

Contribution of leg length, height and weight to 40 meter short distance running in class vii students at mtsn 8 banjar, astambul district

Muhammad Rifki Hunaipi^{1ABCDE}, Ari Tri Fitrianto^{2D}, Muhammad Habibie^{3E}

¹Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

²Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

³Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection

Corresponding Author: Muhammad Rifki Hunaipi, e-mail: hunaipirifki@gmail.com

Corresponding Author: Ari Tri Fitrianto, e-mail: aritrifitrianto17@gmail.com

Corresponding Author: Muhammad Habibie, e-mail: habibiem789@gmail.com

Abstract

The researcher aims to determine the extent of the contributions of leg length, height, and weight to the performance of short-distance running (40 meters) students class VII at MTSN 8 Banjar, kecamatan Astambul. The research methodology used is quantitative. The design employed in this study is a double correlational design, where there are three independent variables (leg length [X1], height [X2], and weight [X3]) and one dependent variable, which is short-distance running (Y). Based on the calculation of test data for the four variables, leg length, height, weight, and short-distance running, the calculated correlation coefficient (r) is found to be 1.98. This result is then compared to the tabular value (rtab) at a significance level (α) of 0.05% with degrees of freedom (df) N-1 (39), which is 2.84. Therefore, with $r (1.98) < rtab (2.84)$, it can be concluded that the research hypothesis or alternative hypothesis (H1) is rejected, and the null hypothesis (Ho) is accepted. In other words, the proposed research hypothesis in this study is proven to be not significant, indicating that there is no significant influence of leg length, height, and weight on short-distance running (40 meters). Based on the data analysis and discussion in the previous chapter, the following conclusions can be drawn: 1. Leg length contributes 2.94% to the speed of short-distance running (40 meters). 2. Height contributes 0.22% to the speed of short-distance running (40 meters). 3. Weight contributes 0.02% to the speed of short-distance running (40 meters). In conclusion, it can be inferred that there is no significant contribution of leg length, height, and weight to the short-distance running (40 meters) performance of 7th-grade students at MTSN 8 Banjar, Astambul District.

Keywords: Leg Length ¹, Height ², Keyword ³, Weight ⁴, 40-Meter Run ⁵

Pendahuluan

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan dijalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan prilaku yang di inginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Dalam pendidikan formal belajar menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam perstasi belajar.

Pembelajaran penjas mewajibkan siswa mengikuti berbagai materi olahraga dengan tujuan untuk memfasilitasi siswa mendapatkan berbagai pengalaman gerakan. (Budi et al., 2019) menjelaskan bahwa atletik, senam, kebugaran jasmani, kesehatan dan olahraga permainan merupakan materi yang harus diikuti siswa di setiap jenjang pendidikan sekolah. Dengan materi yang beragam, diharapkan siswa mampu tumbuh dan berkembang menjadi mahluk yang sehat jasmani rohani.

Lari merupakan hal yang sangat penting karena bagian dari pembinaan olahraga dini dalam pendidikan jasmani di sekolah. Dalam atletik nomor lari dibagi kedalam lari jarak pendek (Sprint) dan lari jarak menengah lari jarak jauh juga disebut juga long distance, lari estafet dan lari rintangan. Hampir sebagian besar dari nomor-nomor atletik tersebut di programkan didalam kurikulum penjas sekolah dasar hingga sekolah lanjutan tingkat atas.

Siswa Sekolah Menengah Pertama, dapat melakukan gerakan lari jarak pendek (sprint) dengan baik apabila didukung dengan teknik berlari dan juga faktor kondisi fisik serta struktur antropometri yang dimiliki oleh siswa tersebut. Faktor antropometri yang dapat mempengaruhi kecepatan lari diantaranya yaitu tinggi dan berat badan serta panjang pendeknya tungkai yang dimiliki. Hasil penelitian (Mustakim et al., 2019) menunjukkan bahwa Kecepatan maksimal seorang pelari, dipengaruhi oleh panjang tungkai dan berat badan yang dimiliki. Berat badan, tinggi badan dan panjang tungkai merupakan sebuah faktor yang sangatlah mempengaruhi kecepatan dan kekuatan seorang siswa. Kecepatan juga dapat dipengaruhi oleh postur tubuh yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Dalam melakukan gerakan lari khususnya sprint, masih banyaknya siswa Kelas VII MTsN 8 Banjar Kecamatan Astambul yang belum memahami seutuhnya teknik dasar dalam berlari, sehingga hasil lari jarak pendek yang di peroleh masih rendah dan belum optimal. Hal ini juga berkaitan dengan kurang mampunya siswa dalam memanfaatkan panjang tungkai, tinggi badan maupun berat badan yang dimiliki. Ada beberapa siswa yang memiliki postur tubuh yang optimal akan tetapi belum di dimanfaatkan dengan baik dalam kemampuan beralari. Ada juga siswa yang memiliki panjang tungkai yang maksimal akan tetapi tidak dimanfaatkan dengan baik dan ada juga berat badan siswa yang sangat ideal akan tetapi tidak dimanfaatkan sepenuhnya oleh siswa dalam kemampuan berlari. Berdasarkan hal tersebut peneliti ingin mengetahui seberapa besar kontribusi panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek 40 meter siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Metode Penelitian

Penggunaan metode penelitian dalam pembahasan suatu persoalan yang bersifat ilmiah yang merupakan suatu pedoman dasar untuk mencapai tujuan. Hal ini berarti dengan metode penelitian kita akan memperoleh hasil suatu penelitian untuk mencapai kebenaran. Penelitian mengenai kontribusi panjang tungkai dan tinggi badan terhadap lari jarak pendek 40 meter siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul menggunakan

metode penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini ialah korelasional ganda (*corelational design*) dimana dalam penelitian ini terdapat tiga variabel bebas dan satu variabel terikat, yang menyatakan panjang tungkai (X1) tinggi badan (X2) berat badan(X3) terhadap lari jarak pendek (Y).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasi, yakni melihat bentuk hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Menurut (Sahabuddin, 2015) Metode korelasi ini untuk mengetahui hubungan antara suatu variabel dengan variabel-variabel yang lain dan bertujuan pula melihat hubungan antara dua gejala atau lebih.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain ekstrakurikuler sepakbola di SMA Darul Hijrah Putra berjumlah 30 orang dan yang menjadi sampel penelitian berjumlah 30 orang dengan teknik sampel jenuh. Sugiyono (2020:124) "*total sampling* atau sampel jenuh adalah teknnik penentuan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sampel". Penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat, variabel bebasnya adalah daya ledak otot tungkai (X1) tinggi badan (X2) variabel terikatnya kemampuan passing yang di lambangkan dengan (Y). Data yang diperlukan adalah daya ledak otot tungkai, dan tinggi badan terhadap kemampuan passing pemain ekstrakurikuler sepakbola di SMA Darul Hijrah Putra dengan Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu Variabel Daya Ledak Otot Tungkai menggunakan Standing Broad Jump Fenanlampir (2015:144),Tinggi Badan menggunakan Stadiometer Test Fenanlampir (2015:33) dan Kemampuan Passing menggunakan Jhonson Soccer Test Fenanlampir (2015:207).

Menurut (sugiyono dalam Hafiz, 2020) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: Obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subyek atau subyek itu. Menurut (Amin et al., 2023)Populasi adalah keseluruhan elemen dalam penelitian meliputi objek dan subjek dengan ciri-ciri dan karakteristik tertentu. Populasi dapat dibagi menjadi tiga, populasi berdasarkan jumlahnya yaitu populasi terbatas dan populasi tak terbatas, berdasarkan sifatnya yaitu populasi homogen dan populasi heterogen, dan berdasarkan perbedaan yang lain yaitu populasi target dan populasi survei.

