

ABSTRAK

HARNOTO DAMOOLII. 832 410 037. Judul Skripsi “Pengaruh Latihan *Push Up* Terhadap Jauhnya Lemparan *Chest Pass* Pada Permainan Bola Basket Pada Siswa Kelas VIII SMP NEGERI 1 LOLAK

Masalah dalam penelitian: apakah Terdapat Pengaruh latihan *push up* Terhadap Jauhny lemparan (*Chest pass*) Pada Permainan Bola basket pada siswa kelas VIII SMP NEGERI 1 LOLAK Tujuan dalam penelitian ini: untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh Latihan *push up* terhadap jauhnya lemparan *chest pass* pada permainan bola basket.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri I Lolak Kab. Bolaang Mongondow selama 2 bulan. Penelitian menggunakan metode eksperimen “*one group and post test design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putera SMP Negeri I Lolak yang berjumlah 87 orang dengan sampel sebanyak 20 orang. Menggunakan tehnik analisis data dengan uji. Hasil analisis data yang diperoleh bahwa harga $t_{hitung}=4,36$, nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,01; dk = n-1 (20-1 =19)$ di peroleh harga sebesar 640,75. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari $t_{tabel}(t_{hitung} = 4,36 > t_{tabel} = 640,75)$. Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak H_0 : jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada $\alpha =0,01; n-1$, oleh karena itu hipotesis alternative atau H_a dapat diterima, dan menolak H_0 sehingga dapat simpulkan bahwa pelatihan *push up* dapat memberikan pengaruh yang signifikan dalam peningkatan jauhnya *chest pass*.

Dari pernyataan tersebut, harga t_{hitung} berada dalam daerah penerimaan H_a dan menolak H_0 sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh pelatihan *push up* terhadap peningkatan jauhnya operan dada(*chest pass*) pada permainan bola basket atlet putera SMP Negeri I Lolak.

Kata Kunci : Latihan *push up*, *chest pass* dan Bola Basket.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing I

Pembimbing II



Marsa Lie Tumbal, S.Pd, M.Pd
NIP. 19760423 200501 1 015



Zulkifli Lamusu, S.Pd, M.Pd
NIP. 19830725 200812 1 002

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan

Universitas Negeri Gorontalo



Dra. Hj. Nurhavati Liputo, M.Pd
NIP.19570902 198203 2 001