ABSTRAK

Kontribusi Kecepatan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pelajar SMPN 2 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman

OLEH : Elvi Eli Susanti.

Penelitian ini berawal dari kenyataan di sekolah bahwa masih banyak pelajar yang gagal dalam mencapai kemampuan lompat jauh secara maksimal, hal ini terlihat pada pelajar yang menyelesaikan gerakan-gerakan lompatan dengan kurang sempurna, mulai saat melakukan gerakan awalan, tolakan,(take of), melayang sampai pada saat mendarat. Penelitian bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi kecepatan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan lompat jauh pelajar SMPN 2 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian adalah korelasional, Populasi penelitian berjumlah 414 orang pelajar SMPN 2 Lubuk Alung Padang Pariaman, Sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pelajar kelas VIII yang berjumlah 45 orang. Teknik pengumpulan data adalah kecepatan dengan tes kecepatan lari 30 m, daya ledak otot tungkai dengan *Standing Broad Jump Test* dan kemampuan lompat jauh dengan tes lompat jauh. Data yang peroleh dianalisa menggunakan statistik korelasi ganda melalui program komputerisasi SPSS versi 15.0 pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa :1) Terdapat kontribusi kecepatan secara signifikan terhadap kemampuan lompat jauh pelajar kelas VIII SMPN 2 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman sebesar 53%. 2) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai secara signifikan terhadap kemampuan lompat jauh pelajar kelas VIII SMPN 2 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman sebesar 46.4%. 3) Terdapat kontribusi secara bersama kecepatan dan daya ledak otot tungkai secara signifikan terhadap kemampuan lompat jauh pelajar kelas VIII SMPN 2 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman sebesar 67.3%.