

**HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN POWER TUNGKAI  
DENGAN KECEPATAN LARI 60 METER PADA SISWA  
PUTRA MTS MUHAMMADIYAH TANAMON  
KABUPATEN MINAHASA SELATAN**

<sup>1</sup> Astiati Tompunu, <sup>2</sup> Maxie Moleong, <sup>3</sup> Anuadrin Mokoagow

*Correspondence* : FIK, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email; <sup>1</sup>[atompunu2026@gmail.com](mailto:atompunu2026@gmail.com), <sup>2</sup>[maxiemoleong@unima.ac.id](mailto:maxiemoleong@unima.ac.id), <sup>3</sup>[anuadrinmokoagow@unima.ac.id](mailto:anuadrinmokoagow@unima.ac.id).

**ABSTRAK**

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat didefinisikan beberapa masalah terkait antara lain:

Dari hasil perhitungan yang diperoleh kaitan yang signifikan antara power tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada siswa putra MTs Muhammadiyah Tanamon Kabupaten Minahasa Selatan

Mengingat kompleksnya masalah yang dihadapi, penelitian ini memiliki keterbatasan penelitian. Tujuan pembatasan masalah adalah untuk mencegah terjadinya salah pengertian dan kesalahan penafsiran, sehingga tidak menyimpang dari masalah atau tujuan yang sebenarnya. Maka penelitian ini dibatasi pada masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada siswa putra MTs Muhammadiyah Tanamon?

**Pedoman:** Power Tungkai, Kecepatan Sprint 60 Meter

*ABSTRACT*

Based on the above background, it can be defined several related issues include:

From the calculation results, it was found that there was a significant relationship between leg power and 60 meter running speed in male students of MTs Muhammadiyah Tanamon, South Minahasa Regency.

Given the complexity of the problems faced, this study has research limitations. The purpose of limiting the problem is to prevent misunderstanding and misinterpretation, so that it does not deviate from the problem or the real purpose. So this research is limited to the following problems:

1. Is there a relationship between leg length and running speed of 60 meters in male students of MTs Muhammadiyah Tanamon?

*Keywords: leg length, leg power, 60 meter sprint speed*

## Introduction

“Hubungan Panjang Tungkai dan Power Tungkai Dengan Kecepatan Lari 60 Meter Pada Siswa Putra MTs Muhammadiyah Tanamon Kabupaten Minahasa Selatan”.

Aspek yang dimaksud antara lain meliputi perilaku olahraga, organisasi, dana olahraga, sarana dan prasarana olahraga, peran serta masyarakat, dan penunjang olahraga, termasuk ilmu pengetahuan, teknologi, informasi, dan industri olahraga.

Olahraga adalah berbagai aktivitas fisik yang dilakukan oleh manusia, baik berupa permainan maupun kompetisi dalam rangka memperoleh suatu rekreasi atau kesenangan.

## Cara Observasi

Metode penelitian ini merupakan penelitian korelasional, kaitan yang dicari disebut korelasi. Jadi, metode korelasional adalah mencari hubungan diantara variabel-variabel yang diteliti. Tujuan metode korelasi yaitu untuk meneliti sejauh mana variabel pada suatu faktor yang berkaitan dengan faktor lainnya.

## Capaian dan Pembahasan

### Distribusi Frekuensi Panjang Tungkai Siswa Putra MTs Muhammadiyah Tanamon

	Perbedaan	Ukuran	Frekuensi	%
1	$99 < X$	Sangat Baik	1	2,63 %
2	$89 < X \leq 98$	Baik	5	13,16 %
3	$79 < X \leq 88$	Cukup	21	55,26 %
4	$69 < X \leq 78$	Kurang	10	26,32 %
5	$X \leq 68$	Sangat Kurang	1	2,63 %
	Jumlah		38	100%

**Distribusi Frekuensi Power Tungkai Siswa PutraMTs Muhammadiyah Tanamon**

	Perbedaan	Ukuran	Frekuensi	%
1	$55 < X$	Sangat Baik	1	2,63 %
2	$45 < X \leq 54$	Baik	6	15,79 %
3	$35 < X \leq 44$	Cukup	20	52,63 %
4	$26 < X \leq 34$	Kurang	10	26,32 %
5	$X \leq 25$	Sangat Kurang	1	2,63 %
Jumlah			38	100%

**Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari 60 Meter Siswa PutraMTs Muhammadiyah Tanamon**

	Perbedaan	Ukuran	Frekuensi	%
1	$13,62 < X$	Sangat Kurang	2	5,26 %
2	$12,33 < X \leq 13,61$	Kurang	9	23,68 %
3	$11,03 < X \leq 12,32$	Cukup	17	44,74 %
4	$09,73 < X \leq 11,02$	Baik	9	23,68 %
5	$X \leq 09,72$	Sangat Baik	1	2,63 %
Jumlah			38	100%

**SIMPULANNYA**

1. Dari hasil perhitungan yang diperoleh ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada siswa putra MTs Muhammadiyah Tanamon Kabupaten Minahasa Selatan.
2. Dari capaian perhitungan yang diperoleh kaitan antara panjang tungkai dan power tungkai dengan kecepatan lari 60 meter pada siswa putra MTs Muhammadiyah Tanamon. Dengan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 24,137, koefisien korelasi  $R_{x1.x2.y}$  sebesar 0,761 >  $r_{tabel}$  0,320 yang berarti koefisien korelasi tersebut signifikan.

**Referensi**

- Pradana, A.A. (2013). Kontribusi tinggi badan, berat badan, dan panjang kaki terhadap kecepatan lari 100 meter putra. Pasa I-Jurnal Kesehatan Olahraga.82
- Purnomo, E. (2007). Panduan latihan untuk mengajarkan gerakan dasar atletik. Yogyakarta: Pers UNY.
- Purnomo, E & Dapan. (2013). Dasar-dasar Gerak Atletik. Yogyakarta: Alfabedia.
- NS, Sutanta, M.Kes. (2019). Anatomi Fisiologis Manusia. Penerbitan Tema
- Telew, Rattu & Rogi. (2013). Hubungan Kekuatan, Kecepatan Reaksi, Kelenturan dan Kemampuan Melompat Vertikal Pada Mahasiswa FIK Unima. Jurnal. Ilmu Kesehatan Masyarakat, Unsrat.