



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS SYIAH KUALA
UPT. PERPUSTAKAAN

Jalan T. Nyak Arief, Kampus UNSYIAH, Darussalam – Banda Aceh, Tlp. (0651) 8012380, Kode Pos 23111
Home Page : <http://library.unsyiah.ac.id> Email: helpdesk.lib@unsyiah.ac.id

ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

TITLE

HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP HASIL LOMPAT JAUH PADA SISWA SMAN 1 SIMEULUE BARAT TAHUN PELAJARAN 2013/2014

ABSTRACT

ABSTRAK

Kata kunci: daya ledak otot tungkai, lompat jauh.

Penelitian yang berjudul "Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh pada siswa SMAN 1 Simeulue Barat Tahun Pelajaran 2013/2014". Mengangkat masalah apakah terdapat Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh pada siswa SMAN 1 Simeulue Barat Tahun Pelajaran 2013/2014. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh pada siswa SMAN 1 Simeulu Barat Tahun Ajaran 2013/2014. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian diskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Simeulue Barat yang berjumlah 132 orang. Sampel diambil sebanyak 20 % dari jumlah populasi yaitu berjumlah 26 orang dengan teknik random sampling (pengambilan sampel secara acak). Teknik Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes daya ledak otot tungkai dengan tes standing broadjump dan kemampuan lompat jauh dengan menggunakan tes lompat jauh. Data dianalisis dengan menggunakan teknik statistik dalam bentuk perhitungan nilai rata-rata (Mean), Standar Deviasi (SD), dan uji Korelasional. Hasil analisis data yang diperoleh adalah sebagai berikut: hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan lompat jauh sebesar ($r_{xy} = 0,64$). Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa thitung sebesar 4.401 \geq t-tabel sebesar 2.060. maka daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan yang positif dan signifikan dengan kemampuan lompat jauh. Disarankan dalam upaya peningkatan kemampuan lompat jauh hendaknya para pelatih harus lebih memperhatikan komponen kondisi fisik seperti daya ledak otot tungkai karena komponen kondisi fisik ini sangat berperan dalam kemampuan lompat jauh.