

## ABSTRAK

**NUR HAIDI**, Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dengan Keterampilan Lompat Jauh Siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sumenep Tahun Pelajaran 2014-2015, ,Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekerasi, STKIP PGRI SUMENEP, 2015.

Kata Kunci: Tingkat Kebugaran Jasmani, Keterampilan Lompat Jauh.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebugaran jasmani dengan keterampilan lompat jauh siswa kelas VIII SMP Negeri 3 sumenep tahun pelajaran 2014-2015 karena hasil yang didapatkan keterampilan lompat jauh siswa kelas VIII SMP Negeri 3 sumenep sangat tinggi, sehingga peneliti ingin mengetahui faktor yang mempengaruhinya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subyek penelitian siswa kelas VIII SMPN 3 Sumenep Tahun Pelajaran 2014-2015. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan untuk kedua variabel adalah lari dan lompat jauh. Sedangkan analisis data menggunakan korelasi product moment dengan bantuan SPSS Versi 20 for windows.

Hasil penelitian dengan menggunakan analisis korelasi product moment menunjukkan bahwa nilai  $r_{hitung}$  diperoleh 0,448 dengan  $N = 40$  dan  $r_{tabel} = 0.403$  (99 % ), berarti  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Temuan ini menunjukkan ada hubungan antara kebugaran jasmani dengan keterampilan lompat jauh. Mengingat dengan taraf kepercayaan 99% data yang diperoleh mendukung hipotesis alternatif maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan keterampilan lompat jauh. Jadi semakin tinggi kebugaran jasmani seseorang maka semakin tinggi pula keterampilan untuk melompat.

## ABSTRACT

**NUR Haidi**, relations with the Physical Fitness Level Skills Long Jump Junior High School eighth grade students in the school year 2014-2015 3 Sumenep,, Thesis, Physical Education Health and Rekerasi, STKIP PGRI SUMENEP, 2015.

Keywords: Level of Physical Fitness, Skills Long Jump.

This study aims to investigate the relationship between physical fitness skills long jump eighth grade students of SMP Negeri 3 Sumenep 2014-2015 school year due to the results obtained skills long jump eighth grade students of SMP Negeri 3 Sumenep is very high, so the researchers wanted to know the factors that influence it.

This study uses a quantitative approach to research subjects eighth grade students of SMPN 3 Sumenep academic year 2014-2015. In this study, the instrument used for both variables is run and the long jump. While data analysis using product moment correlation with SPSS version 20 for Windows.

Results of research by using product moment correlation analysis showed that the values obtained  $0.448 r$  count with  $N 40$  and  $r$  table  $0403 (99\%)$ , means the count  $r > r$  table. These findings suggest there is a relationship between physical fitness with long jump skills. Given the 99% confidence level data obtained support the alternative hypothesis we can conclude that there is a significant relationship between physical fitness with long jump skills. So the higher the person's fitness jasmani the higher the skill to jump.

