

## ABSTRAK

**Kemala Zuraidah (2013). Pengaruh Olahraga Tradisional Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek di SMP Negeri 12 Bandung. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR). Jurusan Pendidikan Olahraga. FPOK – UPI. Pembimbing I: Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. Pembimbing II: Dr. Uhamisastra, MS.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek melalui olahraga tradisional. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Populasi penelitian adalah siswa kelas IX SMP Negeri 12 Bandung. Penulis mengambil Sampel penelitian dengan *purposive sampling* atau sampel bertujuan dan teknik pengambilan sampel dengan *random sampling* yaitu siswa kelas IX berjumlah 40 orang. Desain penelitian *pretest posttest control group design*. Waktu pelaksanaan 19 Agustus-14 September 2013. Instrumen penelitian yang digunakan tes lari 60 meter.

Uji hipotesis penelitian menggunakan uji dua pihak atau uji t. Berdasarkan hasil pengolahan data hasil pengujian hipotesis data skor keterampilan gerak dasar lari jarak pendek dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ , didapat nilai  $t_{hitung}$  3,22 nilai tersebut lebih besar dari nilai  $t_{tabel} = 2,021$ , karena nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak sehingga model keterampilan gerak dasar melalui olahraga tradisional berpengaruh signifikan. Jadi kesimpulannya bahwa pembinaan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek melalui olahraga tradisional dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar lari jarak pendek kepada siswa SMP Negeri 12 Bandung.

**Kata kunci : Keterampilan gerak dasar, lari jarak pendek, olahraga tradisional.**

## ABSTRACT

**Kemala Zuraidah (2013). Effect of Traditional Sports Skills Basic Motion Against Sprint in SMP Negeri 12 Bandung. S1 Thesis. Studies Program and the Health Physical Education Recreation (PJKR). Department of Physical Education. FPOK - UPI. Supervisor I: Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. Supervisor II: Dr. Uhamisastra, MS.**

This study aims to improve basic motor skills sprinting through traditional sports. The research method used was experimental method. The study population was a class IX student of SMP Negeri 12 Bandung. Authors take samples or samples with purposive sampling aims and techniques of random sampling with sampling the class IX student of 40 people. research design pretest posttest control group design. The timing of the 19 August to 14 September 2013. The research instrument used test run 60 meters.

Test hypotheses using the two -party test or t test. Based on the results of data processing hypothesis test score data movement skills basic sprint with a significance level  $\alpha = 0.05$ , obtained values of 3.22 t value is greater than the value table = 2.021, for values of  $t > t$  table then  $H_0$  is rejected so that the model basic motor skills through traditional sports have a significant effect. So his conclusion that the basic movement skills coaching sprinting through traditional sports can have a significant influence on basic movement skills sprinting to the students of SMP Negeri 12 Bandung.

**Keywords : Basic movement skills, sprint, traditional sports.**