

ABSTRAK

Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan Lari 100 Meter Atlet Atletik Kota Padang

Oleh: Anggun Tri Rahayu

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan lari 100 meter atlet atletik Kota Padang. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya masalah tersebut diantaranya adalah daya ledak otot tungkai dan kecepatan reaksi. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kecepatan reaksi terhadap kemampuan lari 100 meter atlet atletik Kota Padang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi ganda. Populasi penelitian adalah seluruh atlet atletik pada nomor lari *sprint* 100 meter yang berjumlah sebanyak 20 orang. Teknik penarikan sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Purposive Sampling*. Dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel daya ledak otot tungkai dengan tes *standing broad jump*, kecepatan reaksi dengan tes *whole body reaction* dan tes lari 100 meter. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil penelitian yakni : **(1) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan lari 100 meter atlet atletik Kota Padang**, diperoleh $r_{hitung} (0,88) > r_{tabel}(0,51)$ dan koefisien distribusi t $t_{hitung}(6,74) > t_{tabel}(1,77)$, **(2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan reaksi terhadap kemampuan lari 100 meter atlet atletik Kota Padang**, diperoleh $r_{hitung} (0,52) > r_{tabel}(0,51)$ dan koefisien distribusi t $t_{hitung} (2,20) > t_{tabel}(1,77)$, dan **(3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kecepatan reaksi terhadap kemampuan lari 100 meter atlet atletik Kota Padang**, diperoleh $r_{hitung} (0,88) > r_{tab} (0,51)$ dan koefisien distribusi f $f_{hitung} (19,50) > f_{tab} (3,88)$.

Kata Kunci: Daya ledak otot tungkai, kecepatan reaksi, kemampuan lari 100 meter