

ABSTRAK

**STUDI ANALISIS STRUKTUR TUBUH
(ANTROPOMETRIK) TERHADAP LARI SPRINT 100M PELARI JARAK
PENDEK
PPLP DAN PPLM JAWA BARAT**

**Dosen pembimbing : Dr. Mulyana, M.Pd.
Ira Purnamasari, M.Pd.**

**Umar wira*
2014**

Salah satu yang sangat penting dalam olahraga atletik lari cepat atau *sprint* adalah struktur tubuh (antropometrik). Tinggi badan, berat badan dan lemak perut adalah kemampuan IMT (indeks masa tubuh) yang menjadi pendukung bagi atlet untuk menghasilkan lari *sprint*. Oleh karena itu menjadi penting untuk dilakukan penelitian masalah tersebut. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara struktur tubuh (antropometrik) dan lari *sprint* 100 m pada atlet sprinter. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, dengan analisis korelasional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet PPLP dan PPLM JAWA BARAT khusus atlet *sprint* sebanyak 8 orang. Berdasarkan pengolahan data dan analisis data, maka dengan disimpulkan sebagai berikut: Struktur tubuh (antropometrik), tinggi badan, berat badan dan lemak perut tidak memiliki hubungan yang erat dengan hasil lari *sprint* 100 meter, karena atlet yang memiliki tinggi badan yang tinggi hanya memiliki langkah yang panjang atau langkah yang sangat jauh dan tidak mempunyai akselari yang bagus karena tidak menguntungkan bagi atlet tersebut karena akan memiliki langkah yang sangat jauh akan tetapi harus di barengi dengan akselerasi yang cepat juga, berat badan dan lemak perut tidak memiliki hubungan yang erat dengan hasil lari 100 meter karena berat badan tidak mempunyai pengaruh terhadap hasil lari *sprint* 100 meter akan tetapi berat badan yang ideal bagi atlet akan menunjang penampilan atlet saat bertanding.

**Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Angkatan 2009
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*

Analisis study of anthropometric toward sprint 100m on sprinter of PPLP and PPLM West Java

**Umar Wira ¹:Mulyana ²
Ira Purnamasari ³**

*Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia
adadanadam@gmail.com*

ABSTRACT

One of the most important things on sprint is anthropometric. Height, Weight, and belly fat are ability of BMI (Body Mass Index) which is become proponent for athlete to produce sprint. Therefore, it becomes substantial to study the problem. The aim of this study is to know the relation of anthropometric with sprint 100m on sprinter. The method which is applied in this study is descriptive method with co-relational analysis. There are samples who involved in this study are 8 sprinters of PPLP and PPLM West Java. Based on processing data and analysis data, it is concluded that: anthropometric, height, weight, and belly fat do not have a close relation to the results of sprint 100m, it is caused that athletes who have high height just have long step or move very far and not have good acceleration, it is not their advantages if they have long step, but also they need to equalize with fast acceleration. Weight and belly fat do not have a close relation to the results of sprint 100m, it is caused that weight do not have involve toward the result of sprint 100m, nevertheless, ideal weight for an athlete will support his appearance on match.

Key word: Antropometric, Height, Weight, Sprint.