

ABSTRAK

Sri Wahyuni NIM 6222510009. Pengaruh Permainan Lari Bolak-Balik Memindahkan Bola Ke Dalam Keranjang Terhadap Peningkatan Kecepatan Berlari Pada Siswa Kelas III MI Parmiyatu Wassa'adah.

Pembimbing: Indah Verawat

Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), UNIMED Tahun 2026

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan lari bolak-balik memindahkan bola ke dalam keranjang terhadap peningkatan kecepatan berlari pada siswa kelas III MI Parmiyatu Wassa'adah. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III MI Parmiyatu Wassa'adah, dengan jumlah sampel sebanyak 47 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa tes *sprint* 30 meter. Data diperoleh melalui tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*), kemudian dianalisis dengan uji *paired sample t-test*. Sebelum dilakukan uji *paired sample t-test*, dilakukan uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji homogenitas.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai rata-rata kecepatan berlari siswa pada *pretest* sebesar 7,29 detik, sedangkan pada *posttest* sebesar 6,63 detik, sehingga terjadi penurunan waktu tempuh sebesar 0,67 detik. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan lari bolak-balik memindahkan bola ke dalam keranjang berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kecepatan berlari pada siswa kelas III MI Parmiyatu Wassa'adah.

Kata Kunci: Kecepatan berlari, permainan, lari bolak-balik.



ABSTRACT

Sri Wahyuni NIM 6222510009. The Effect of Running Back and Forth to Transfer a Ball to a Basket on Improving Running Speed in Third-Grade Students at MI Parmiyatu Wassa'adah.

Supervisor: Indah Vrawati

Thesis, Faculty of Sport Science (FIK), UNIMED, 2026

This study aimed to determine the effect of running back and forth, transferring a ball into a basket, on increasing running speed in third-grade students at MI Parmiyatu Wassa'adah. This study used an experimental method with a one-group pretest-posttest design. The population was all third-grade students at MI Parmiyatu Wassa'adah, with a sample size of 47 students selected using a purposive sampling technique. The research instrument was a 30-meter sprint test. Data were obtained through pretests and posttests, and then analyzed using a paired sample t-test. Prior to the paired sample t-test, prerequisite tests were conducted, including normality and homogeneity tests.

The data analysis showed that the average running speed of students in the pretest was 7.29 seconds, while in the posttest it was 6.63 seconds, resulting in a decrease in running time of 0.67 seconds. The paired sample t-test showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant difference between the pretest and posttest results. Thus, it can be concluded that the game of running back and forth moving the ball into the basket has a significant effect on increasing running speed in class III students of MI Parmiyatu Wassa'adah.

Keywords: Speed running, games, running back and forth.

