

**Sari Alam Megawati .T. (2010) : “Sumbangan Kesegaran Jasmani Terhadap Kemampuan Bantingan Bahu Selama Dua Menit (Satu Babak) pada Atlet Gulat Putra Kabupaten Brebes Tahun 2008”.** Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada sumbangan kesegaran jasmani terhadap kemampuan bantingan bahu selama dua menit (satu babak) pada atlet gulat putra Kabupaten Brebes Tahun 2008? Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sumbangan kesegaran jasmani terhadap kemampuan bantingan bahu selama dua menit (satu babak) pada atlet gulat putra Kabupaten Brebes Tahun 2008.

Metode penelitian yang digunakan adalah *survey tes*. Populasi yang digunakan adalah atlet gulat putra Kabupaten Brebes Tahun 2008 yang berjumlah 27 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Metode pengolahan data menggunakan analisis statistik deskriptif dan dilanjutkan uji hipotesis dengan uji korelasi regresi tunggal atau uji F yang sebelumnya dilakukan uji persyaratan analisis hipotesis. Data diolah dengan menggunakan sistem komputerisasi SPSS versi 10.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : perhitungan untuk kesegaran jasmani dengan kemampuan bantingan bahu selama dua menit (satu babak) diperoleh nilai  $F_{hitung}$  dengan nilai sebesar 11.150 dan nilai signifikansi sebesar  $0.003 < 0.05$  kesimpulannya terdapat sumbangan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan kemampuan bantingan bahu selama dua menit (satu babak) pada atlet gulat putra Kabupaten Brebes Tahun 2008. Besar sumbangannya adalah sebesar 30,8%.

Saran yang penulis ajukan adalah sebagai berikut: 1) Bagi para pelatih gulat supaya meningkatkan latihan daya tahan kepada pegulatnya karena daya tahan yang tinggi dapat mempertahankan penampilan dalam jangka waktu yang relatif lama secara terus menerus. 2) Latihan harus sesuai dengan hukum dan prinsip-prinsip latihan.

3) Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan dengan instrumen yang berbeda.