

## SUMMARY

# LATIHAN BOX JUMP LEBIH BAIK DARI PADA HOPSCOTCH TERHADAP PENCAPAIAN LOMPAT JAUH ANAK USIA 8-11 TAHUN

Created by YUSAIROH

**Subject** : LATIHAN, LOMPAT, ANAK  
**Subject Alt** : EXERCISE, JUMP, CHILDREN  
**Keyword** : lompat jauh;latihan box jump;hopscotch

### Description :

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan latihan box jump dan hopscotch terhadap pencapaian lompat jauh anak usia 8-11 tahun. Sampel : sampel terdiri dari 20 orang yang dipilih berdasarkan tehnik sample random sampling. Sampel dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan I terdiri dari 10 orang yang diberikan latihan box jump dan kelompok perlakuan II terdiri dari 10 orang yang diberikan hopscotch. Metode : Penelitian ini bersifat eksperimen dengan pre test-post test two group design. Analisis statistik penelitian ini menggunakan Paired Sample T-Test dan Independent Sample T-Test. Hasil : Uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk Test didapat nilai  $p > 0,05$ ; data terdistribusi normal. Uji homogenitas menggunakan Levene's Test didapatkan nilai  $p > 0,05$ ; data homogen. Uji hipotesis I menggunakan Paired Sample T Test didapatkan nilai  $p = 0,000$  dan dengan nilai  $\text{mean} \pm \text{SD} = 125,90 \pm 12,096$  yang berarti terdapat peningkatan lompat jauh anak usia 8-11 tahun pada pemberian box jump. Uji hipotesis II menggunakan Paired Sample T Test didapatkan nilai  $p = 0,000$  dan dengan nilai  $\text{mean} \pm \text{SD} = 102,80 \pm 10,727$  yang berarti terdapat peningkatan lompat jauh anak usia 8-11 tahun pada pemberian hopscotch . Uji hipotesis III menggunakan Independent Sample T Test didapatkan nilai  $p = 0,005 < 0,05$  yang berarti ada perbedaan latihan box jump dan hopscotch dalam pencapaian lompat jauh anak usia 8-11 tahun. Kesimpulan : latihan box jump lebih baik dari pada hopscotch terhadap pencapaian lompat jauh anak usia 8- 11 tahun.

**Date Create** : 11/03/2016  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-201166066  
**Collection** : 201166066  
**Source** : Undergraduate Theses of Physiotherapi  
**Relation Collection** Fakultas Fisioterapi  
**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul  
**Right** : @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