ABSTRAK

Yogi Mei Fantri (2018): Pengaruh Hasil Latihan Acceleration Sprint Terhadap Prestasi Lari Jarak 100 Meter Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kota Payakumbuh.

Masalah dalam penelitian ini adalah lambannya peningkatan kemampuan atlet lari 100 meter Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 kota Payakumbuh. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *aaceleration sprint* terhadap kemampuan prestasi lari jarak 100 meter siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kota Payakumbuh.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kota Payakumbuh adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler atletik nomor lari jarak pendek yang berjumlah 18 orang. Teknik penarikan sampel di lakukan secara total sampling (sampel jenuh) sehingga di peroleh sampel sebanyak 18 orang. Teknik pengambilan data menggunakan tes lari cepat menempuh jarak 100 meter dengan 2 kali pengulangan dan di ambil hasil waktu tempuh tercepat. Teknik analisis data di lakukan tes dengan menggunakan uji t.

Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan: terdapat pengaruh yang signifikan latihan *acceleration sprint* terhadap kemampuan prestasi lari jarak 100 meter siswa sekolah menengah pertama negeri 2 kota payakumbuh.