**PENGARUH LATIHAN SIRKUIT TERHADAP KEMAMPUAN PANJAT TEBING KATEGORI *LEAD* PADA MAHASISWA PECINTA ALAM UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG**

**Wahyu Herman
2020151125**

**Abstrak**

 Masalah penelitian ini ditemukan bahwa atlet belum memiliki daya tahan yang maksimal dalam memanjat tehnik lead climbing. Tujuan penelitian untuk mempengaruhi latihan sirkuit terhadap kemampuan panjat tebing kategori lead pada mahasiswa pecinta alam universitas pgri Palembang. Metode penelitian adalah metode eksperimen tehnik one group pretest-postest desain. Populasi penelitian berjumlah 7 orang dan sampel merupakan total populasi. Pengumpulan data menggunakan tes, dengan instrumen tes daya tahan atlet tehnik lead climbing. Analisis data menggunakan paired sampel t test SPSS 16. Hasil penelitian dinyatakan ada pengaruh latihan sirkuit terhadap kemampuan panjat tebing kategori lead pada mahasiswa pecinta alam universitas pgri Palembang karena Thitung > TTabel (6,810 > 1,83)

Kata Kunci. *Sirkuit, Lead Climbing*