

## ABSTRAK

**Tirta Yayuk Indra Lingga,(06791):Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelenturan terhadap kemampuan lompat jauh atlit O2SN di SMP Negeri 3 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan lompat jauh atlit O2SN di SMP Negeri 3 Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan lompat jauh atlit O2SN di SMP Negeri 3 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

Penelitian ini termasuk penelitian *korelasional*. Dengan menggunakan data primer dan data skunder. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlit O2SN di SMP Negeri 3 Benai Kabupaten Kuantan Singingi sebanyak 20 orang, jadi semua populasi dijadikan sampel dan teknik pengambilan sampelnya adalah total sampling. Untuk mendapatkan data penelitian untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan tes *vertical jump*, kelenturan diukur dengan *flexiometer*, dan kemampuan lompat jauh. Data yang diperoleh dianalisis dengan *product moment*, sederhana dan ganda. Untuk mengetahui hasil kontribusi ditentukan dengan *koefisien determinasi*.

Dari hasil penelitian diperoleh adalah koefisien-koefisien korelasi (hitung)  $r$  tabel (hipotesis penelitian diterima) dan pengujian signifikan koefisien korelasi variabel  $X_1$  dan  $Y$ , variabel  $X_2$  dan  $Y$  diperoleh nilai  $F$  hitung  $>$   $F$  tabel. Dari hasil penelitian membuktikan :Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan lompat jauh ( $X_1$  , $Y$ ) kontribusi sebesar 48,58%.Terdapat hubungan yang signifikan antara kelenturan dengan lompat jauh ( $X_2$ , $Y$ ) kontribusi sebesar 15,60%.Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelenturan secara bersama-sama terhadap kemampuan lompat jauh ( $X_1$ , $X_2$ ,terhadap $Y$ ) kontribusinya adalah 58,37%.