

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN EKSPLOSIVE POWER OTOT
TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH SISWA
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 KECAMATAN
PAYAKUMBUH KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**SUKIRMAN OKI
NIM : 14086141**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Kontribusi Kecepatan dan *Eksplasive Power* Otot Tungkai terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Sukirman Oki

Nim : 14086141

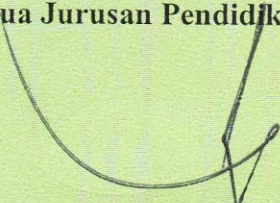
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

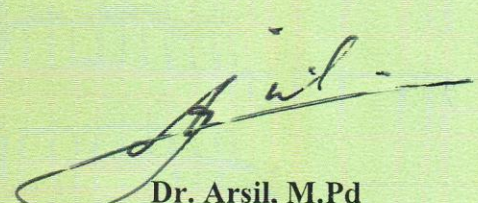
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2018

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui oleh
Pembimbing


Dr. Arsil, M.Pd
NIP. 19600317 198602 1 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahrgaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Kontribusi Kecepatan dan *Eksplasive Power* Otot Tungkai
terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa Sekolah
Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh
Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Sukirman Oki

Nim : 14086141

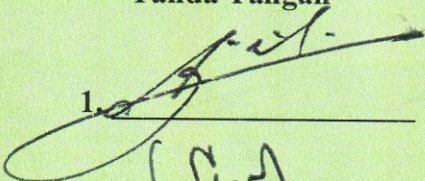
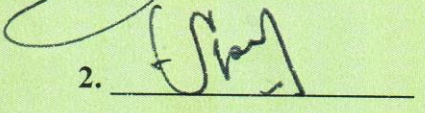
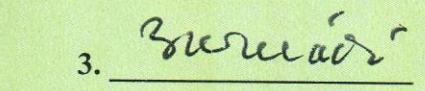
Program Studi : Pendidkan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2018

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Arsil, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Erianti, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs, Willadi Rasyid, M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Kecepatan dan Eksplosive Power terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota”, adalah asli karya saya sendiri.
2. karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2018

Yang membuat pernyataan



Sukirman Oki
NIM 14086141

ABSTRAK

Sukirman Oki, (14086141) : Kontribusi Kecepatan dan Eksplosive Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota

Masalah dalam penelitian ini yaitu kemampuan lompat jauh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota belum begitu baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kecepatan dan eksplosive power otot tungkai terhadap kemampuan lompat jauh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa yang aktif pada kegiatan ekstrakurikuler khususnya lompat jauh yang berjumlah sebanyak 32 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 23 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variable yaitu kecepatan dengan lari 30 meter, daya ledak otot tungkai menggunakan *standing broad jump* dan tes kemampuan lompat jauh. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil penelitian ditemukan : 1) Tidak terdapat hubungan kecepatan dengan kemampuan lompat jauh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara eksplosive power otot tungkai dengan kemampuan lompat jauh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota dan berkontribusi sebesar 20,25 %.3) Kecepatan dan eksplosive power otot tungkai secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan lompat jauh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota dan berkontribusi sebesar 41,22%.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Ucapkan Kehadirat Allah SWT Yang Telah Memberikan Rahmat Dan Karunia-Nya, Sehingga Penulis Dapat Menyelesaikan Skripsi Yang Berjudul “Kontribusi Kecepatan dan Eksplosive Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil.. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Dr. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberi kesempatan dan mengizinkan penelitian ini.
3. Dr. Arsil, M.Pd selaku pembimbing, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.

4. Dr. Willadi Rasyid, M.Pd, dan Dra. Erianti, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua Orang Tua Tercinta yang telah banyak memberikan dukungan, baik dukungan moril maupun materil
6. Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan siswa yang terpilih menjadi sampel yang telah membantu kelancaran pengambilan data.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal.. Alamin.

