

## SUMMARY

# PERBEDAAN ANTARA INTERVENSI WOBBLE BOARD BALANCE EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE DENGAN INTERVENSI THERABAND STRENGTHENING EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN TINGGI LOMPATAN ANAK USIA 7-8 TAHUN

Created by Luluk Maulina

- Subject** : PERBEDAAN ANTARA INTERVENSI WOBBLE BOARD BALANCE EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE DENGAN INTERVENSI THERABAND STRENGTHENING EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN TINGGI LOMPATAN ANAK USIA 7-8 TAHUN
- Subject Alt** : PERBEDAAN ANTARA INTERVENSI WOBBLE BOARD BALANCE EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE DENGAN INTERVENSI THERABAND STRENGTHENING EXERCISE DAN BOX JUMP EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN TINGGI LOMPATAN ANAK USIA 7-8 TAHUN
- Keyword** : Wobble Board, Balance Exercise, Theraband, Strengthening Exercise, Box Jump, lompat

### Description :

Terdiri dari VI Bab, 108 Halaman, 9 Tabel, 19 Gambar, 2 Grafik, 4 Skema, 9 Lampiran

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara intervensi Wobble Board Balance Exercise dan Box Jump Exercise dengan Theraband Stengthening Exercise dan Box Jump Exercise terhadap peningkatan tinggi lompatan anak usia 7-8

tahun. Sampel : Sampel terdiri dari 32 orang yang dipilih berdasarkan tehnik randomized pre-test dan post-test design dengan menggunakan tabel assesment yang tersedia. Sampel dikelompokkan menjadi kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II, kelompok perlakuan I terdiri dari 16 orang yang diberikan intervensi Wobble Board Balance Exercise dan Box Jump Exercise serta kelompok perlakuan II yang terdiri dari 16 orang yang diberikan intervensi Theraband Strengthening exercise dan Box Jump Exercise. Metode : penelitian ini merupakan jenis quasi experimental untuk mengetahui efek suatu intervensi yang dilakukan terhadap obyek penelitian.

Analisis statistik penelitian ini menggunakan Paired Samples test dan Uji T. Hasil : Hasil Paired Samples test pada kelompok perlakuan I nilai  $p=0,000$  ( $p < \alpha = 0.05$ ) dan pada kelompok perlakuan II nilai  $p=0,000$  ( $p < \alpha = 0.05$ ) yang berarti bahwa intervensi yang dilakukan pada masing-masing kelompok berpengaruh pada peningkatan tinggi lompatan. Sedangkan hasil Uji T menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p < \alpha = 0.05$ ) yang berarti bahwa ada perbedaan pengaruh pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II.

Kesimpulan : Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan tinggi lompatan pada kelompok I yang diberikan intervensi Wobble Board Balance Exercise dan Box Jump Exercise dengan kelompok II yang diberikan intervensi Theraband Strengthening exercise dan Box Jump Exercise. Pada penelitian ini disarankan agar untuk mendapatkan hasil yang optimal, dan diharapkan dapat diaplikasikan dengan prosedur yang benar demi tercapainya hasil yang optimal.

Kata Kunci : Wobble Board, Balance Exercise, Theraband, Strengthening Exercise, Box Jump, lompat

**Date Create** : 17/11/2014  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-undergraduate\_2011-66-189  
**Collection** : undergraduate\_2011-66-189  
**Source** : Undergraduate these fisioterapi of faculty  
**Relation Collection** Universitas Esa Unggul  
**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul  
**Right** : copyright2014@esaunggul

**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