

HUBUNGAN ANTARA LARI CEPAT 50 METER DENGAN PRESTASI LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA KELAS IX SMPN 1 RUBARU

FAWAID ARDIYANSYAH
101.85201.1.A.000106

ABSTRAK

Mengingat olahraga lompat jauh kurang mendapat perhatian di hati masyarakat khususnya di pedesaan, maka peneliti mencoba melakukan penelitian dengan beberapa tujuan. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara lari cepat dengan hasil prestasi lompat jauh gaya jongkok, adakah hubungan antara lari cepat/*sprint* dengan *take off* serta dengan *landing* dan tujuan kedua adalah mengapa olahraga ini tidak se populer seperti olahraga lainnya.

Jenis penelitian ini adalah studi korelasi karena dalam penelitian ini hanya menghubungkan 2 variabel, yaitu lari cepat dengan hasil prestasi lompat jauh gaya jongkok. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX SMPN 1 Rubaru Tahun Pelajaran 2014/2015 dengan jumlah 22 siswa. Sampel diambil secara random sebanyak 22 orang siswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan tes dan tes dilakukan satu persatu terhadap siswa yang diambil sebagai sampel, serta dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan analisis statistik inferensial menggunakan analisis varian yaitu dua jalur.

Siswa mampu melakukan pendaratan dengan baik, sehingga yang mampu melakukan ketiga aktifitas dalam rangkaian olahraga pada penelitian ini lompat jauh gaya jongkok, pada penelitian ini jika dihitung dalam persentase hanya sekitar 0,488 % atau jika dibulatkan 0,49 %, dari sampel yang di ambil sebanyak 22 siswa. Diketahui bahwa rata – rata lari siswa kelas IX SMPN 1 Rubaru Kecamatan Rubaru adalah 4,94 dengan simpangan baku sebesar 0,33 serta hasil lari maksimal adalah 4,26 dan hasil minimalnya adalah 5,33. Sedangkan hasil tes kemampuan lompat jauh ke 22 siswa yang diukur pada jauhnya lompatan adalah rata – rata sebesar 2,94 simpangan baku sebesar 0,21, skor maksimum sebesar 3,40 dan minimum sebesar 2,60.

Kata kunci : lari cepat, hasil prestasi, lompat jauh