Padang, April 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Lompat Jauh	8
2. Eksplosive Power Otot Tungkai.....	19
3. Kecepatan (<i>Speed</i>).....	22
B. Kerangka Konseptual	27
C. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Tempat dan Waktu Penelitian	30
B. Populasi dan Sampel	30
C. Jenis dan Sumber Data	31
D. Defenisi Operasional	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Instrument Penelitian	33
G. Teknik Analisis Data.....	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	38
1. Kecepatan	38
2. Exsplosive Power Otot Tungkai	40
3. Kemampuan Lompat Jauh	41
B. Uji Persyaratan Analisis	43
C. Uji Hipotesis	44
D. Hasil Penelitian dan Pembahasan	48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	54
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA	56
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	57
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kecepatan Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh.....	38
2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Explosive Power Otot Tungkai Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh.....	40
3. Distribusi Hasil Data Kemampuan Lompat Jauh Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh.....	42
4. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	44
5. Rangkuman Uji Keberartian Koefisien Korelasi Antara Variabel Explosive power otot tungkai Dengan Kemampuan lompat jauh.....	45
6. Rangkuman Uji Keberartian Koefisien Korelasi Antara Variabel Explosive power otot tungkai Dan Kecepatan Secara Bersama-Sama Dengan Ketepatan Tendangan Ke Gawang	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bak Lompat Jauh	9
2. Fase Awalan.....	11
3. Fase Utama (Tumpuan).....	13
4. Gaya Jongkok.....	15
5. Fase Pendaratan.....	16
6. Gaya Jongkok.....	17
7. Gaya Melenting.....	18
8. Gaya Berjalan di Udara.....	18
9. Otot tungkai bagian atas.....	21
10. Otot Tungkai Bawah	22
11. Kerangka Konseptual.....	29
12. Start Berdiri Lari 30 Meter.....	33
13. <i>Standing Broad Jump</i>	35
14. Gaya Jongkok.....	36
15. Histogram Frekuensi Kecepatan Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh.....	39
16. Histogram Frekuensi Hasil Data Daya Eksplosive Power Otot Tungkai Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh	41
17. Histogram Frekuensi Kemampuan Lompat Siswa SMP Negeri 3 Kecamatan Payakumbuh.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Kecepatan, Eksplosive Power Otot Tungkai, dan Lompat Jauh	57
2. Uji Normalitas Variabel Kecepatan (X1).....	58
3. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak Otot Tungkai (X2).....	59
4. Uji Normalitas Variabel Lompat Jauh (Y).....	60
5. Uji Hipotesis Kecepatan (X1) Dengan Lompat Jauh (Y)	61
6. Uji Hipotesis Daya Ledak Otot Tungkai (X2) Dengan Lompat Jauh (Y)	62
7. Korelasi Ganda.....	64
8. Tabel Daftar Nilai Uji Liliefors	65
9. Tabel Nilai-nilai R Product Moment	66
10. Nilai Persentil Untuk Distribusi T	67
11. Tabel Distribusi F.....	68
12. Dokumentasi Penelitian	71
13. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	75
14. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	76
15. Dokumentasi Penelitian	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah unsur penting dan strategi dalam proses pembangunan bangsa dalam rangka meningkatkan kualitas/ sumber daya manusia seutuhnya, maupun pembangunan kekuatan ekonomi, social budaya, politik, pertahanan dan keamanan, dalam upaya peningkatakan produktivitas dan efesiensi nasional, guna menyikapi dan menagtasi tantangan serta maemanfaatkan peluang dalam peradaban manusia yang semakin global. Dalam proses pembangunan bangsa dalam peningkatan kualitas interaksi dan intergrasi masyarakat Indonesia yang sangat homogeny, sebagai upaya menyikapi perkembangan peradaban manusia dalam meningkatkan prestasi yang dapat dapat membangkitkan kebanggaan nasional, harkat setara martabat bangsa Indonesia.

Pencapaian prestasi dalam olahraga bukanlah pekerjaan yang mudah, di butuhkan usaha yang maksimal untuk mencapai prestasi tersebut. Oleh karena itu, dalam olahraga perlu pembinaan dan pengembangan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan, peningkatan kompetisi sebagai usaha untuk mencapai prestasi perlu didukung melalui ilmu penegetahuan dan teknologi keolahragaan suatu bangsa.

Dalam UUD No 3 Tahun 2005 Pasal Ayat 4 Menyebutkan bahwa: “olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi Jasmani, rohani dan social”. Lebih lengkap dalam pasal 4 menyebutkan tujuan keolahragaan nasional yaitu:

Keolahragaan Nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa salah satu tujuan keolahragaan nasional adalah meningkatkan prestasi, khususnya prestasi dalam bidang olahraga. Prestasi olahraga ini dapat dicapai tentunya melalui pengembangan dan pembinaan. Pengembangan dan pembinaan olahraga merupakan trobosan untuk meningkatakan olagraa prestasi. Prestasi olahraga dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi tesebut.

Pembinaan olahraga pada jenjang pendidikan formal seperti Sekolah Dasar (SD). Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas/Kejuruan (SMA/SMK) dilakukan melalui pembelajaran disekolah atau pun dalam bentuk ekstrakurikuler. Atletik merupakan bagian dari pelejaran dalam bentuk yang wajib diambil siswa melalui Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekoah Menengah Atas/Kejuruan). Di samping itu dengan mempelajari atletik khususnya materi lompat jauh diharapkan wawasan dan pengetahuan siswa tentang olahraga atletik terutama lompat jauh bertambah secara teori, yang tidak kalah penting adalah bagaimana sisiwa dapat melakukan gerakan-gerakan dalam olahraga atletik dengan baik khsusnya pada lompat jauh.

Dalam pelaksanaannya pembelajran atletik khususnya lompat jauh, siswa diharapkan melakukan gerakan lompat jauh yang berurutan sesuai

dengan fase-fase yang dilakukan guna untuk pengembangan keterampilan dan ketangkasan siswa dalam melakukan olahraga. Gerakan lompat jauh di mulai dari gerakan lari sebagai gerakan awalan, kemudian monolak pada tumpuan papan tolakan, kemudian melakukan gerakan melayang diudara dan akhiri dengan mendarat pada bak pasir sebagai media pendaratannya.

