**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN LARI SPRINT 30 METER SISWA KELAS V SD NEGERI 35 PALEMBANG**

**MUHAMMAD HAFIZ**

**2021151022**

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap kemampuan lari sprint 30 meter siswa kelas VSD Negeri 35 Palembang. Populasi pada penelitian ini sebanyak 5 kelas berjumlah 146 dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling* dengan demikian yang di jadikan sampel penelitian kelas V.a. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest,* dengan teknik pengumpulan data tes lari sprint 30 meter dan teknik analisis data uji normalitas menggunakan *shapiro-wilk,* uji homogenitas menggunakan uji F,uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test.* Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan adanya pengaruh metode bermainuntuk meningkatkan kemampuan lari sprint 30 meter pada siswa kelas V SD Negeri 35 Palembang dengan nilai thitung = 5,146 lebih besar dari ttabel maka Ho ditolak dan Ha di terima dan peningkatan lari sprint 30 meter sebesar 14,11%.

**Kata Kunci:** metode bermain, sprint 30 meter