Menurut (Wardiman D & Mahatma R P, 2020) sampel adalah sebagian dari populasi yang dianggap mewakili seluruh populasi dengan menggunakan teknik tertentu . Penelitian ini menggunakan non probabilitiy yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/ kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Menurut (Manampiring et al., 2016) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Jadi populasi adalah seluruh kelompok atau objek yang berada dalam sebuah penelitian sedangkan sampel adalah sebagian dari kelompok atau objek yang mewakili populasi.

Dalam penelitian ini ada dua variabel bebas dan satu variabel terikat, Menurut Sugiono Dalam (Syafi, 2021) Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi dengan kata lain variabel yang menjadi sebab timbulnya variabel terikat. Adapun pengertian variabel terikat adalah variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Menurut (Widjaja, 2014) Varibel terikat / dependent atau variabel tidak bebas adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas yang menyatakan panjang tungkai (X1), tinggi badan (X2) dan berat badan (X3) terhadap lari jarak pendek (Y).

Metode Pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan Oleh Peneliti untuk mengumpulkan Data. Antara lain Angket, wawancara atau interviu, pengamatan, ujian atau tes, dokumentasi (academia.edu,

2013). Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan instrumen yang terdiri dari tes lari 40 meter, pengukuran panjang tungkai, tinggi badan, dan berat badan. Dalam mengolah data penelitian, penulis menggunakan statistika manual dengan menggunakan rumus-rumus yang digunakan dalam buku modul mata kuliah statistika Dr.Kadir, M.Pd (2015) dan statistika Rusydi A & Fadhli (2018). Untuk mengetahui hubungan antara X1 dengan Y, X2 dengan Y, dan X3 dengan Y; digunakan rumus korelasi sederhana Pearson Product Moment sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Dimana:

- r_{xy} = Koefisien korelasi
- $\sum x$ = Jumlah skor item
- $\sum y$ = Jumlah skor total (seluruh item)
- n = Jumlah sampel

Nilai x dan y diperoleh dari: $x = (X_i - \bar{X})$ dan $y = (Y_i - \bar{Y})$, nilai

Korelasi *Pearson Product Moment* dilambangkan (r), apabila nilai r ini sudah diperoleh dari hasil perhitungan, selanjutnya ditafsirkan dengan tabel interpretasi.

Tabel 1. Interpretasi dari nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat Rendah
0.20 – 0.399	Rendah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat Kuat

(Sugiyono Dalam Eliyanto, 2013)

Untuk menyatakan besar kecilnya kontribusi variabel X terhadap Y dapat ditentukan dengan koefisien determinasi dalam buku (Dr. Rusydi A & M. Fadhli, 2018) sebagai berikut:

$$R^2 = r^2 \times 100\%$$

Dimana:

- R^2 = Koefisien determinasi
- r = Nilai koefisien korelasi

Tabel 2. Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat Rendah
0.20 – 0.399	Rendah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat Kuat

(Sugiyono Dalam Eliyanto, 2013)

Hasil dan Pembahasan

Data hasil tes dan pengukuran variabel panjang tungkai (X1) Tinggi badan (X2) dan Berat badan (X3) terhadap lari jarak pendek (Y) pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil perhitungan T skor variabel Panjang Tungkai (X1) Tinggi Badan (X2) dan Berat Badan (X3) terhadap Lari Jarak Pendek (Y)

Variabel	Jumlah	Rata-rata	Skor tertinggi	Skor terendah	Standar deviasi
X1	2000	50	67,58	30,01	10
X2	2000	50	61,41	33,47	10
X3	2000	50	70,17	33,50	10
Y	2000	50	65,46	33,23	10

Berdasarkan tabel 4 diatas data hasil perhitungan T skor variabel panjang tungkai (X1) didapat data nilai tertinggi 67,58 dan nilai terendah 30,01 dengan jumlah data 2000 rata-rata 50. Data hasil pengukuran Tinggi badan (X2) didapat data nilai tertinggi 61,41 dan nilai terendah 33,47 dengan jumlah data 2000 rata-rata 50. Data hasil pengukuran Berat badan (X3) didapat data nilai tertinggi 70,17 dan nilai terendah 33,50 dengan jumlah data 2000 rata-rata 50. Lari jarak pendek (Y) didapat data nilai tertinggi 65,46 dan nilai terendah 33,23 dengan jumlah data 2000 rata-rata 50.

