

ABSTRAK

Deni Wahyu Hidayat, 2017, Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 3 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh siswa putra Kelas VII SMP Negeri 3 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu, dan masalah dalam penelitian ini adalah kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh siswa putra Kelas VII SMP Negeri 3 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional yaitu membandingkan kedua variabel-variabel, teknik pengumpulan data yang digunakan yakni dalam mengukur daya ledak otot tungkai (variabel X) menggunakan *standing broad jump*, sedangkan untuk mengukur hasil lompat jauh (variabel Y) menggunakan tes lompat jauh. Populasi pada penelitian ini adalah siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu dan sampel pada penelitian ini adalah siswa putra kelas VII yang berjumlah 30 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* artinya seluruh populasi dijadikan sampel. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang siswa. Untuk melihat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh digunakan rumus korelasi *product moment*. Sedangkan untuk mencari besarnya kontribusi kedua variabel digunakan rumus $KP = r^2 \times 100 \%$. Berdasarkan analisis data diperoleh nilai $r = 0,54$, ini menunjukkan hubungan agak rendah antar kedua variabel. Sedangkan besarnya kontribusi $KP = 29,16 \%$. Diperoleh $r_{xy} = 0,54$ sedangkan $r_{table}(30) = 0,361$. Perolehan hasil $r_{xy} = 0,54 \leq r_{table} 0,361$, hasil penelitian ini tidak signifikan, tetapi memberikan kontribusi sebesar 29,16% dan sisanya sebesar 70,84% disebabkan oleh faktor lain. Disimpulkan bahwa terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Hasil Lompat Jauh

ABSTRACT

Deni Wahyu Hidayat, 2017. Contribution Explosive Power Limb Muscles Of The Results Of The Long Jump Students The Son Of Class VII Junior High School 3 Rambah Hilir District Rokan Hulu.

The purpose of this study was to determine whether there was a leg muscle explosive power contribution to the results of the long jump of male students of Class VII of SMP Negeri 3 Rambah Hilir in Rokan Hulu Regency, and the problem in this study was the contribution of leg muscle explosive power to the results of long jump students of Class VII of State Junior High School 3 Reaching Downstream of Rokan Hulu Regency.

This type of research is correlational studies that compare the result of measurement of two different variables in order to determine the degree of association between variables, data collection techniques used that is in measuring explosive power limb muscles (of variable X) using test a standing broad jump, while for measuring the results of the long jump (of variable Y) use test the long jump. Population to research this is a student VII junior high school 3 Rambah Hilir District Rokan Hulu and samples to this study were students the son of class VII whose were 30 people. The experiment use total of sampling means then the entire population used as the sample. So that the number of samples in this study were 30 students. To see all the explosive power limb muscles on the long jump used formula correlation product moment. While to find the contribution used formula the second set $KP = r^2 \times 100 \%$. Based on analysis of the data is collected value of $r = 0,54$, it suggest a rather low between variables. While the contribution $KP = 29,16 \%$. Obtained $r_{xy} = 0,54$ while $r_{table}(30) = 0,361$, the result of this research is not significant. But accounted for 29,16 % and 70,84 % were caused by other factors. Conclude that there is the contribution of explosive power limb muscles of the results of the long jump students son junior high school class VII 3 Rambah Hilir District Rokan Hulu.

Keywords : *explosive power limb muscles, the long jump*