

## RINGKASAN SKRIPSI

**Indah Suganda** (2023) Penelitian ini berjudul, “ Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang”. Pembimbing utama Ilham Surya Fallo, S.Or., M.Pd, AIFO dan pembimbing pembantu Utami Dewi, S.Pd, M.Or.

**Masalah** dalam penelitian ini adalah, “Bagaimana Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang?”. **Bertujuan** untuk mengetahui Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang. **Variabel** dalam penelitian ini adalah ada dua variabel, yaitu variabel bebas adalah kelincahan dan variabel terikat adalah data ledak otot tungkai. **Metode** digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. **Bentuk** yang digunakan adalah study korelasi atau inter relationship study. **Populasi** dalam penelitian ini adalah 36 siswa putri. Sampel dalam penelitian ini adalah 36 siswa putri. **Teknik pengumpul data** menggunakan tes dan pengukuran. **Alat pengumpul data** menggunakan teknik tes dan pengukuran. **Teknik analisis data** dengan menggunakan deskriptif kuantitatif. **Hasil Penelitian** Hasil penelitian hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh gaya jongkok siswa putri kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang secara singkat dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) Ada pengaruh dengan nilai rata-rata atau median untuk hasil kecepatan sebesar 3.89, daya ledak otot tungkai 2.63 sementara lompat jauh gaya jongkok 0.34. Sedangkan nilai *Sig Levene's test of equality of variance* adalah sebesar  $F_{hitung} (2.63) > F_{tabel} (0.34)$  maka dapat diartikan bahwa varians data daya ledak otot tungkai dan hasil lompat jauh gaya jongkok adalah sama atau homogen. (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh gaya jongkok siswa putri kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi ganda ( $R$ ) sebesar 0,34,  $R^2$  2,63 dan  $F_{regresi}$  1,024 dengan sig.0,330. Nilai signifikansi diketahui lebih besar dari 0,05 ( $2,63 < 0,34$ ). **Kesimpulan** Dari hasil analisis data yang diperoleh dengan perhitungan secara manual, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi antara kelincahan ( $X$ ) dengan kemampuan *mendribble* bola ( $Y$ ) sebesar  $R_{xy} = 0,02502 > r_t = 0,263$  pada taraf signifikansi 0.05. Dari hasil ini, maka dinyatakan ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh gaya jongkok siswa putri kelas VIII SMP Negeri 3 Ketapang Kabupaten Ketapang. **Saran** Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran-saran yang dapat penulis kemukakan adalah, sebagai berikut: (1) Bagi guru olahraga, dalam memilih calon yang akan dibina hendaknya selalu memperhatikan karakteristik fisik dari cabang olahraga tersebut. Lebih lanjut, hendaknya memperhatikan factor bakat yang memungkinkan untuk

dikembangkan melalui latihan-latihan. (2) Bagi peneliti atau mahasiswa olahraga dan kesehatan IKIP PGRI Pontianak, hendaknya dengan adanya penelitian ini dapat mengadakan penelitian lebih lanjut terhadap variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, untuk mengetahui seberapa besar sumbangan variabel lain terhadap daya ledak otot tungkai dengan hasil lompat jauh gaya jongkok.