

## ABSTRAK

Maslukhah, Umi. 2020. *Pengaruh Olahraga Tradisional Boy-Boyan terhadap Kecepatan Lari Jarak Pendek 100m Siswa Kelas VII A SMP Negeri 48 Surabaya*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing : Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd.

Kata kunci : *olahraga tradisional boy-boyan, kecepatan, lari jarak pendek 100m*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh olahraga tradisional boy-boyan terhadap kecepatan lari jarak pendek 100m siswa kelas VII A SMP Negeri 48 Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk *One Group Pretest and Posttest Design*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok tanpa kelompok pembandingan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa di SMP Negeri 48 Surabaya.

Berdasarkan tabel output, diketahui bahwa nilai *sig. (2-tailed)* pada kelompok eksperimen yaitu sebesar 0.000, sehingga nilai *sig. (2-tailed)* < 0.05, maka dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga ada pengaruh olahraga tradisional boy-boyan pada peningkatan kecepatan lari jarak pendek 100m siswa kelas VII A SMP Negeri 48 Surabaya. Disarankan agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca, khususnya guru dan peneliti saat pembelajaran lari jarak pendek 100m alangkah baiknya menggunakan olahraga tradisional boy-boyan. Disamping dapat meningkatkan kecepatan lari, olahraga tradisional khususnya permainan boy-boyan dapat dilestarikan dan diperkenalkan pada siswa.

## ABSTRACT

Maslukhah, Umi. 2020. Effect of Traditional Sports Boy-Boyan against Sprint Speed 100m Grade VII A SMP Negeri 48 Surabaya. Physical Education Program. Faculty of Teacher Training and Education. Adi Buana University PGRI Surabaya. Supervisor: Dr. Muhyi Muhammad Faruq, M.Pd.

Keywords: *boy-boyan traditional sport, speed, sprinting 100m*

This study aims to determine how much influence the traditional sports-boyan boy to the speed of 100m sprints A class VII SMP Negeri 48 Surabaya.

This study design using quantitative research with the experimental method. The research design used in this research is to form one group pretest and posttest design, the experiments carried out on a group without a comparison group. The sample in this study amounted to 20 students SMP Negeri 48 Surabaya.

Based on the output table, known that sig. (2-tailed) in the experimental group is 0.000, so the sig. (2-tailed)  $<0.05$ , then it can be stated that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  accepted, so there is the influence of the traditional sports-boyan boy on increasing the speed of 100m sprints A class VII SMP Negeri 48 Surabaya. It is recommended that this research be useful for readers, especially teachers and researchers when learning 100m sprint would be nice to use the traditional sports-boyan boy. In addition to increasing the speed run, traditional sports especially boy-boyan game can be preserved and be introduced to students.