

ABSTRAK

SEFTIYANI R. ABAS. 832 410 046. Judul Skripsi “Pengaruh Latihan Variasi *Push-Up* Terhadap Ketepatan Pukulan *Forehand* Dalam Cabang Olahraga Tenis Lapangan Pada Petenis Pemula di SDN 5 Bulango Utara”. Skripsi ini dibawah bimbingan Marsa Lie Tumbal S.Pd, M.Pd dan Suriyadi Datau S.pd M.pd.

Masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh latihan variasi *push-up* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dalam cabang olahraga tenis lapangan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Apakah terdapat pengaruh latihan variasi *push-up* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dalam cabang olahraga tenis lapangan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen yakni “one group and post test design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN 5 Bulango Utara yang berjumlah 123 orang dengan sampel sebanyak 20 orang siswa. Tehnik analisis yang digunakan adalah tehnik uji t. dari hasil analisis data diperoleh bahwa harga t_{hitung} sebesar 13.093 dan t_{tabel} sebesar 1.729 berarti t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan menolak H_o . Jadi dapat disimpulkan berarti latihan Variasi *Push-Up* memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan pukulan *forehand* pada permainan tenis lapangan.

Berdasarkan hal tersebut, maka harga t_{hitung} telah berada didalam daerah H_a sehingga H_a yang menyatakan terdapat pengaruh latihan Variasi *Push-Up* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dalam permainan tenis lapangan pada petenis pemula di SDN 5 Bulango Utara dapat diterima.

Kata Kunci : Latihan Variasi *Push-Up* Dan Ketepatan Pukulan *Forehand*

PERSETUJUAN PEMBIMBING
PENGARUH LATIHAN VARIASI *PUSH-UP* TERHADAP KETEPATAN
PUKULAN *FOREHAND* DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS
LAPANGAN PADA PETENIS PEMULA DI SDN 5 BULANGO UTARA

Oleh : Seftiyani R. Abas

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I



Marsa Lie Tumbal S.Pd. M.Pd
Nip. 197604232005011015

Pembimbing II



Surivadi Datau S.Pd. M.Pd
Nip. 198204192006041001

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga



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