

Ahmad Syukron Arif Kurniawan, 2010 "Hubungan Antara Panjang Tungkai, Daya Ledak Otot Tungkai dan Kecepatan Lari terhadap hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Kelas VIII Putra MTs Negeri 1 Karangawen Tahun Pelajaran 2009/2010". **Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.**

Pencapaian prestasi prima olahraga dipengaruhi oleh beberapa aspek; 1) Aspek Biologis, 2) Aspek Psikologis, 3) Aspek Lingkungan, 4) Aspek penunjang, daya ledak otot tungkai, kecepatan lari dan panjang tungkai termasuk dalam aspek tersebut. Proses pemilihan atlet lompat jauh di MTs Karangawen belum dikaji secara ilmiah. Masalah dalam penelitian ini adalah; 1) Adakah hubungan antara panjang tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok, 2) Adakah hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok. 3) Adakah hubungan antara kecepatan lari terhadap lompat jauh gaya jongkok. 4) Adakah hubungan antara panjang tungkai, daya ledak otot tungkai dan kecepatan lari terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui; 1) Hubungan antara panjang tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok, 2) Hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok. 3) Hubungan antara kecepatan lari terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok. 4) Hubungan antara panjang tungkai, daya ledak otot tungkai dan kecepatan lari terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok antara panjang tungkai, daya ledak otot tungkai dan kecepatan lari terhadap lompat jauh gaya jongkok.

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII putra MTs Negeri 1 Karangawen tahun 2009/2010 berjumlah 118 siswa. Sampel berjumlah 118 siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini ; a) Variabel bebas (X) yaitu variabel X_1 Panjang Tungkai, variabel X_2 Daya ledak otot tungkai, X_3 adalah variabel Kecepatan lari dan b) Variabel terikat (Y) ; Hasil Lompat Jauh. Instrumen yang digunakan adalah pengukuran panjang tungkai, daya ledak otot tungkai, kecepatan lari dan lompat jauh. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi dan regresi dengan taraf signifikansi 5 %.

Dari analisis data yang diperoleh, 1) Ada hubungan antara Panjang Tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok dengan nilai signifikansi sebesar $0,007 < 0,05$ kesimpulannya ialah sangat signifikan. 2) Ada hubungan antara Daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ kesimpulannya ialah sangat signifikan. 3) Ada hubungan Kecepatan lari terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ kesimpulannya adalah sangat signifikan. 4) Ada hubungan antara panjang tungkai, daya ledak otot tungkai dan kecepatan lari terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ kesimpulannya adalah sangat signifikan.

Dari hasil penelitian maka disarankan kepada guru Penjasorkes dan Pelatih hendaknya dalam mengajar dan melatih serta memilih bibit atlet lompat jauh, faktor daya ledak, panjang tungkai, dan kecepatan lari harus diperhatikan karena ada hubungan yang signifikan terhadap hasil lompat jauh.