

SUMMARY

PERBEDAAN TUCK JUMP EXERCISE DAN DEPTH JUMP EXERCISE PADA WOBBLE BOARD EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN TINGGI LOMPATAN ANAK USIA 11-12 TAHUN

Created by MERINDA ULFA

Subject : LATIHAN, TINGGI BADAN, LOMPATAN

Subject Alt : EXERCISE, WEIGHT, JUMP

Keyword : tuck jump exercise;depth jump exercise;wobble board exercise;tinggi lompatan

Description :

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan tuck jump exercise dan depth jump exercise pada wobble board exercise terhadap peningkatan tinggi lompatan pada anak usia 11-12 tahun. Sampel : Terdiri dari 26 orang siswa SDN Karang Tengah 07, dipilih berdasarkan teknik purposive sampling. Sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok perlakuan, kelompok perlakuan I terdiri dari 13 orang dengan latihan tuck jump dengan wobble board dan kelompok perlakuan II yang terdiri dari 13 orang dengan latihan depth jump dengan wobble board. Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan pre test-post test design untuk mengetahui perbedaan suatu latihan yang diberikan terhadap objek penelitian. Analisis statistik penelitian ini menggunakan Paired Sample Test dan Independent Sample T-Test. Hasil : Hasil uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk Test didapatkan data terdistribusi normal sedangkan uji homogenitas menggunakan Levene's Test didapatkan data varian yang homogen. Uji hipotesis I menggunakan Paired Sample Test menunjukkan nilai $p=0.000$ dengan $\text{mean}\pm\text{SD}$ sebelum = 25.592 ± 3.5797 dan $\text{mean}\pm\text{SD}$ sesudah = 30.885 ± 4.0008 yang berarti tuck jump exercise dan wobble board exercise dapat meningkatkan tinggi lompatan anak usia 11-12 tahun. Uji hipotesis II menggunakan Paired Sample Test menunjukkan nilai $p=0.000$ dengan $\text{mean}\pm\text{SD}$ sebelum = 27.169 ± 2.9767 dan $\text{mean}\pm\text{SD}$ sesudah = 35.185 ± 2.9751 yang berarti depth jump exercise dan wobble board exercise dapat meningkatkan tinggi lompatan anak usia 11-12 tahun. Dan uji hipotesis III menggunakan Independent Sample T Test menunjukkan nilai $p=0.000$ dengan $\text{mean}\pm\text{SD}$ selisih kelompok I = 5.292 ± 0.8077 dan $\text{mean}\pm\text{SD}$ selisih kelompok II = 8.015 ± 0.6866 yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara tuck jump exercise dengan wobble board exercise dan depth jump exercise dengan wobble board exercise. Kesimpulan : Ada perbedaan antara tuck jump exercise dan depth jump exercise pada wobble board exercise terhadap peningkatan tinggi lompatan anak usia 11-12 tahun.

Date Create : 01/02/2016

Type : Text

Format : PDF

Language : Indonesian

Identifier : UEU-Undergraduate-201166037

Collection : 201166037

Source : Undergraduate Theses of Physiotherapi

Relation Collection Fakultas Fisioterapi

COverage : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul

Right : @2015 Perpustakaan Universitas Esa Unggul

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