

## ABSTRAK

**FAUZI AZHAR (2018) : Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan lari *sprint* 100 meter mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau**

Berdasarkan hasil observasi didapatkan permasalahan dalam penelitian ini adalah masih kurang memuaskannya hasil lari sprint 100 meter pada mahasiswa semester 2 kelas C yang salah satunya berkaitan dengan daya ledak otot tungkai. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan lari *sprint* 100 meter mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau. Jenis penelitian ini adalah korelasional, dimana variabel yang diteliti adalah daya ledak otot tungkai dan lari sprint 100 meter. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 34 orang siswa. Teknik sampel menggunakan total sampling. Jumlah sampel yang hadir hanya 19 orang. Instrumen penelitian ini adalah tes daya ledak otot tungkai dengan menggunakan *standing broad jump* dan tes *sprint* 100 meter. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan nilai  $r$  hitung adalah 0,460. nilai tersebut berada pada rentang antara 0,40 - 0,70 dengan kategori korelasi sedang. Nilai  $r$  tabel pada  $df = 17$  pada taraf kesalahan 5% adalah 0,456. Hasil perbandingan antara nilai  $r$  hitung dan nilai  $r$  tabel adalah nilai  $r$  hitung < nilai  $r$  tabel atau  $0,460 > 0,456$  artinya terdapat kontribusi yang signifikan. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan kecepatan lari sprint 100 meter pada mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau sebesar 21,1%.

**Kata kunci : daya ledak otot tungkai, lari sprint 100 meter**

## ABSTRACT

**FAUZI AZHAR (2017):** Contribution of explosive muscle limb power with sprint speed 100 meters 2nd semester students Class C Program Study Penjaskesrek Universitas Islam Riau

Based on the observation results obtained problems in this study is still less satisfactory results sprint 100 meters in the second semester students of class C one of them related to the explosive muscle limb power. The purpose of this study is to determine the contribution of explosive muscle limb power with sprint speed of 100 meters students semester 2 Class C Program Study Penjaskesrek Islamic University of Riau. This type of research is correlational, where the variables studied are the explosive muscle limb power and sprint 100 meters. The population in this study amounted to 34 students. The sample technique uses total sampling. The number of samples present only 19 people. The instrument of this research is test of explosive muscle limb power by using standing broad jump and 100 meter sprint test. Based on the calculation that has been done, the researchers get the value of  $r$  count is 0.460. the value is in the range between 0.40 - 0.70 with the category of moderate correlation. The  $r$  value of the table at  $df = 17$  at the 5% error level is 0.456. The result of comparison between the value of  $r$  arithmetic and  $r$  table value is the value of  $r$  arithmetic  $< \text{value } r \text{ table or } 0.460 > 0.456$  means there is a significant contribution. The conclusion in this research is the contribution of explosive muscle limb power and sprint 100 meter sprint speed in the 2nd semester students of Class C Program Study of Penjaskesrek of Islamic University of Riau by 21.1%.

**Keyword :** explosive power of leg muscles, 100 meters sprint