

## ABSTRAK

**Hamza Burahima.** 2012/2013. Hubungan Lari 30 Meter dan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Hasil Lompat Jauh, Skripsi, Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Drs. Ruskin, M.Pd dan Pembimbing II Zulkifli Lamusu S.Pd, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Lari 30 Meter dan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Hasil Lompat Jauh pada Siswa kelas VII SMP Negeri 11 Kota Gorontalo. Dalam penelitian ini terdiri dari tiga variable yaitu  $X_1$  (Lari 30 Meter),  $X_2$  (Daya Ledak Otot Tungkai) dan  $Y$  (Hasil Lompat Jauh). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 130 orang. Berdasarkan jumlah populasi yang ada, maka sampelnya 25% atau 20 orang siswa. Sedangkan teknis analisis datanya yaitu menggunakan analisis product moment yakni uji normalitas data dan uji hipotesis.

Dalam penelitian ini terdapat 2 hasil penelitian yaitu penelitian deskriptif dan hasil penelitian inferensial. Hasil penelitian deskriptif menjelaskan data tentang distribusi frekuensi skor responden untuk masing-masing variabel sehingga diperoleh pengkategorian dari masing-masing variabel yaitu (variabel bebas) Lari 30 Meter dan Daya Ledak Otot Tungkai serta (variabel terikat) Hasil Lompat Jauh, sedangkan untuk penelitian diferensial yaitu untuk menghitung uji hipotesis. Besarnya hubungan secara bersama-sama antara variabel Kecepatan Lari 30 meter ( $X_1$ ) dan daya ledak otot tungkai ( $X_2$ ) dengan hasil lompat jauh ( $Y$ ) yang dihitung dengan koefisien korelasi ( $R_{X_1X_2Y}$ ) = 0,71 hubungan ini secara kualitatif dapat dinyatakan tinggi, dan besarnya lebih dari korelasi antara  $X_1$  dengan  $Y$ , maupun  $X_2$  dengan  $Y$ . Besarnya korelasi ( $R_{X_1X_2Y}$ ) = 0,71 berlaku untuk sampel yang diteliti sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Besarnya hubungan secara bersama-sama antara variabel Kecepatan Lari 30 meter ( $X_1$ ) dan daya ledak otot tungkai ( $X_2$ ) dengan hasil lompat jauh ( $Y$ ) yang dihitung dengan koefisien korelasi ( $R_{X_1X_2Y}$ ) = 0,71 hubungan ini secara kualitatif dapat dinyatakan tinggi, dan besarnya lebih dari korelasi antara  $X_1$  dengan  $Y$ , maupun  $X_2$  dengan  $Y$ . Besarnya korelasi ( $R_{X_1X_2Y}$ ) = 0,71 berlaku untuk sampel yang diteliti sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Maka terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara Kecepatan Lari 30 meter dan daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh siswa SMP Negeri 11 Kota Gorontalo. Sedangkan koefisien determinasi  $r^2 = 0,5041$  menunjukkan 50,41% kontribusi variabel Kecepatan Lari 30 meter dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh sedangkan sisanya 49,59% dipengaruhi oleh faktor variabel lain.

Selanjutnya dengan membandingkan harga  $F_{hitung} = 13,703$  pada taraf kesalahan 5% dengan  $F_{tabel} = 3,59$  (hasil interpolasi) ternyata  $F_{hitung}$  lebih besar dari pada  $F_{tabel}$ . Dengan demikian koefisien korelasi ganda yang ditemukan signifikan dan dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi dimana sampel diambil.

**Kata Kunci :** *Lari 30 Meter, Daya Ledak Otot Tungkai, Hasil Lompat Jauh.*