ABSTRAK

Gunawan Siregar. 2019. Perbandingan Tes *Vertical Jump* dan *Standing Board Jump* Terhadap Jarak Luncuran Pada *Start* Renang Gaya Bebas

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurang maksimalnya jarak luncuran pada *start* renang gaya bebas pada mahasiswa jurusan kepelatihan FIK UNP tahun ajaran 2019. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang perbandingan tes *vertical jump* dan *standing board jump* terhadap jarak luncuran pada *start* renang gaya bebas pada mahasiswa jurusan kepelatihan FIK UNP tahun ajaran 2019.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Expost Facto* artinya penelitian yang bersifat membandingkan atau perbedaan. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa kepelatihan olahraga UNP yang sedang mengikuti perkuliahan renang dasar pada semester Januari-Juni 2019 yang berjumlah 26 0rang. Dengan teknik penarikan sampel adalah *total sampling* yaitu 26 0rang. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data adalah tes *vertical jump*, tes *standing board jump* dan tes luncuran pada *start* renang gaya bebas kemudian dianalisis dengan stastik teknik uji t secara manual.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu, 1) Terdapat pengaruht es*vertical jump* terhadap jarak luncuran *start* pada renang gaya bebas pada mahasiswa jurusan kepelatihan FIK UNP tahun ajaran 2019 (t_{hitung}= 28,69>t_{tabel}=1,71). 2) Terdapatpengaruhtes*standing board jump* terhadap jarak luncuran *start* pada renang gaya bebas pada mahasiswa jurusan kepelatihan FIK UNP tahun ajaran 2019 (t_{hitung}= 22,38>t_{tabel}=1,71). 3) Terdapat perbedaan pengaruh jarak luncuran *start* pada renang gaya bebas antara tes *vertical jump* dan *standing board jump* pada mahasiswa jurusan kepelatihan FIK UNP tahun ajaran 2019 (t_{hitung}= 4,02>t_{tabel}=1,71).

Kata Kunci : Perbandingan, Tes *Vertical Jump*, *Standing Board Jump* dan Jarak Luncuran Pada Start Renang Gaya Bebas