

ABSTRAK

**PENGARUH PERMAINAN KETAHANAN BERLARI 8 MENIT
("8'ENDURENCE" RACE) TERHADAP DAYA TAHAN SISWA
SEKOLAH DASAR PADA CABANG OLAHRAGA ATLETIK
DI PERSATUAN ATLETIK ANGGKATAN DARAT BANDUNG
(Studi eksperimen pada Siswa Sekolah Dasar Atletik Angkatan Darat)**

**Pembimbing : Dr. Komarudin, M.Pd.
Drs. Basiran, M.Pd.**

**Latib Mustofa
1104409**

Penulisan skripsi ini dilatarbelakangi oleh pemikiran bahwa permainan ketahanan berlari 8 menit mempunyai hubungan yang signifikan terhadap daya tahan siswa sekolah dasar. Karena daya tahan merupakan komponen yang sulit dibangun serta membutuhkan waktu yang lama, maka dari itu daya tahan mempunyai peranan penting. Permasalahan pokok yang ingin penulis teliti dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh yang signifikan permainan ketahanan berlari 8 menit terhadap daya tahan siswa sekolah dasar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan ketahanan berlari 8 menit terhadap daya tahan siswa sekolah dasar. Metode penelitian yang penulis gunakan adalah metode eksperimen dengan tes awal dan tes akhir menggunakan *Bleep test/Multistage fitness test* dengan validitas 0,785 dan reliabilitas 0,81. Sampel penelitian ini adalah siswa sekolah dasar PAAD, dan teknik pengambilan menggunakan *sampling purposive* atau pertimbangan tertentu, dengan sampel siswa sekolah dasar yang berlatih rutin dilapangan SECAPA AD. Kesimpulan penelitian yaitu permainan ketahanan berlari 8 menit ("8' endurance" race) berpengaruh secara signifikan terhadap daya tahan siswa sekolah dasar. Saran kepada pembina persatuan atletik angkatan darat dan pelatih atletik Kabupaten Magetan bahwa permainan ketahanan berlari 8 menit ("8' endurance" race) berpengaruh secara signifikan terhadap daya tahan siswa sekolah dasar.

*) Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Angkatan 2011

ABSTRACT

**THE EFFECT OF 8 MINUTES ENDURANCE RUNNING GAME
("8'ENDURENCE" RACE) TOWARD SELEMENTARY STUDENTS'
ENDURANCE IN ATHLETICS IN ASSOCIATION OF
ATHLETIC ARMY BANDUNG
(Experimental studies of Elementary Students, Athletics Army)**

**Supervisors: Dr. Komarudin, M.Pd.
Drs. Basiran, M.Pd.**

**Latib Mustofa
1104409**

This research is motivated by the thought that the 8-minute endurance running game has a significant relationship to the elementary students' endurance. Because endurance is a hard component to build and take a long time, therefore endurance has an important role. The main problem that the author wants to research in this research is whether there is a significant effect of 8-minute endurance running game towards elementary students' endurance. The research method that the author uses is the experimental method with the initial test and final test using Bleep test / multistage fitness test with 0.785 validity and 0.81 reliability. The research samples are elementary students of PAAD, and retrieval technique using purposive sampling or certain considerations, the sample of elementary students who routinely practice in Secapa AD field. The conclusion of this research is that 8 minutes endurance running game ("8 'Endurance" race) significantly affects the elementary students' endurance. The suggestion for supervisor in association of athletic army and athletic trainers Magetan that 8 minutes endurance running game ("8 'Endurance" race) significantly affects the elementary students' endurance.

Latib Mustofa, 2015

PENGARUH PERMAINAN KETAHANAN BERLARI 8 MENIT ("8'ENDURENCE" RACE) TERHADAP DAYA TAHAN SISWA SEKOLAH DASAR PADA CABANG OLAHRAGA ATLETIK DI PERSATUAN ATLETIK ANGGKATAN DARAT BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu