

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Yang Berjudul :

“Pengaruh Latihan *Quick Leap* terhadap prestasi lompat jauh gaya menggantung
Pada Siswa Putri Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga”

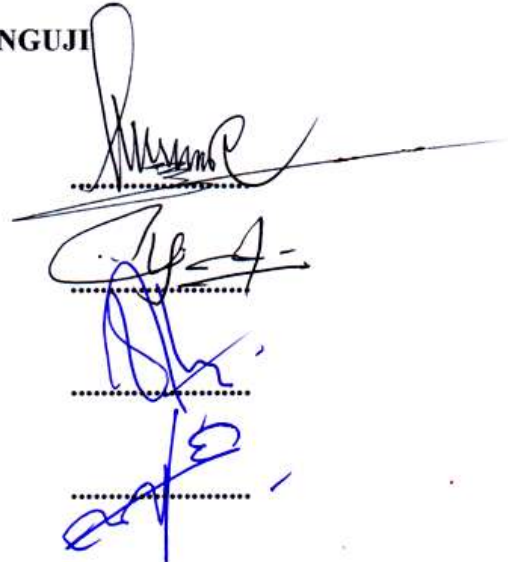
Oleh

WALFAJRI
832410112

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 24 Maret 2016

DEWAN PENGUJI

1. **Drs. Ruskin, M.Pd**
Nip. 19571231 198603 1 026
2. **Syarif Hidayat, S.Pd Kor, M.Or**
NIP. 19790403 200501 1 003
3. **Dra. Nurhayati Liputo, M.Pd**
NIP. 19570902 198203 2 001
4. **Edy Dharma P.Duhe,S.pd M.Pd**
NIP. 198106152008121001



Gorontalo,

2016

MENGETAHUI
DEKAN FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN



Dr. LINTJE/BOEKESOE. M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

WALFAJRI / 832410112 “Pengaruh Latihan Quick Leap Terhadap Prestasi Lompat Jauh Gaya Menggantung Pada Siswa Putri Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga” Dosen Pembimbing 1 Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd dan Dosen Pembimbing 2 Edy Dharma P. Duhe, S.Pd. M.Pd.

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat Pengaruh Latihan *Quick Leap* Terhadap Prestasi Lompat Gaya Menggantung Pada Siswa Putri kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Tujuan Penelitian untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh Latihan Quick Leap Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Menggantung Pada Siswa Putri Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Metode penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian Eksperimen. Untuk menguji hipotesis digunakan teknik pengujian statistik deskriptif dan uji hipotesis menggunakan uji t. hasil penelitian merupakan data *pre-tes* dan *post-tes* pada pengujian t yaitu diperoleh harga t_{hitung} 6,25 sedangkan untuk harga t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n-1$ ($20-1=19$) diperoleh sebesar 1,729. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} 6,25 > t_{tabel} = 1,729$). Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak H_0 : jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada $\alpha 0,05$; $n-1$, oleh karena itu H_a dapat diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat Pengaruh Latihan *Quick Leap* Terhadap Prestasi Lompat Jauh Gaya Menggantung Pada Siswa Putri Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

Kata kunci : *Quick Leap*, Lompat Jauh