

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

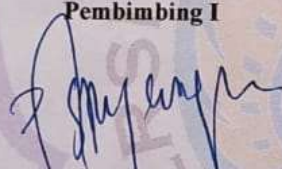
**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN  
KECEPATAN LARI 100 METER PADA SISWA KELAS XI  
SMA NEGERI 3 GORONTALO**

Oleh:

**BUDIYANTO**  
NIM : 831 413 146

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

**Pembimbing I**



**Dr. Asry Syam, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 19760606 200212 1 005

**Pembimbing II**



**Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd**  
NIP. 19670511 200501 2 001

**Mengetahui,**  
**Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan**  
**Fakultas Olahraga dan Kesehatan**  
**Universitas Negeri Gorontalo**



**Drs. Aswan Dai, M.Pd**  
NIP. 19610221 198603 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

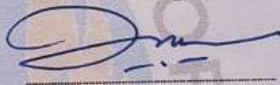



HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN  
KECEPATAN LARI 100 METER PADA SISWA KELAS XI  
SMA NEGERI 3 GORONTALO

Oleh:

**BUDIYANTO**  
NIM : 831 413 146

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada :  
Hari/tanggal : Jumat, 24 Juli 2020  
Pukul : 08.00 Wita s/d selesai

Dosen Penguji :

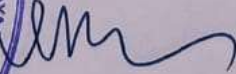
Nama	Tanda Tangan
1. <u>Prof. Dr. H. Hariadi Said, M.S</u> NIP. 19610316 198702 1 001	
2. <u>Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19820419 200604 1 001	
3. <u>Dr. Asry Syam, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19760606 200212 1 005	
4. <u>Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd</u> NIP. 19670511 200501 2 001	

Gorontalo, September 2020

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo



  
Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
NIP. 19631001 198803 2 002

## ABSTRAK

**Budiyanto, Nim 831 413 146**“Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Gorontalo”. Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas olahraga dan kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo dibawah bimbingan Bapak Drs, Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pddan Bapak Risna Podungge, S.Pd, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Gorontalo. Hipotesis dalam penelitian ini yakni “Terdapat Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Gorontalo. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian eksperimen, dengan prosedur penelitian “*Pre Test* ( $X_1$ ), *Treatmen* (T), dan *Post Test* ( $X_2$ ). Adapun sampel dalam penelitian yang ditetapkan adalah sebanyak 20 Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Gorontalo yang diambil secara *Purposive Sampling*. Data menunjukkan r hitung ( $0.866$ ) > r tabel ( $0.444$ ). Jadi ada hubungan variabel bebas dengan variabel terikatnya adalah signifikan. Dari data tersebut dapat menjawab hipotesis bahwa ada Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Gorontalo.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari 100 Meter

## ABSTRACT

**Budiyanto, Student ID Number 831 413 146** "The Relationship Between Leg Muscle Strength and Running Speed of 100 Meters at Grade XI Students of SMA Negeri 3 Gorontalo". Bachelor's Degree Program in Physical, Health, and Recreation Education, Department of Sports Education, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. The principal supervisor is Drs, Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd, and the co-supervisor is Risna Podungge, S.Pd. M.Pd.

This study aims to determine the relationship between leg muscle strength and a running speed of 100 meters at grade XI students of SMA Negeri 3 Gorontalo. The hypothesis in this study is "There is a relationship between leg muscle strength and running speed of 100 meters at grade XI students of SMA Negeri 3 Gorontalo". This research used the experimental research method, with the research procedure consisted of Pre Test ( $X_1$ ), Treatment (T), and Post Test ( $X_2$ ). The sample in the research was 20 students of grade XI SMA Negeri 3 Gorontalo which were taken using purposive sampling. The data shows  $r_{count} (0.866) > r_{table} (0.444)$ . Thus, there is a significant relationship between the independent variable and the dependent variable. It answers the hypothesis that there is a relationship between leg muscle strength and a running speed of 100 meters at grade XI students of SMA Negeri 3 Gorontalo.

Keywords: Leg Muscle Strength, Running Speed of 100 Meters

