

ABSTRAK

Andre Oktaviandi (2016) : Kontribusi Kecepatan Reaksi dan Daya tahan Kecepatan Terhadap Kemampuan Lari 400 Meter Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurang maksimalnya hasil lari 400 meter mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya kecepatan reaksi dan dayatahan kecepatan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi kecepatan reaksi dan dayatahan kecepatan terhadap kemampuan lari 400 meter mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Metode penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti perkuliahan atletik pendalaman yang berjumlah 45 orang. Yang dijadikan sampel mahasiswa putra saja berjumlah 31 orang, Dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus-September 2016, bertempat dilapangan Atletik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Data kecepatan reaksi diambil dengan tes *whole body reaction*, dayatahan kecepatan dengan tes *lari 300 meter*, dan kemampuan lari 400 meter dengan tes kemampuan lari 400 meter. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas dan dilanjutkan dengan analisis korelasi *product moment*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1). Terdapat kontribusi antara kecepatan reaksi terhadap kemampuan lari 400 meter, yaitu sebesar 19,64%; (2) terdapat kontribusi antara dayatahan kecepatan terhadap kemampuan lari 400 meter, yaitu sebesar 49,28%; (3) terdapat kontribusi antara kecepatan reaksi dan dayatahan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan lari 400 meter, yaitu sebesar 30,25%.

Kata Kunci: Kecepatan Reaksi, Dayatahan Kecepatan, dan Kemampuan Lari 400 Meter