

ABSTRAK

Pembimbing I : Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO

Pembimbing II : H. Carsiwan, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara panjang tungkai dan *power* tungkai terhadap kecepatan lari cepat 60 meter pada siswa laki-laki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler atletik di SMP Negeri 3 Cikarang Utara. Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Deskriptif korelasi dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes pengukuran. Sampel dari penelitian ini adalah 14 siswa SMP 3 Cikrang Utara yang mengikuti ekstrakurikuler atletik. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposivesampling* dengan kriteria: 1) Laki-laki, 2) Aktif mengikuti ekstrakurikuler, 3) Berusia 13-15 tahun, 4) *Atlet* jarak pendek (*sprinter*). Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 14 siswa putra. Instrumen yang digunakan untuk mengukur panjang tungkai yaitu meteran, *power* tungkai diukur menggunakan *standing broad jump*, kelincahan diukur menggunakan *Shuttle-run* dan kecepatan lari diukur menggunakan dengan tes lari 60 meter. Analisis data menggunakan teknik korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada 14 siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler atletik di SMP Negeri 3 Cikarang Utara. (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kecepatan lari 60 meter pada 14 siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler atletik di SMP Negeri 3 Cikarang Utara. (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada 14 siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler atletik di SMP Negeri 3 Cikarang Utara. (4) Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* tungkai, kelincahan dan panjang tungkai dengan kecepatan lari *sprint* 60 meter pada 14 siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler atletik di

Indry Nur Soliha, 2018

HUBUNGAN ANTARA POWER TUNGKAI, KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LARI SPRINT (STUDI KORELASIONAL)

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

SMP Negeri 3 Cikarang Utara. Dengan nilai Rsebesar 0,915, sehingga besarnya sumbangan sebesar 91,5%.

Kata kunci:kelincahan, panjang tungkai, *power* tungkai, kecepatan lari cepat 60 meter.

ABSTRACT

Pembimbing I : Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO

Pembimbing II : H. Carsiwan, M.Pd

The aim of this study was to determine the relationship between leg length and leg power on the 60 meter sprint speed in male students participating in athletic extracurricular activities at North Cikarang 3 Middle School. This type of research is correlational research. The research method used in this study is descriptive method of correlation with data collection techniques using measurement tests. The sample from this study were 14 students of North SMP 3 Cikarang who participated in athletic extracurricular activities. The sampling technique used purposive sampling with criteria: 1) Men, 2) Actively following extracurricular, 3) Aged 13-15 years, 4) Short-distance athletes (sprinter). Based on these criteria, there were 14 male students. The instrument used to measure the length of the leg is the meter, the power of the limbs is measured using standing broad jump, agility is measured using Shuttle-run and running speed is measured using a 60-meter run test. Data analysis uses multiple correlation techniques. The results showed that (1) There is a significant relationship between power limbs with a running speed of 60 meters in 14 male students who take athletic extracurricular activities at North Cikarang 3 Middle School. (2) There is a significant relationship between agility and running speed of 60 meters in 14 male students who took athletic extracurricular activities at North Cikarang North Middle School 3. (3) There is a significant relationship between the length of the legs and the speed of running of 60 meters in 14 male students who took athletic extracurricular activities at North Cikarang 3 Middle School. (4) There is a significant relationship between leg power, agility and leg length with the speed of a 60 meter sprint run in 14 male

Indry Nur Soliha, 2018

HUBUNGAN ANTARA POWER TUNGKAI, KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LARI *SPRINT* (STUDI KORELASIONAL)

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

students who took athletic extracurricular activities at North Cikarang North SMP 3. With an R value of 0.915, the amount of the contribution is 91.5%.

Keywords: agility, leg length, leg power, fast running speed of 60 meters.

Indry Nur Soliha, 2018
HUBUNGAN ANTARA *POWER TUNGKAI*, *KELINCAHAN* DAN *PANJANG TUNGKAI* TERHADAP KEMAMPUAN LARI *SPRINT*
(STUDI KORELASIONAL)
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu