

KONTRIBUSI PANJANG TUNGKAI, TINGGI BADAN DAN BERAT BADAN TERHADAP LARI JARAK PENDEK 40 METER PADA SISWA KELAS VII MTSN 8 BANJAR KECAMATAN ASTAMBUL

Muhammad Rifki Hunaipi^{1*}, Ari Tri Fitrianto², Muhammad Habibie³.

¹Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al- Banjari, 18240094.

²Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al- Banjari, 1105049201.

³Pendidikan Olahraga, 89201, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al- Banjari, 1122119101.

E-mail: hunaipirifki@gmail.com

ABSTRAK

Peneliti ingin mengetahui seberapa besar kontribusi panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek (40 meter) pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul. metode penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini ialah korelasional ganda (corelational design) dimana dalam penelitian ini terdapat tiga variabel bebas dan satu variabel terikat, yang menyatakan panjang tungkai (X1) tinggi badan (X2) berat badan (X3) terhadap lari jarak pendek (Y). Berdasarkan hasil perhitungan data tes dari ke empat variabel panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek 40 m dapat diperoleh r hitung sebesar 1,98 hasil ini kemudian di bandingkan dengan rtabel pada taraf signifikan α 0,05% dengan Dk N-1 39 yakni sebesar 2,84 dengan demikian r hitung 1,98 rtabel 2,84 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian atau alternatif (H1) ditolak dan (Ho) diterima. Dengan kata lain hipotesis penelitian yang diajukan dalam penelitian ini terbukti yakni: tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek 40 m. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, pada bab sebelumnya, maka dapat di simpulkan sebagai berikut : 1. Panjang Tungkai memberikan Kontribusi 2,94 % terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter 2. Tinggi badan memberikan Kontribusi 0,22% terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter 3. Berat badan memberikan Kontribusi 0,02 % terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter Dapat disimpulkan bahwa tidak ada kontribusi panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek 40 meter kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Kata Kunci : Panjang Tungkai, Tinggi Badan, Berat Badan, Lari 40 M.

DAFTAR PUSTAKA

academia.edu. (2013). *Intrumen penelitian*.

Akhmad Aji Pradana, & Heri Wahyudi. (2023). kontribusi tinggi badan, berat badan, dan panjang tungkai terhadap kecepatan lari cepat (Sprint) 100 Meter Putra (studi pada mahasiswa IKOR angkatan 2010 Universitas Negeri Surabaya). *JURNAL KESEHATAN OLAHRAGA*, 11(02), 1–5.

Boby Ms Syoergawi dalam Dastri. (2016). *hubungan antara manajemen pembatasan asupan cairan dengan berat badan pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa rsud abdul wahab sjahranie samarinda tahun 2016*.

Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2019). The Application of Tactical Approaches in Learning Handballs. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 4(2), 131. <https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.534>

Cici Nurhayati. (2018). *ANALISIS GERAK NOMOR LARI SPRINT 100 METER PUTRA CABANG OLAHRAGA ATLETIK (Studi Kasus Pada Usain Bolt Di Kejuaraan International Association Of Athletics Federation Berlin Tahun 2009) e-journal*.

Dr. Rusydi A, & M. Fadhli. (2018). *STATISTIK PENDIDIKAN TEORI DAN PRAKTIK DALAM PENDIDIKAN*.

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. *Repository Universitas Islam Riau*.

Indra, G., Lumintuarso, R., Pendidikan, D., Pelalawan, K., Riau, P., & Yogyakarta, U. N. (2014). PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LARI SPRINT 60 METER MELALUI METODE PERMAINAN SDN 009 TELUK PELALAWAN IMPROVED THE RESULT OF 60 METERS SPRINT LEARNING THROUGH GAMES METHOD IN STATE ELEMENTARY SCHOOL 009 TELUK PELALAWAN. In *Jurnal Keolahragaan* (Vol. 2).

Irja, & Zulhijra. (2019). *REFORMASI PENDIDIKAN ISLAM DI INDONESIA*. <http://sumsell.kemendiknas.go.id/index.php?a=artikel&id2=reformasistempendidikan>.

khairuddin dalam Rusyiana. (2022). *PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS V SDN GUDANG HIRANG 1 PADA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI METODE BERMAIN SKRIPSI*.

Muhammad Iqbal. (2019). *HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LARI SPRINT 100 METER PADA SISWA PUTERA KELAS XI SMA TARUNA MANDIRI PEKANBARU*.

Mustakim, K., Studi, P., Keplatihan, P., Fakultas, O., & Keolahragaan, I. (2019). HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN BERAT BADAN TERHADAP KECEPATAN LARI SPRINT 60 METER. In *Jurnal Ilmiah "Pendidikan Dasar* (Issue 1).

- Nurul Ulfah Hilman. (2014). HUBUNGAN KEMAMPUAN LARI KECEPATAN MAKSIMAL DENGAN KEMAMPUAN CADENCEPADA ATLETSPRINT. *UPI*, 01–09.
- Rudiyanto dalam Jananda F I. (2016). *HUBUNGAN POWER TUNGKAI DAN TINGGI BADAN DENGAN HASIL KETERAMPILAN HEADING PADA PEMAIN SEPAKBOLA IRMAD FC BANDAR LAMPUNG TAHUN 2016 (Skripsi) Oleh : JANANDA FORESTRIKA INDRIYANTO.*
- Sugiyono Dalam Eliyanto, U. B. W. (2013). Pengaruh Jenjang Pendidikan, Pelatihan, dan pengalaman mengajar terhadap profesionalisme guru SMA Muhammadiyah Di kabupaten kebumen. *Jurnal Akuntabilitas Manajemen Pendidikan*, 1(1), 34–47.
- Sugiyono Dalam Rusadi P. (2013). *UPAYA MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI SISWA MELALUI PENDIDIKAN JASMANI.*
- Sugiyono, Doni Purnama P, Thalib S, & Nawasiah N. (2021). ANALISIS KEPUTUSAN PEMBELIAN DITINJAU DARI CITRA MEREK (BRAND IMAGE) DAN HARGA (PRICE) PADA MOBIL HONDA BRIO (Studi Empirik pada Pengguna Mobil Honda Brio di Pondok Indah, Jakarta Sekatan). In *JIMP* (Vol. 1, Issue 1).
- wiarto dalam Rian F. (2022). *Hubungan panjang tungkai dan explosive power otot lengan terhadap kemampuan pukulan smash permainan bola voli atlet clube ambrasador desa pasir emas kecamatan singingi kabupaten kuantan singingi.*
- wirasasmita dalam Rian F. (2022). Hubungan panjang tungkai dan explosive power otot lengan terhadap kemampuan pukulan smash permainan bola voli atlet clube ambrasador desa pasir emas kecamatan singingi kabupaten kuantan singingi. *Repository*, 1–42.
- Yuanda Pristiwan. (2016). PENGEMBANGAN SISTEM TALENT SCOOTINGATLETIK NOMOR SPRINT BERBASIS ONLINE. *Digital Repository Unimed*, 1–11.