**PENGARUH PANJANG TUNGKAI DAYA LEDAK DAN KELENTUKAN TOGOK TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH SISWA SMP NEGERI 32 BANDAR LAMPUNG**

**GADING CHAIRUNISA IMANIE**

**2023152047**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari Panjang tungkai daya ledak dan kelentukan togok terhadap kemampuan lompat jauh siswa SMP Negeri 32 Bandar Lampung. Populasi sebanyak 570 siswa SMP Negeri 32 Badar Lampung. Sample penelitian sebanyak 30 dengan random sampling yang di ambil dari kelas yang berbeda beda. Data yang di peroleh menggunakan tes pengukuran, Panjang tungkai di ukur menggunakan meteran gulung, standing board jump untuk mengambil data daya ledak dan tes sit and reach untuk mendaptkan data kelentukan togok. Dari penelitian ini di dapat uji hipotesis Panjang tungkai dengan lompat jauh 0,040< ),05 artinya H1 di terima, Daya ledak dengan Lompat jauh 0,004< 0,05 artinya H1 di terima, Kelnetukan Togok dengan Lompat Jauh artinya H1 di terima.

**Kata Kunci** : Pengaruh, Panjang Tungkai , Daya ledak < kelentukan Togok , Lompat jauh.