

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI, TINGGI BADAN, DAN LINGKAR PAHA, DENGAN KECEPATAN LARI JARAK PENDEK 50 METER PADA SISWA PUTERA SMP SWADHIPA 1 NATAR LAMPUNG SELATAN

Oleh

Ahmad Tobrani

Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar hubungan antara kekuatan otot tungkai, tinggi badan, dan lingkar paha, terhadap kecepatan lari jarak pendek 50 meter pada siswa putera SMP Swadhipa 1 Natar Lampung Selatan.

Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan analisis data menggunakan korelasional. Pengumpulan data yang berupa kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer*, tinggi badan menggunakan *health scale*, dan lingkar paha menggunakan *antropometer*, sedangkan lari 50 meter menggunakan *Stopwatch*. Sampel yang digunakan 20 siswa dari populasi yang berjumlah 20 orang, maka disebut dengan sampel populasi.

Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor kekuatan otot tungkai memiliki koefisien korelasi dengan hasil lari 50 meter sebesar 0,554. Koefisien korelasi tinggi badan sebesar 0,468. Sedangkan koefisien korelasi lingkar paha sebesar 0,542. Artinya kekuatan otot tungkai, tinggi badan, dan lingkar paha memiliki hubungan yang 'cukup kuat' dengan hasil lari jarak pendek 50 meter.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kekuatan otot tungkai, memiliki hubungan yang cukup kuat dengan hasil lari jarak pendek 50 meter.

Kata Kunci : kekuatan otot tungkai, kemampuan, *Sprint*, lingkar paha, tinggi badan.