

HUBUNGAN KECEPATAN LARI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP HASIL LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA PESERTA DIDIK SMP NEGERI 9 BANJARMASIN

Irpan¹, Muhammad Habibie², Ari Tri Fitrianto³

¹ Pendidikan Olahraga, 89201, fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan, universitas islam
Kalimantan Muhammad arsyad al banjari Banjarmasin, 18240027

² Pendidikan Olahraga, 89201, fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan, universitas islam
Kalimantan Muhammad arsyad al banjari Banjarmasin, 1122119101

³ Pendidikan Olahraga, 89201, fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan, universitas islam
Kalimantan Muhammad arsyad al banjari Banjarmasin, 1105049201

E-mail: irpanjok@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Hubungan Antara Kecepatan Lari dan Panjang Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Peserta didik SMP Negeri 9 Banjarmasin. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif non eksperimental dengan desain penelitian korelasional yang mengkaji hubungan dua variabel atau lebih. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Banjarmasin yang berjumlah 226 peserta didik yang terbagi kedalam 7 kelas dengan sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 38 orang peserta didik yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian ini memperoleh hasil untuk peserta didik laki-laki yaitu $F_{hitung} (9,234) > F_{tabel} (3,49)$, dan untuk perempuan memperoleh hasil yaitu $F_{hitung} (15,87) > F_{tabel} (3,89)$, yang artinya memiliki hubungan yang signifikan antara kecepatan lari (X_1) dan panjang tungkai (X_2) terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok pada peserta didik SMP Negeri 9 Banjarmasin (Y).

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad, dan Hidayat Humaid. 2019. "SQUAT STYLE LONG JUMP LEARNING MODEL BASED ON GAMES FOR MIDDLE SCHOOL STUDENTS 1." *Indonesia Physical Education, Health and Recreation* 3(2): 1–9.
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan paraktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cahyo B, Joan, Musyafari Waluyo, dan Setya Rahayu. 2012. "Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari." *Journal Of Sport Sciences And Fitness* 1(1): 18–21.
- Deswantara, Yohanes Genta, dan Abdul Aziz Hakim. 2021. "Analisis Gerak Tangan Dan Kaki Pada Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Ayunan Tangan Terbuka Pada Atlet Dunia Jeff Henderson Saat Olimpiade Men's Long Jump Di Rio De Je Niero Tahun 2016." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 09(01): 15–22.
- Fenanlampir Albertus, Muhammad Muhyi Faruq. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Herdiansyah Sefri. 2018. "Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang." *Jurnal Menssana* 3(1): 117–23.
- Prasetyo, Koko. 2016. "Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar." *Jurnal Scholaria* 6(3): 196–205.
- Puspitasari, Ratna Nila. 2016. "Pengaruh Permainan Tradisional Karetan Terhadap Pembelajaran Motorik Kasar Atletik Lompat Jauh." *Jurnal PG- - PAUD Trunojoyo*, 3 (1), 9-18. 3(1): 9–18.
- Putra et al. 2020. "Kelentukan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Atlet Atletik." *Jurnal Patriot* 2(3): 848–59.
- Rudiyanto, Musyafari Waluyo, dan Sugiharto. 2012. "Rudiyanto, Musyafari Waluyo, Sugiharto.(2012). Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Danpanjang Tungkai Dengan Kelincahan. Journal Of Sport Sciences And Fitness, 1 (2), 26-31." *Journal Of Sport Sciences And Fitness* 1(2): 26–31.
- Saiyed Muh. Fahri. 2018. "Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kecepatan Lari 40 Meter Dan Kekuatan Tungkai Dengan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Murid Sd Inpres Jongaya Makassar." Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.
- Sarwendi, Rendra, Mokhammad Firdaus, dan Yanuar Rizky. 2020. "Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kecepatan Lari Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kemampuan

- Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas V Sdn 1 Gador Durenan Kabupaten Trenggalek.” *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*: 12–26.
- Soekidjo Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.
- Sugiyono. 2015a. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- . 2015b. *Statistika Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno. 2012. *Dasar-dasar Atletik dan Latihan Fisik tentang Nomor Lari, Lompat, Lempar, dan Tolak*. Palembang: UNSRI.
- Tanos, Carenia Morenza, dan Dkk. 2016. “Hubungan Panjang Tungkai Dengan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas X SMA Negeri 9 Binsus Manado.” *Jurnal Kedokteran Kinik (JKK)* 1(No.1): Hal.50.
- Uket, Astri Gencari Ramadhani, dan Arif Anugerah Ilahi. 2017. “Hubungan Panjang Tungkai Dengan Panjang Langkah Terhadap Hasil Kecepatan Lari 50 Meter.” *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang* 8(2): 171.
- Wijaya, Ganif Bagus. 2015. “Hubungan Antara Kecepatan Lari 50 Meter Dan Panjang Tungkai Dengan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Putra Kelas Xi Semester Genap Sma Negeri 1 Karang Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015.”
- Zulfikran, Irfan, dan Fahrizal. 2018. “Kontribusi Kecepatan Reaksi Kaki, Kekuatan Tungkai Dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Lari 60 Meterpada Murid Sd Negeri Sungguminasa Iv Kabupaten Gowa.” *Jurnal Fakultas Ilmu Keolahragaan* 1(1): 1–11.