



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](mailto:helpdesk.lib@unsyiah.ac.id)

## ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

### TITLE

KONTRIBUSI STATUS GIZI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LARI 200 METER PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENJASKESREK FKIP UNSYIAH ANGKATAN 2013

### ABSTRACT

#### ABSTRAK

Friadi, Janu. 2015. Kontribusi Status Gizi dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Lari 200 Meter Pada Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh. Pembimbing:

(1) Drs. Muhammad Jafar, M.Pd., (2) Drs. Nuzuli, M.S.

Kata kunci: status gizi, panjang tungkai dan lari 200 meter

Penelitian yang berjudul: “Kontribusi Status Gizi dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Lari 200 Meter Pada Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013”. Gizi menentukan pertumbuhan dan perkembangan fisik atau terbentuknya tungkai panjang, dua unsur gizi dan panjang tungkai pada atlet atau manusia harus dimiliki oleh pelari 200 meter. Karena dengan memiliki postur tubuh atau tungkai yang panjang pada akan memiliki harapan yang dapat memberikan kontribusi terhadap lari 200 meter. Permasalahan dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat kontribusi status gizi dan panjang tungkai terhadap kemampuan lari 200 meter pada mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi status gizi dan panjang tungkai terhadap kemampuan lari 200 meter pada mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013 yang berjumlah 135 orang. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling atau sampel bertujuan, sebanyak 27 orang atau 20%. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah mengukur tinggi dan berat badan, mengukur panjang tungkai dan lari 200 meter.

Data diolah dengan menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi dan panjang tungkai terhadap kemampuan lari 200 meter pada Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013 mempunyai hubungan yang signifikan. Dimana hasil pengujian diperoleh nilai  $r = 0,49$  sehingga koefisien determinasinya adalah  $(0,49)^2 \times 100\% = 94,09\%$ . Ini menunjukkan bahwa 94,09% variasi skor yang terjadi terhadap kemampuan lari 200 meter dapat dijelaskan oleh status gizi dan panjang tungkai pada Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek FKIP Unsyiah Angkatan 2013, sehingga kontribusi faktor-faktor lainnya sebesar 5,91%.