

ABSTRAK

Rolly Rahman 2012 : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Panjang tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap fenomena yang terjadi di lapangan, bahwa masih rendahnya hasil lompat jauh Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan. Masalah inilah diduga disebabkan karena rendahnya daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai serta hasil lompat jauh.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini seluruh Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan yang mengambil mata kuliah atletik, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel yaitu hanya mahasiswa putra saja yaitu sebanyak 16 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april - juni tahun 2012, sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di lapangan trek Fakultas Ilmu Keolahragaan. Daya ledak otot tungkai dengan menggunakan *vertical jump*, panjang tungkai dengan menggunakan alat *anthropometer*, dan hasil lompat jauh.

Dari hasil analisis data dengan menggunakan *product moment* menunjukkan bahwa; 1) terdapat sumbangan (kontribusi) daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh sebesar 21,44%, 2) terdapat sumbangan (kontribusi) panjang tungkai dengan hasil lompat jauh sebesar 26,61%, 3) terdapat sumbangan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai secara bersama-sama terhadap hasil lompat jauh sebesar 39,85%. Dan disarankan kepada pelatih dan pemain agar meningkatkan kemampuan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai dengan memberikan latihan khusus.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Panjang Tungkai, Lompat Jauh.