Lompat jauh termasuk salah satu nomor lomba dalam cabang atletik. Dalam nomor lompat jauh ini, seorang pelompat akan berusaha melompat ke depan dengan bertumpu pada satu kaki dibalik tumpuan sekuat-kuatnya untuk mengadakan pendaratan dibak lompat dengan mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Syaftuddin (1999:23) mengatakan “Prestasi olahrag dapat tercipta karena dipengaruhi dan ditentukan oleh potensi siswa itu sendiri yang meliputi kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental (psikis)”. Prestasi dapat diraih apabila siswa melakukan latihan yang menunjang terhadap kemampuan tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi ada dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang dapat mempengaruhi prestasi siswa yang dari luar diri siswa seperti sarana prasarana, pelatih, pembina, guru olahraga, keluarga, dana organisasi, iklim, cuaca makanan dan lain-lain.

SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota salah satu sekolah formal yang melaksanakan pendidikan jasmani dan kesehatan sesuai dengan kurikulum yang telah ditetapkan secara nasional. Dimana dalam kurikulum tersebut olahraga atletik merupakan bagian dari pelajaran yang wajib diambil siswa. Dalam pelaksanaan materi pembelajaran lompat jauh di SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota siswa

diajarkan teori mengenai lompat jauh serta praktek lapangan. Dalam praktek lapangan materi jauh siswa diajarkan teknik melakukan lompat jauh melalui dari awalan, tolakan, melayang dan pendaratan.

Berdasarkan wawancara penulis dengan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota, bahwa nomor lompat jauh kurang mengalami perkembangan yang baik sampai sekarang. Setiap tes lompatan jauh yang dilakukan melalui ujian semester dan kegiatan lompat class meeting, rata-rata siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota hanya mampu melompat sejauh-jauhnya 3,2 meter. Disimpulkan, bahwa hasil lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota masih kategori rendah dibawah standar lompatan maksimal yaitu 3,6 sampai dengan 5 meter.

Observasi penulis waktu saat latihan tes lompat jauh rendahnya hasil lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota mungkin dipengaruhi oleh beberapa faktor, kemampuan fisik yang rendah terutama kurangnya kecepatan, daya ledak, koordinasi keseimbangan dan kelentukan. Penguasaan teknik yang kurang baik, seperti ayunan lengan, tolakan kaki, tolakan tumpu, ketersediaan sarana dan prasarana yang kurang memadai, minat, bakat siswa yang kurang dan kualitas pembina dalam melakkukan pembinaan.

Dari beberapa faktor diatas sesuai teori, bahwa faktor yang mempengaruhi hasil lompat jauh gaya jongkot adalah kecepatan dan daya

ledak otot tungkai. Kecepatan dan daya ledak otot tungkai mempunyai peranan yang sangat penting terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok, namun belum diketahui seberapa besar hubungan terhadap hasil lompat jauh. Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan terarah dari permasalahan diatas, perlu dilakukan suatu penelitian yang lebih mendalam mengenai masalah ini. Dengan demikian penelitian ini nantinya diharapkan mampu menggambarkan data-data yang mendekati ke arah benar. Penulis mengungkapkan permasalahan ini kedalam penelitian yang berjudul meneliti “Kontribusi Kecepatan dan Eksplosive Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, penyebab masalah yaitu sebagai berikut:

1. Daya ledak
2. Ayunan tangan
3. Kecepatan
4. Tolakan kaki
5. Tolakan kaki tumpu
6. Koordinasi gerakan
7. Keseimbangan
8. Kelentukan pinggan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan idenfikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi lompat jauh, dan keterbatasan yang penulis miliki dibatasi beberapa variabel saja yaitu: kecepatan, eksplosive power otot tungkai dan lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang dan pembatasan masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat kecepatan lari terhadap kemampuan lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota
2. Apakah terdapat eksplosive power otot tungkai terhadap kemampuan lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota
3. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan dan eksplosive power otot tungkai terhadap kemampuan lomapat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui

1. Kemapuan hasil lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota
2. Kontribusi kecepatan terhadap hasil lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota

3. Kontribusi eksplosive power otot tungkai terhadap lompat jauh siswa SMPN 3 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat untuk:

1. Menambah wawasan penelitian khususnya nomor lompat jauh
2. Menambah pengetahuan teoritis dalam bidang olahraga khususnya lompat jauh.
3. Sebagai masukan bagi Pembina dalam mengembangkan minat dan bakat siswa terhadap hasil lompat jauh.
4. Sebagai masukan bagi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam mengevaluasi perkembangan hasil lompat jauh.
5. Sebagai bahan masukan bagi kepala sekolah untuk lebih memperhatikan ketersediaan sarana dan prasarana lompat jauh disekolah.
6. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.