

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, November 2023
Farid Bani Adam
171191003

HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DENGAN KECEPATAN BERLARI SPRINT 60 METER SISWA KELAS V - VI di SDN KEBONAGUNG 01

ABSTRAK

Latar belakang: Lari sprint jarak pendek adalah suatu perlombaan dengan atlet yang menggunakan kecepatan penuh dengan jarak 60 meter, 80 meter, 100 meter, 200 meter, dan 400 meter. Seorang pelari wajib mengetahui dasar-dasar teknik lari sprint supaya pelari tersebut mendapatkan hasil yang maksimal. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan panjang tungkai dengan kecepatan lari sprint 60 meter siswa kelas V-VI SDN Kebonagung 01.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data tes dan pengukuran. Pengambilan data digunakan pada variabel panjang tungkai menggunakan meteran, kecepatan lari sprint diambil di SDN Kebonagung 01 dengan menggunakan stopwatch.

Hasil: Penelitian lari sprint 60 meter siswa kelas V –VI SDN KEBONAGUNG 01 mendapatkan hasil Kecepatan Kategori Putra 14 siswa (70%), Kecepatan Kategori Putri 6 siswi (30%). Hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi panjang tungkai dengan estimasi waktu sebesar 0,520 terdapat hubungan antara panjang tungkai dengan estimasi waktu kecepatan berlari.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara panjang tungkai dan estimasi waktu diperoleh sebesar 0,520 yang artinya ada hubungan yang kuat antara panjang tungkai terhadap estimasi waktu.

Kata kunci: *Lari Sprint 60 Meter, Panjang tungkai, Estimasi Waktu*

Ngudi Waluyo University
Sports Science Undergraduate Study Program, Faculty of Health
Final Project, November 2023
Farid Bani Adam
171191003

**THE RELATIONSHIP OF LIMB LENGTH WITH 60 METERS SPRINT RUNNING SPEED
IN CLASS V - VI STUDENTS AT SDN KEBONAGUNG 01**

ABSTRACT

Background: Short distance sprinting is a competition where athletes use full speed over distances of 60 meters, 80 meters, 100 meters, 200 meters and 400 meters. A runner must know the basics of sprinting techniques so that the runner can get maximum results. The aim of this research was to determine the relationship between leg length and 60 meter sprint speed for class V-VI students at SDN Kebonagung 01.

Method: : This research uses a survey method with test and measurement data collection techniques. Data collection was used on the leg length variable using a meter, sprint speed was taken at SDN Kebonagung 01 using a stopwatch.

Results: Research on the 60 meter sprint for class V – VI students at SDN KEBONAGUNG 01 obtained results in the Men's Category Speed for 14 students (70%), the Women's Category Speed for 6 students (30%). The results of data analysis obtained a correlation coefficient for leg length with estimated time of 0.520, there was a relationship between leg length and estimated running speed time.

Conclusion: There is a relationship between leg length and estimated time which is 0.520, which means there is a strong relationship between leg length and estimated time.

Keywords: 60 meter sprint, leg length, estimated time