

ABSTRAK

Kontribusi Daya ledak Otot Tungkai dan kecepatan Terhadap Kemampuan Lari 100 Meter Siswa SMA Negeri 1 Canduang

OLEH : Eko Marliza, 06868 :

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya kemampuan lari 100 meter siswa SMA Negeri 1 Canduang Kabupaten Agam. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya masalah tersebut diantaranya adalah daya ledak otot tungkai dan kecepatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kecepatan terhadap kemampuan lari 100 meter siswa SMA Negeri 1 Canduang Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMA Negeri 1 Canduang Kabupaten Agam yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler atletik yang berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan jumlah sampel sebanyak 17 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel daya ledak otot tungkai dengan tes *standing broad jump*, kecepatan dengan tes lari 30 meter dan tes lari 100 meter. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa pertanyaan penelitian pertama yaitu daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan lari 100 meter siswa SMA Negeri 1 Canduang kabupaten Agam. Pertanyaan penelitian kedua yaitu kecepatan memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan lari 100 meter siswa SMA Negeri 1 Canduang Kabupaten Agam. Dan pertanyaan penelitian ketiga yaitu daya ledak otot tungkai dan kecepatan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan lari 100 meter siswa SMA Negeri 1 Canduang Kabupaten Agam.