



DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL RI  
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO  
Jl. Jend. Sudirman No. 06 Tlp (0435) 821125 Gorontalo

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi yang berjudul :

**PENGARUH LATIHAN *PUSH UP* TERHADAP KEMAMPUAN *CHEST PASS* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 1 TAPA**

**MOH ZAKIR HUSAIN**  
Nim 831 413 259

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. SARJAN MILE, MS  
NIP. 19610508 198703 1 003

SURYADI DATAU S.Pd, M.Pd  
NIP. 19820419 200604 1001

Mengetahui :  
Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan

Drs. SARJAN MILE, MS  
NIP. 19610805 198703 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul :

PENGARUH LATIHAN *PUSH UP* TERHADAP KEMAMPUAN *CHEST PASS* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 1 TAPA

MOH ZAKIR HUSAIN

Nim 831 413 259

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Hari/Tanggal : Selasa, 11 Juli 2017

Waktu : 08.00 - Selesai

Penguji

1. RISNA PODUNGGE, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19710721 200212 2 001
2. ROSBIN PAKAYA, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19850323 201504 1 003
3. Drs. SARJAN MILE, MS  
NIP. 19610805 198703 1 003
4. SURIYADI DATAU, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19820419 200604 1 001

1.....

2.....

3.....

4.....

Garontalo, Juli 2017

Mengetahui

Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



Dr. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes

NIP. 19590110 198603 2 003

## ABSTRAK

**Nama : MOH ZAKIR HUSAIN, Nim: 831413259 “Pengaruh Latihan *push up* terhadap kemampuan *chest pass* dalam permainan bola basket pada siswa putra kelas VIII SMP NEGERI 1 TAPA ”**

Tujuan penelitian ini :Untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh Latihan *Push Up* Terhadap Kemampuan *chest pass* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 TAPA. Metode penelitian: Penelitian Eksperimen. Desain Penelitian ini menggunakan one group *pretest* dan *Post Test Desigen*. Sampel penelitian sebanyak 16 orang dengan populasi 105 orang dan penarikan sampel menggunakan teknik *Remdom sampling*.

Hasil penelitian ini :Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *chest pass* dalam permainan Bola Basket. Hal ini didasari setelah dilakukan perhitungan statistik hasil penelitian tes awal ( $X_1$ ) diperoleh nilai rata-rata sebesar 35,6458 nilai variansi 2,3763 dan standar deviasinya 1,5451. Untuk tes akhir ( $X_2$ ) diperoleh nilai rata-rata sebesar 135,7940 nilai variansi 10,25293 dan standar deviasinya 3,20201. Adapun nilai rata – rata peningkatan dari tes awal sampai tes akhir yaitu 4,9649. Dari hasil analisis dan pengujian untuk variabel kemampuan melakukan *chest pass* menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar 12,53 Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga  $t_{daftar}$  sebesar 1,753. Sehingga hipotesis berbunyi terdapat pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *chest pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Tapa

Kata Kunci :Latihan *Push up*, kemampuan *chest pass* Permainan Bola Basket.

## ABSTRACT

**Name: MOH ZAKIR HUSAIN, Nim: 831413259 "Effect of push up practice on the ability of chest pass in basketball game on students of class VIII SMP NEGERI 1 TAPA"**

The purpose of this study: To find out how much Push Up Exercise Effect Against the Ability of chest pass In Basketball Games In Grade VIII Students of SMP Negeri 1 TAPA. Research method: Experimental research. Design This study uses one group pretest and Post Test Design. Research sample counted 16 people with population 105 people and samples using Remdom sampling technique.

The results of this study: Based on the results of research can be concluded that there is influence of push up practice to the ability of chest pass in the game Basketball. This is based on the statistical test results of the initial test (X1) obtained an average value of 35.6458 value of variance 2.3763 and standard deviation 1.5451. For the final test (X2) obtained an average value of 135.7940 variance value of 10.25293 and deviation standard 3.20201. The average value of the increase from the initial test until the final test is 4.9649. From the analysis and test for the variable ability to perform the chest pass shows the price  $t_{hitung}$  of 12.53 While from the distribution list obtained  $t_{daftar}$  price of 1.753. So the hypothesis reads that there is influence of push up practice on the ability of chest pass in Basketball game on students of class VIII SMP Negeri 1 Tapa

Keywords: Exercise Push up, chest pass ability Basketball Game

