

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi yang berjudul :

**PENGARUH LATIHAN *PUSH UP* TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*
ATAS PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA PUTRA
KELAS XI SMA NEGERI 1 KABILA**

Oleh

AGUS OME
NIM : 831 413 018

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I



Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, Dra. M.Kes
NIP. 19580520 198203 2 002

Pembimbing II



Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
NIP. 19710721 200212 2 001

Gorontalo, Juli 2017

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan



Drs. Sarjan Mibe, M.S
NIP. 19610805 198703 1 003

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skrripsi yang berjudul :
**PENGARUH LATIHAN *PUSH UP* TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*
ATAS PADA PERMAINAN BOLAVOLI SISWA PUTRA KELAS XI
SMA NEGERI 1 KABILA**

Oleh
AGUS OME
NIM : 831 413 018

Telah dipertahankan didepan dewan penguji
Hari/Tanggal : Selasa, 11 Juli 2017
Waktu : 09.00 - Selesai

Penguji

1. Ruslan, S.Pd, M.Pd
NIP. 19780817 200501 1 003

2. Mirdayani Pauwani, S.Pd, M.Pd
NIP. 19840503 200802 2 014

3. Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, Dra. M.Kes
NIP. 19580520 198203 2 002

4. Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
NIP. 19710721 200212 2 001

Gorontalo, Juli 2017
Mengetahui
Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan


Dr. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Agus Ome. 831413018. Skripsi “*Pengaruh Latihan Push Up Terhadap Kemampuan Passing Atas pada Permainan Bola Voli Siswa Putra kelas XI Sma Negeri 1 Kabila*”. Program Studi S1 Pend. Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Bimbingan dari Ibu Dr. Hj. Aisyah R. Pomatahu, M.Kes sebagai pembimbing I dan Ibu Risna Podungge, S.Pd, M.Pd sebagai pembimbing II.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar pengaruh Latihan *Push Up* Terhadap Kemampuan Passing Atas pada Permainan Bola Voli Siswa Putra kelas xi Sma Negeri 1 Kabila. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Desain penelitian menggunakan desain *pre test* dan *post test*. Sampel penelitian sebanyak 23 orang dimana penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian dari uji normalitas data *pre test* menunjukkan bahwa $L_{hitung} = 0,89$ sedangkan $L_{tabel} = 0,179$. Pada criteria pengujian menyatakan bahwa jika $L_{hitung} \leq L_{tabel}$, maka dapat disimpulkan bahwa data *pre test* kemampuan *passing* atas berdistribusi normal. Hasil penelitian dari uji normalitas *post test* menunjukkan bahwa $L_{hitung} = 0,97$ sedangkan $L_{tabel} = 0,179$. Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika $L_{hitung} \leq L_{tabel}$, maka dapat disimpulkan bahwa data *post test* kemampuan *passing* atas berdistribusi normal. Dari hasil analisis dan pengujian untuk variabel kemampuan *passing* atas menunjukkan harga $t_{hitung} = 30,71$. Sedangkan nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n-1$ ($23 - 1 = 22$) di peroleh harga sebesar 1,73. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{table} ($t_{hitung} = 29.65 > t_{tabel} = 1,73$). Sehingga H_0 ditolak H_a diterima.

Kata kunci: ***Latihan Push Up, Passing Atas dan Permainan Bola Voly.***

ABSTRACT

Agus Ome. 831413018. Thesis *"The Effect of Exercise Push Up Against Top Passing Ability in Student Ball Games of Class XI Student of SMA Negeri 1 Kabila"*. Undergraduate Program of Physical Education, Health and Recreation, Department of Sporting Education, Faculty of Sport and Health, State University of Gorontalo. Guidance from Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, Dra., M.Kes as mentor I and Risna Podungge, S.Pd, M.Pd as mentors II.

This study aims to see how much influence Push Up Exercise Against Ability Passing Up on Student Ball Games Student XI Class SMA Negeri 1 Kabila. The method used in this research is experimental research method. The research design uses pretest and posttest design. The sample of research is 23 people where the sampling using purposive sampling technique. The result of the test of normality of pretest data shows that $L_{count} = 0,89$ while $L_{table} = 0,179$. In the test criteria states that if $L_{count} \leq L_{table}$, it can be concluded that the data pretest passing ability over normal distributed. The results of the posttest normality test showed that $L_{count} = 0,97$ while $L_{table} = 0,179$. In the test criteria states that if $L_{count} \leq L_{table}$, it can be concluded that the posttest capability of passing above the normal distribution. From the results of analysis and testing for the variable passing ability above shows the price $t_{count} = 30,71$. While the value of t_{table} at $\alpha = 0,05$; $Dk = n-1$ ($23 - 1 = 22$) at the price of 1.73. Thus t_{count} is greater than t_{table} ($t_{count} = 29,65 > t_{table} = 1,73$). So H_0 rejected H_a accepted.

Keywords: *Exercise Push Up, Passing Up and Volleyball Games.*

