

**HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DENGAN
KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA
KELAS V SD NEGERI 1 GEMBONG KECAMATAN
BOJONGSARI KABUPATEN PURBALINGGA**

Oleh:
Anwar Ansori
10604227123

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri 1 Gembong Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, dengan Daya Ledak Otot Tungkai sebagai variabel bebas dan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok sebagai variabel terikat. Subyek dari penelitian ini siswa kelas V SD Negeri 1 Gembong Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 26 siswa. Pengambilan data menggunakan tes, dengan instrumen *Vertical Jump* untuk variabel daya ledak otot tungkai, dan tes lompat jauh untuk variabel hasil lompat jauh. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi dan korelasi secara sederhana melalui uji prasyarat normalitas dan linearitas.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri 1 Gembong Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga, yaitu sebesar 0,690 dan dibuktikan dengan nilai t hitung sebesar 4,672 lebih besar dari t tabel sebesar 1,71. Besarnya sumbangan yang diberikan variabel daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat jauh adalah sebesar 47,6%, dan sebesar 52,4% hasil lompat jauh gaya jongkok siswa dipengaruhi variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Lompat Jauh Gaya Jongkok