

LEMBAR PENGESAHAN

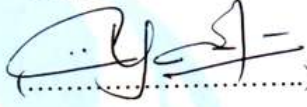
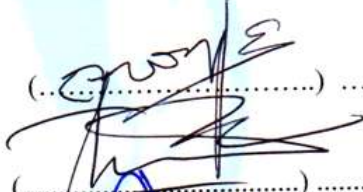
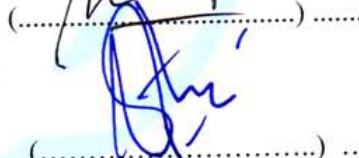

Skripsi yang berjudul : “Pengaruh latihan *single leg speed hop* terhadap frekuensi tendangan sabit pada olahraga pencak silat mahasiswa jurusan pendidikan jasmani semester III Universitas Negeri Gorontalo ”

Oleh

CITRA MUSA
NIM : 832 411 006

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
pada tanggal 29 Desember 2015

DEWAN PENGUJI

NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
1. <u>Syarif Hidavat, S.Pd. Kor, M.Or</u> NIP. 19790403 200501 1 003	
2. <u>Edy Dharma P. Duhe, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19590119 200812 1 001	
3. <u>Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19581219 198203 1 002	
4. <u>Dra. Hj. Nurhavati Liputo, M.Pd</u> NIP. 19570902 198203 2 001	

Gorontalo, Desember 2015

MENGETAHUI
DEKAN FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN



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

ABSTRAK

CITRA MUSA. NIM: 832411006, 2015 “Pengaruh latihan *single leg speed hop* terhadap frekuensi tendangan sabit pada olahraga pencak silat mahasiswa jurusan pendidikan jasmani semester III Universitas Negeri Gorontalo”

Skripsi, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Ibu Dra. Hj, Nurhayati Liputo, M.Pd dan Pembimbing II Bapak Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd. M.Pd.

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh latihan *single leg speed hop* terhadap frekuensi tendangan sabit pada olahraga pencak silat mahasiswa, penelitian ini dilaksanakan dengan mengambil sampel sebanyak 20 Mahasiswa jurusan pendidikan jasmani semester III. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat Pengaruh latihan *single leg speed hop* terhadap frekuensi tendangan sabit pada olahraga pencak silat mahasiswa sehingga dapat disimpulkan data hasil penelitian ini memiliki varians yang homogenitas.

Dari perhitungan pada tabel III diperoleh nilai selisih yang tertinggi atau L observasi (L_o) yaitu **0,0745**. Berdasarkan tabel nilai kritis L Uji Liliefors pada $\alpha = 0,01$; $n = 20$ ditemukan L tabel atau (L_t) yaitu **0,231** jadi L observasi (L_o) lebih kecil dari pada L_t . Kriteria pengujian menyatakan bahwa jika $L_o \leq L_t$, maka H_o **diterima**. Dengan demikian pengujian normalitas ini dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Hasil pengujian kesamaan varians. Berdasarkan hasil pengujian diperoleh F observasi (F_o) yaitu 2,75. Dari tabel distribusi F atau (F_t) pada $\alpha = 0.05$; jadi (F_o) lebih kecil dari pada (F_t)= 4,41, berdasarkan criteria pengujian jika $F_o \leq F_t$, maka H_o diterima. Dengan demikian kesimpulan pengujian latihan *SINGLE LEG SPEED HOP* memiliki kesamaan atau homogen.

Kata Kunci : *Single Leg Speed Hop*, Tendangan Sabit Dan Pencak Silat