

## ABSTRAK

### KONTRIBUSI KECEPATAN LARI AWALAN DAN KELENTUKAN TOGOK TERHADAP HASIL LOMPATAN NOMOR LOMPAT JAUH

**Pembimbing I : Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.**

**Pembimbing II : Nida'ul Hidayah, M.Si.**

**Dede Willianto Pratama\***

Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana kontribusi kecepatan lari awalan dan kelentukan togok secara bersama-sama terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh?. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari awalan dan kelentukan togok secara bersama-sama terhadap hasil lompatan pada nomor lompat jauh. Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan yaitu diduga terdapat kontribusi yang berarti antara kecepatan lari awalan dan kelentukan togok secara bersama-sama terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan metode studi korelasi. Adapun teknik pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 9 orang yang terdiri dari atlet babak kualifikasi porda putra dan putri nomor lompat jauh PASI Kota Bandung. Alat pengumpul data yang digunakan yaitu; 1) Alat ukur untuk mengukur kecepatan lari awalan adalah dengan tes *sprint* 30 meter, 2) Alat ukur untuk mengukur kelentukan togok adalah dengan *The Modified Sit and Reach Test*, dan Alat ukur untuk hasil lompatan dengan tes kemampuan lompat jauh.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan dari analisis data mengenai kontribusi kecepatan lari awalan dan kelentukan togok terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh, maka dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Kecepatan lari awalan memberikan korelasi yang berarti sebesar 0,876 terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh dan kontribusi yang diberikan sebesar 76,73 %.
- 2) Kelentukan togok memberikan korelasi yang berarti sebesar 0,732 terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh dan kontribusi yang diberikan sebesar 53,58 %.
- 3) Kecepatan lari awalan dan kelentukan togok secara bersama-sama memberikan korelasi sebesar 0,875 terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh dan kontribusi yang diberikan sebesar 76,56 %. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari kecepatan lari awalan dan kelentukan togok terhadap hasil lompatan nomor lompat jauh.

**\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Angkatan 2009**

Dede Willianto Pratama, 2014

*Kontribusi Kecepatan Lari Awalan Dan Kelentukan Togok Terhadap Hasil Lompatan Nomor Lompat Jauh*

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