

ABSTRAK

Alfing Naldi, 2018. Kontribusi *Power* Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jangkit Siswa Putera Kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi.

Berdasarkan obeservasi yang penulis laksanakan diketahui bahwa penguasaan teknik dasar lompat jangkit siswa masih tergolong kurang baik hal tersebut dapat dilihat dari hasil lompatan yang kurang jauh, hal tersebut mungkin disebabkan oleh kurang maksimalnya *power* otot tungkai yang dimiliki siswa. tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil lompat jangkit siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi.

Jenis penelitian ini adalah korelasi. Populasi yang diteliti adalah siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi, yang berjumlah 13 orang siswa putera. Dengan demikian sampel pada penelitian ini adalah 13 orang siswa putera.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil lompat jangkit siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi sebesar 36,4% atau dengan angka korelasi berada pada nilai 0,603 dan berada pada kategori kuat. Hal ini ditunjukkan juga pada $r_{hitung} = 0,603$ kemudian jika dilihat pada r tabel dengan ketentuan pada taraf signifikan 5% didapati $r_{tabel} = 0,553$. Dengan demikian $r_{hitung} = 0,603 > r_{tabel} = 0,553$ dan dapat juga dikatakan bahwa kontribusi yang diberikan signifikan.

Kata Kunci: *Power* Otot Tungkai, Lompat Jangkit.

ABSTRACT

Alfing Naldi, 2018. Contribution of the Leg Muscle Power Towards Result of Triple Jump Student of Kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi.

Based on the observation that the authors carry out is known that the mastery of the basic jump technique of students is still relatively unfavorable it can be seen from the jump results are still close, it may be caused by the lack of maximum leg muscle power owned by students. The purpose of this research is to know contribution of the leg muscle power towards result of triple jump student of kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi

This type of research is correlation. The population studied were the students of the class X IPA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi, which amounted to 13 students of the son. Thus the sample in this study is 13 students of the son.

Based on the results of research that has been done then it can be concluded that there is a contribution of leg muscle power to the jump result of student class X IPA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi district of 36.4% or with the correlation number is at the value of 0.603 and is on strong category. It is shown also at $r_{hitung} = 0,603$ then if seen on r table with provisions at significant level 5% found $r_{tabel} = 0,553$. Thus count $r = 0.603 > r_{tabel} = 0.553$ and it can also be said that the contribution given is significant.

Keywords: Power of Leg Muscle, Results of Triple Jump.