Tabel 2. Uji Normalitas dengan Uji Liliefors data Panjang Tungkai (X1), Tinggi Badan (X2) dan Berat Badan (X3) terhadap Lari Jarak Pendek 40 m (Y)

No	Variabel	L Hitung	L Tabel($\alpha=0,05$)	Kesimpulan
1	X1	0,138	0,140	Normal
2	X2	0,13	0,140	Normal
3	X3	0,13	0,140	Normal
4	Y	0,124	0,140	Normal

Hasil analisis variabel Panjang Tungkai (X1) memiliki L Hitung (0,138) < L Tabel (0,140), sehingga dapat disimpulkan bahwa populasi berdistribusi normal. Hasil analisis variabel Tinggi Badan (X2) memiliki L Hitung (0,13) < L Tabel (0,140), sehingga dapat disimpulkan bahwa populasi berdistribusi normal. Hasil analisis variabel Berat Badan (X3) memiliki L Hitung (0,13) < L Tabel (0,140), sehingga dapat disimpulkan bahwa populasi berdistribusi normal. Hasil analisis variabel Lari Jarak Pendek 40 m (Y) memiliki L Hitung (0,124) < L Tabel (0,140), sehingga dapat disimpulkan bahwa populasi berdistribusi normal.

Tabel 6. Perhitungan Uji Homogenitas menggunakan Uji Barlett

Hipotesis	dk	X hitung	X tabel ($\alpha=0,05$)	Kesimpulan
Ho : $\sigma x1^2 = \sigma x2^2 = \sigma x3^2 = y^2$	39	0,0215	5,99	Homogen
Hi : $\sigma x1^2 \neq \sigma x2^2 \neq \sigma x3^2 \neq y^2$				

Berdasarkan tabel diatas, hasil Uji Homogenitas antara variabel tes Panjang Tungkai (X1), variabel tes Tinggi Badan (X2), variabel tes Berat Badan (X3), variabel tes Lari Jarak Pendek 40 m (Y) pada siswa MTSN 8

Banjar kecamatan Astambul. Karena X hitung (0,0215) < X tabel $\alpha=0,05$ (5,99), maka varians populasi dinyatakan Homogen.

Tabel 3. Uji korelasi ganda X1 terhadap Y

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	2,94	6,55	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $rx1y$ sebesar 2,94 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 6,55. Dengan demikian T hitung (6,55) > T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X1 terhadap variabel Y adalah berarti. Dengan demikian menolak H_0 dan tentunya menerima H_a sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara Panjang Tungkai terhadap Lari Jarak Pendek 40 meter pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 4. Uji korelasi ganda X2 terhadap Y

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	0,22	1,40	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $rx2y$ sebesar 0,22 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 1,40. Dengan demikian T hitung (1,40) > T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X2 terhadap variabel Y adalah berarti. Dengan demikian menolak H_0 dan tentunya menerima H_a sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara Tinggi Badan terhadap Lari Jarak Pendek 40 meter pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 5. Uji korelasi ganda X3 terhadap Y

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	0,02	0,15	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $rx3y$ sebesar 0,02 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 0,15. Dengan demikian T hitung (0,15) < T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X3 terhadap variabel Y adalah tidak berarti. Dengan demikian menolak H_a dan tentunya menerima H_0 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat korelasi antara Berat Badan terhadap Lari Jarak Pendek 40 meter pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 6. Uji korelasi ganda X1 terhadap X2

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	0,74	6,79	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $r_{x_1x_2}$ sebesar 0,74 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 6,79. Dengan demikian T hitung (6,79) > T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X1 terhadap variabel X2 adalah berarti. Dengan demikian menolak H_0 dan tentunya menerima H_a sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara Panjang Tungkai terhadap Tinggi Badan pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 7. Uji korelasi ganda X1 terhadap X3

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	0,05	0,29	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $r_{x_1x_3}$ sebesar 0,05 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 0,29. Dengan demikian T hitung (0,29) < T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X1 terhadap variabel X3 adalah tidak berarti. Dengan demikian menolak H_a dan tentunya menerima H_0 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat korelasi antara Panjang Tungkai terhadap Berat Badan pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 8. Uji korelasi ganda X2 terhadap X3

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	2	0,17	1,04	0,05	Signifikan
Residual	38				
Total	40				

Data dalam tabel di atas dimasukkan kedalam rumus untuk mencari r dan dihasilkan nilai $r_{x_2x_3}$ sebesar 0,17 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari t hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai t sebesar 1,04. Dengan demikian T hitung (1,04) < T tabel (1,30), hal ini bermakna bahwa variabel X2 terhadap variabel X3 adalah tidak berarti. Dengan demikian menolak H_a dan tentunya menerima H_0 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat korelasi antara Tinggi Badan terhadap Berat Badan pada siswa kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Tabel 9. Uji korelasi ganda X1,X2,X3 Terhadap Y

	<i>df</i>	<i>R</i>	<i>Significance F</i>	>	Kesimpulan
Regression	3	2,95	13,56	0,05	Signifikan
Residual	37				
Total	40				

Nilai r diatas dimasukkan kedalam rumus korelasi ganda dan dihasilkan nilai $r_{x_1x_2x_3y}$ sebesar 2,95 , setelah itu dilakukan uji signifikasi dengan taraf signifikan sebesar 0,05 untuk mencari F hitung dengan rumus seperti diatas dan dihasilkan nilai F hitung sebesar 13,56. Dengan demikian F hitung ($13,56 > F$ tabel (2,84), hal ini bermakna bahwa variabel X1, variabel X2 dan variabel X3 secara bersama-sama terhadap variabel Y adalah berarti. Dengan demikian menolak H_0 dan tentunya menerima H_a sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara Panjang Tungkai, Tinggi Badan dan Berat Badan secara bersama-sama terhadap Lari Jarak Pendek 40 meter.

Tabel 10. Uji Regresi ganda X1,X2,X3 Terhadap Y

	<i>df</i>	<i>Significance F</i>	<	Kesimpulan
Regression	3	1,98	0,05	Diterima
Residual	37			
Total	40			

Berdasarkan hasil pengujian secara ilmiah tersebut menunjukkan data Fhitung sebesar $1,98 < F_{tabel} = 2,84$. Dengan demikian hasil analisis korelasi product moment di atas membuktikan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan dengan lari jarak pendek 40 m pada Siswa Kelas Vii MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, pada bab sebelumnya, maka dapat di simpulkan sebagai berikut; Panjang Tungkai memberikan Kontribusi 2,94 % terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter; Tinggi badan memberikan Kontribusi 0,22% terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter; dan Berat badan memberikan Kontribusi 0,02 % terhadap kecepatan lari jarak pendek 40 meter. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada kontribusi panjang tungkai, tinggi badan dan berat badan terhadap lari jarak pendek 40 meter kelas VII MTSN 8 Banjar Kecamatan Astambul.

Pengakuan

Saya sangat berterimakasih kepada dosen pembimbing dan teman teman yang telah membantu dalam pengerjaan skripsi ini, tanpa bantuan dari pihak pihak tersebut mungkin skripsi ini tidak akan selesai,dan juga saya harap skripsi ini dapat membantu bagi pihak yang membutuhkan dan dapat menjadi reprensi bagi kawan kawan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi..

