

ABSTRAK

Hubungan Kecepatan Lari Sprint 30 Meter dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa SMP N 8 Padang.

OLEH : Elfira Yullya Putri

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui masalah dan tujuan. Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil lompat jauh siswa SMP Negeri 8 Padang. Dan tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) hubungan kecepatan lari sprint 30 meter terhadap hasil lompat jauh, 2) hubungan daya ledak otot tungkai terhadap lompat jauh dan 3) hubungan lari sprint 30 meter dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh siswa SMP Negeri 8 Padang.

Jenis penelitian korelasional dengan teknik analisis data regresi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V111 SMP Negeri 8 Padang. Sampel siswa laki-laki sebanyak 12 orang. Teknik analisis data yaitu analisis deskripsi, dan uji Persyaratan Analisisnya dengan uji normalitas sebaran data, dan uji hipotesis

Hasil yang diperoleh dalam penelitian sebagai berikut : 1) Terdapat hubungan yang berarti antar lari sprint 30 meter dengan lompat jauh siswa SMP Negeri 8 Padang, hal ini dapat dilihat dari nilai dengan $F_{hit} 6.651 > F_{tab} 4.84$ pada $p = 0,05$, maka H_a diterima 2) Terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh siswa SMP Negeri 8 Padang, hal ini dapat dilihat dari $F_{hit} 25.539 > F_{tab} 4.84$ pada $p = 0,05$ maka H_a diterima. Dan 3) Terdapat hubungan bersama antara lari sprint 30 meter dan daya ledak otot tungkai dan hasil lompat jauh siswa SMP Negeri 8 Padang, hal ini dapat dilihat dari nilai $F_{hit} 18.196 > F_{tab} 3.98$, maka H_a diterima.

Kata Kunci : Hubungan Lari Sprint dan Daya Ledak Otot Tungkai