

## RINGKASAN

**Muhammad Maulana Yusuf. Efek Aktifitas Memukul Bola Softball terhadap Perubahan Denyut Nadi pada Atlet Putra Softball Kota Tangerang. Skripsi, Jakarta : Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Olahraga Prestasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta 2013.**

Penelitian ini untuk mengetahui efek antara aktifitas memukul bola softball terhadap perubahan denyut nadi.

Penelitian dilakukan di lapangan baseball – softball Alam Sutra, Tangerang Selatan, pada tanggal 2 Desember 2013. penelitian menggunakan metode eksperimen dengan teknik *pre test – post test*. Populasi adalah seluruh anggota dari atlet putra softball Kota Tangerang sebanyak 15 orang yang terdaftar resmi pada PB Perbasasi Kota Tangerang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *total sampling*. Teknik pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis statistik korelasi sederhana dan korelasi ganda yang dilanjutkan dengan uji-t pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$ .

Hasil perhitungan denyut nadi awal dan akhir aktifitas memukul bola softball diperoleh selisih rata-rata ( $M_D$ ) 11,2 dengan standar deviasi perbedaan ( $SD_D$ ) 4,72. standar error perbedaan rata-rata ( $SE_{M_D}$ ) 1,26 dalam perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t hitung 8,89 dan nilai t tabel 2,14 pada taraf signifikan 5% dengan nilai t hitung > t tabel yang menunjukkan hipotesis nilai nihil atau ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan peningkatan denyut nadi awal dan akhir pada aktifitas memukul bola softball yang disebabkan oleh diperlukannya energi lebih, sehingga

pompaan jantung meningkat untuk mengedarkan kebutuhannya keseluruhan tubuh dan meningkatkan denyutan nadinya.