Daftar Pustaka

- academia.edu. (2013). *Intrumen penelitian*.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN. *Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2019). The Application of Tactical Approaches in Learning Handballs. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 4(2), 131. <https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.534>
- Cici Nurhayati. (2018). *ANALISIS GERAK NOMOR LARI SPRINT 100 METER PUTRA CABANG OLAHRAGA ATLETIK (Studi Kasus Pada Usain Bolt Di Kejuaraan International Association Of Athletics Federation Berlin Tahun 2009) e-journal*.
- Fauzi, & Azhar. (2018). *Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Lari Sprint 100 Meter Mahasiswa Semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau*.
- Indra, G., Lumintuarso, R., Pendidikan, D., Pelalawan, K., Riau, P., & Yogyakarta, U. N. (2014). PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LARI SPRINT 60 METER MELALUI METODE PERMAINAN SDN 009 TELUK PELALAWAN IMPROVED THE RESULT OF 60 METERS SPRINT LEARNING THROUGH GAMES METHOD IN STATE ELEMENTARY SCHOOL 009 TELUK PELALAWAN. In *Jurnal Keolahragaan* (Vol. 2).
- Irja, & Zuhijra. (2019). *REFORMASI PENDIDIKAN ISLAM DI INDONESIA*. <http://sumsel1.kemenag.go.id/index.php?a=artikel&id2=reformasisistempendidikan>.
- khairuddin dalam Rusyiana. (2022). *PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS V SDN GUDANG HIRANG 1 PADA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI METODE BERMAIN SKRIPSI*.
- Manampiring, A. S., Tumbuan, W. J. A. F., & Wenas, R. S. (2016). Analisis Produk. *Harga... 164 Jurnal EMBA*, 4(2), 164–176.
- Muhammad Iqbal. (2019). *HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LARI SPRINT 100 METER PADA SISWA PUTERA KELAS XI SMA TARUNA MANDIRI PEKANBARU*.
- Mustakim, K., Studi, P., Kepeleatihan, P., Fakultas, O., & Keolahragaan, I. (2019). HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN BERAT BADAN TERHADAP KECEPATAN LARI SPRINT 60 METER. In *Jurnal Ilmiah "Pendidikan Dasar* (Issue 1).
- Nurul ulfah hilman. (2014). Hubungan Kemampuan Lari Kecepatan Maksimal Dengan kemampuan Candencepada atlet Sprint. *Upi Repository*.
- Sahabuddin, C. (2015). HUBUNGAN KOMUNIKASI BELAJAR MENGAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI I KABUPATEN MAJENE. In *Jurnal Papatuzdu* (Vol. 10, Issue 1).
- sugiyono dalam Hafiz. (2020). *KONTRIBUSI POWER OTOT TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN LARI JARAK PENDEK (SPRINT) 50 METER PADA MAHASISWA KELAS 2F PROGRAM STUDI PENJASKESREK UNIVERSITAS ISLAM RIAU*.
- Syafi, M. (2021). *Hubungan Motivasi Belajar Matematika Siswa Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Materi Kalkulus dan Aljabar di Kelas XI IPA SMA*. 05(01), 65–74.

- Wardiman D, & Mahatma R P. (2020). Hubungan Antara Panjang Tungkai dengan Kecepatan Lari 100 Meter pada Mahasiswa Putra Program Studi Pendidikan Olahraga (STKIP) Kie Raha Ternate. *Pendidikan Olahraga, 10*(2).
- wiaro dalam Rian F. (2022). *Hubungan panjang tungkai dan explosive power otot lengan terhadap kemampuan pukulan smash permainan bola voli atlet clube ambrador desa pasir emas kecamatan singingi kabupaten kuantan singingi.*
- Widjaja, W. R. (2014). *PENGARUH TINGKAT LOAN TO DEPOSIT RATIO (LDR) TERHADAP PROFITABILITAS PADA PT BANK X (PERIODE TAHUN 2008-2012).*
- wirasmita dalam Rian F. (2022). Hubungan panjang tungkai dan explosive power otot lengan terhadap kemampuan pukulan smash permainan bola voli atlet clube ambrador desa pasir emas kecamatan singingi kabupaten kuantan singingi. *Repository, 1*–42.
- Yuanda Pristiwan. (2016). *pengembangan sistem talent scouting atletik nomor sprint berbasis online.*