

## ABSTRAK

**Handayani:** 2022.” Analisis Gerak Keterampilan *Aletik* Nomor Lari *Sprint* 100 Meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi”.  
Jurusan pendidikan olahraga dan kepelatihan, program studi kepelatihan olahraga, fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Jambi. Pembimbing (1) Sukendro, M.Kes. AIFO Dr. dan Pembimbing (2) Ahmad Muzaffar, S.Pd, M.Pd.

**Kata Kunci:** Analisis Gerak Keterampilan, *Sprint* 100meter, Atletik

Atletik yang merupakan (kesimpulan) cabang olahraga yang mendasar (induk dari semua cabang olahraga) bagi cabang olahraga yang lain. Salah satu yang paling banyak peminatnya adalah lari jarak pendek (*sprint*). Lari jarak pendek (*sprint*) adalah berlari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh atau sampai jarak yang telah ditentukan. Pelarinya bias disebut juga *sprinter*. Gerak keterampilan merupakan teknik dasar yang penting dan harus dikuasai dalam melakukan lari *sprint* 100 meter. Cara yang digunakan untuk mengetahui gerak keterampilan sudat tepat atau belum salah satunya dengan melakukan penelitian mengenai Analisis gerak keterampilan atletik nomor lari *sprint* 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi. Jenis penelitian ini deskriptif kualitatif. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan teknik pengumpulan data tes menggunakan lembar observasi melalui pengamatan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi yang berjumlah 20 orang. Dan sampel menggunakan total sampling atau dengan kata lain sampel merupakan seluruh populasi yang berjumlah 20 siswa dan siswi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan untuk mencari nilai tengah (median), nilai rata-rata (mean), nilai tertinggi (maximum), nilai rendah (minimum), dan standar deviasi (SD). Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan statistic deskriptif kualitatif dengan persentase. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisi gerak keterampilan atletik nomor lari *sprint* 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi. Berdasarkan analisis data, deskripsi, hasil penelitian, dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa hasil penelitian analisis gerak keterampilan atletik lari *sprint* 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi, keterampilan dirincikan sebagai beriku: siswa dan siswi yang berada pada kategori kurang sekali 5 dengan persentase sebesar (25%). Siswa dan siswi yang berada pada kategori kurang 2 dengan persentase sebesar (10%). Siswa dan siswi yang berada pada kategori baik 9 dengan persentase sebesar (45%). Siswa dan siswi yang berada pada kategori baik sekali 4 dengan persentase

sebesar (20%). Hasil penilaian analisis gerak keterampilan atletik nomor lari sprint 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi berada pada kategori baik. Penguasaan teknik gerak keterampilan nomor lari sprint 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi sangat penting untuk berlari saat berlomba dan kecepatan sangat penting untuk mempertahankan kemenangan dengan waktu yang sangat cepat. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan analisis gerak keterampilan nomor lari sprint 100 meter siswa dan siswi SMP Negeri 14 Muaro Jambi berada kategori baik.