adakan pengujian normalitas data dan pengujian homogenitas data. Hasil pengujian normalitas data variabel X dan Y menunjukkan data kedua variabel berdistribusi tidak normal. Sedangkan pada pengujian homogenitas data antara dua variabel berasal dari populasi yang berdistribusi homogen. Dari hasil analisis data eksperimen hasil data *pre-test* dan *post-test* pada pengujian t observasi = 7,04 dari tabel nilai t atau t tabel pada alfa $\alpha = 0,05$; dk = n-1 (20-1= 19) diperoleh harga tabel = 1.73 dengan demikian t observasi lebih besar dari pada t tabel, kreteria pengujian menyatakan bahwa tolak Ho jika t observasi (t_o) > t tabel (t_t), oleh karena itu hipotesis alternative Ha dapat di terima atau terdapat pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan tolak peluru pada siswa putra kelas VIII 2 SMP negeri 1 limboto kabupaten gorontalo.

Kata kunci : Latihan *Push-Up*. Atletik Tolak Peluru.

LEMBAR PENGESAHAN
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Yang Berjudul :

PENGARUH LATIHAN *PUSH-UP* TERHADAP KEMAMPUAN TOLAK PELURU
DALAM CABANG OLAHRAGA ATLETIK PADA SISWA PUTRA KELAS VIII
SMP NEGERI 1 LIMBOTO KABUPATEN GORONTALO

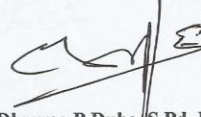
OLEH
SOFYAN S.PAHUDE
NIM : 832409015

PEMBIMBING I



Ruslan, S.Pd, M.Pd
Nip. 19780817200501003

PEMBIMBING II



Edy Dharma P. Duhe, S.Pd, M.Pd
Nip. 19810615200812121001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan



Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd
Nip. 195709021982032001