

ABSTRAK

Firmansyah, Harijanto. 2022. *Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Kaki Terhadap Tinggi Lompatan Smash Bulu Tangkis Siswa Kelas VII SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing 1 Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.

Kata Kunci: latihan kekuatan otot kaki, tinggi lompatan

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh latihan kekuatan otot kaki terhadap tinggi lompatan *smash* bulutangkis siswa kelas VII SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari siswa SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya, yang berjumlah 20 siswa. Anggota sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa kelas VII SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya. Sedangkan desain atau rancangan dalam penelitian ini menggunakan *Non-Randomize Control Grup Pretest-Postest*.

Berdasarkan hasil analisis SPSS 21.0 pada bab IV dapat disimpulkan sebagai berikut: Analisa data statistik dengan taraf signifikan 5% untuk hasil tes *vertical jump* diperoleh nilai t-hitung sebesar -5.361 dan t-tabel sebesar 1.740, berarti t-hitung lebih besar dari t-tabel yaitu $-5.361 > 1.740$, maka hasilnya signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan kekuatan otot kaki berpengaruh terhadap tinggi lompatan *smash* bulutangkis siswa kelas VII SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya.

ABSTRACT

Firmansyah, Harijanto. 2022. *The Influence of Leg Muscle Strength Training on the High Jumps of Badminton Smash Class VII Students of SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya*. Education Study Program. Faculty Pedagogy and Psychology. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor 1 Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.

Keywords: leg muscle strength training, high jumps

The purpose of this study was to determine the effect of leg muscle strength training on the height of the badminton smash jump for class VII students of SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya.

The population in this study consisted of students at SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya, totaling 20 students. Members of the sample used in this study were 20 class VII students of SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya. While the design or design in this study uses the Non-Randomize Control Pretest-Posttest Group.

Based on the results of the SPSS 21.0 analysis in chapter IV it can be concluded as follows: Analysis of statistical data with a significant level of 5% for the vertical jump test results obtained a t-count of - 5,361 and a t-table of 1,740, meaning that the t-count is greater than the t- table, namely $-5,361 > 1,740$, the results are significant, so it can be concluded that leg muscle strength training affects the height of the badminton smash jump for class VII SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya.