

**HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN DAYA LEDAK OTOT
TUNGKAI TERHADAP HASIL LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK PADA
SISWA SMP NEGERI 43 SURABAYA**

SKRIPSI



**ALEKSANDER SANGKANG
NIM 145900198**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
JASMANI 2021**



**HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN DAYA LEDAK
OTOT TUNGKAI TERHADAP HASIL LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK PADA
SISWA SMP NEGERI 43 SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi
sebagian Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Pada program Studi Pendidikan Jasmani

**Aleksander Sangkang
NIM 145900198**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
JASMANI 2021**

HALAMAN PERSETUJUAN


Skripsi oleh : Aleksander Sangkang
NIM 145900198


Judul Skripsi : Hubungan Panjang Tungkai Dan Daya Ledak
Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh
Gaya Jongkok Pada Siswa SMP Negeri 43
Surabaya

Surabaya, 26 Februari 2021

Mengetahui,
Ketua Program Studi,

Pembimbing.


Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.
NIDN.0724097301


Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0720046203



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Badan Penyelenggara PPLP PT PGRI Surabaya
Keputusan MENKUMHAM RI No. AHU-
0000485.A.H.01.08.Tahun 2019. Kampus Pusat: Jl.
Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181
<http://fpep.unipasby.ac.id>

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh” Aleksander Sangkang” dengan judul “Hubungan Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa SMP Negeri 43 Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 26 Februari 2021.

Dewan Penguji:

1. Ach. Nuryadi, S.Pd., M.Pd.

Ketua

2. dr. Hayati, M.Kes.

Anggota

3. Dr. Drs. Abd.Cholid, S.Pd., M.Pd.

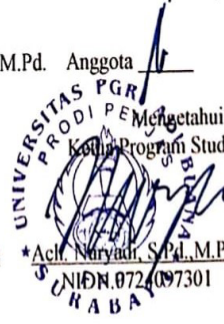
Anggota

Mengesahkan
Dekan PPP



Dr. Sarjika Kentika Handi, M.Kes
NPP.196702091992021302.

Mengetahui
Ketua Program Studi



*Ach. Nuryadi, S.Pd., M.Pd
NIDN.0724097301

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aleksander Sangkang
NIM : 145900198
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 26 Februari 2021
Yang membuat pernyataan,



Aleksander Sangkang

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya tulis ini kepada:

- Kedua Orang Tua tercinta, terimakasih yang selalu bersabar, berdo'a dan selalu memberikan dukungan kepada saya.
- Teman-teman mahasiswa UNIPA yang telah membantu memberikan motivasi, ide-ide, sehingga terselesainya skripsi ini.
- Tidak lupa adikku; Hegan, Mondy, dll, yang turut memberikan suport dan semangat mereka sehingga terselesainya skripsi ini.
- Teman-teman dan sahabat seperjuangan dari flores surabaya dan juga sahabat kenalan, serta semua pihak yang tidak dapat penulis menyebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini dari awal sampai akhir.

Penulis hanya dapat memohon, semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan kebaikan kepada pihak-pihak tersebut. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu masukan berupa saran dan kritik sangat diharapkan demi perbaikan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan masyarakat penggemar olahraga pada khususnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul " Hubungan Kecepatan Sprint dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa SMP Negeri 43 Surabaya" tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti telah banyak terima bantuan dari berbagai pihak, baik material maupun spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenalkan peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S., Selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes., Dekan FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Ach. Nuryadi, S.Pd., M.Pd., Kaprodi Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Bapak Dr.Drs.Abd.Cholid, S.Pd., M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing Skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Dosen yang sudah membimbing saya selama saya studi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
6. Seluruh Dosen Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah membimbing saya agar menjadi guru sebenarnya.
7. Sekolah SMP Negeri 43 Surabaya yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.

8. Kedua orang tua, Bapak Bertolomeus Kasman dan Ibu Ursula Bangung serta Kakak dan Keluarga Besar. Terimakasih atas segala Do'a, Dukungan, dan Motivasinya demi mengapai Cita-cita saya.
9. Sahabat terbaik saya (Adek Hegan & Adek Mondy), yang selalu memberikan dukungan dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Serta teman-teman yang baik hati dan selalu ceria dan walaupun datang atau berasal dari berbagai daerah yang berbeda tetapi disinilah kita tetap bersayu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, maka dari itu peneliti berharap kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Surabaya, 26 Februari 2021

Penulis,

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Keaslian Skripsi.....	iv
Abstrak.....	v
Abstarct.....	vii
Kata Pengantar.....	ix
Daftar Isi.....	xii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakanng.....	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Variabel Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Pustaka.....	8



B. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	19
C. Kerangka Konseptual.....	22
D. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	24
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Metode Pengumpulan Data.....	26
D. Teknik Analisis Data.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	28
B. Pembahasan.....	37
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	47
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	52



