

SUMMARY

PENAMBAHAN LATIHAN JALAN TANDEM LEBIH MENINGKATKAN STABILISASI DINAMIS DALAM GERAKAN MELOMPAT DARIPADA LATIHAN TRAMPOLINE

Created by Niken Ayu Wulandari

- Subject** : PENAMBAHAN LATIHAN JALAN TANDEM LEBIH
MENINGKATKAN STABILISASI DINAMIS DALAM GERAKAN MELOMPAT DARIPADA
LATIHAN TRAMPOLINE
- Subject Alt** : PENAMBAHAN LATIHAN JALAN TANDEM LEBIH
MENINGKATKAN STABILISASI DINAMIS DALAM GERAKAN MELOMPAT DARIPADA
LATIHAN TRAMPOLINE
- Keyword** : LATIHAN JALAN TANDEM LEBIH MENINGKATKAN STABILISASI DINAMIS;
GERAKAN MELOMPAT; LATIHAN TRAMPOLINE;

Description :

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penambahan latihan jalan tandem lebih meningkatkan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat daripada latihan trampoline. Penelitian ini dilaksanakan di klinik Fisioterapi Universitas Esa Unggul pada tanggal 17 Juni 2013 sampai dengan 25 Juli 2013.

Metode: Penelitian ini bersifat quasi eksperiment dan menggunakan teknik sampel random sampling. Terdiri dari 20 orang yang dibagi dalam dua kelompok. 10 orang dalam kelompok perlakuan I diberi latihan trampoline serta 10 orang lainnya dalam kelompok perlakuan II yang diberikan penambahan latihan jalan tandem pada latihan trampoline. Hasil: Hasil uji normalitas dengan Shapiro wilk test didapatkan data berdistribusi normal dan uji homogenitas dengan Levene's test didapatkan data memiliki varian yang homogen. Hasil uji hipotesis I dengan Paired Sample T-test didapatkan nilai p 0,000 (H_0 ditolak) yang berarti ada peningkatan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat setelah pemberian latihan trampoline. Hasil uji hipotesis II dengan Paired Sample T-test didapatkan nilai p 0,000 (H_0 ditolak) yang berarti ada peningkatan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat setelah pemberian latihan trampoline dengan latihan jalan tandem. Pada hasil uji hipotesis III dengan T-Test Independent menunjukkan nilai p 0,000 (H_0 ditolak) yang berarti penambahan latihan jalan tandem lebih meningkatkan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat daripada latihan trampoline. Kesimpulan: Bahwa penambahan latihan jalan tandem lebih meningkatkan stabilisasi dinamis dalam gerakan melompat daripada latihan trampoline.

- Date Create** : 13/11/2013
- Type** : Text
- Format** : PDF
- Language** : Indonesian
- Identifier** : UEU-Undergraduate-2009-65-079

Collection : 2009-65-079
Source : Perpustakaan Esa Unggul
Relation Collection Universitas Esa Unggul
COverage : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul
Right : Copyright @2013 by UEU Library

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor