

ABSTRAK

Lari sprint atau lari jarak pendek adalah salah satu nomor dalam atletik yang paling bergengsi, pelarinya disebut *Sprinter*. NMT adalah tehnik aplikasi yang menggunakan *elastic adhesif tape* yang memberikan kemampuan peningkatan fungsional otot, dan stimulasi sistem saraf . Penelitian NMT pada peningkatan performa olahraga belum banyak tersedia. Tujuan penelitian ini, untuk mengetahui pengaruh neuromuscular taping terhadap kekuatan otot, fleksibilitas otot dan waktu tempuh sprinter 100 meter. Penelitian ini menggunakan metode *pre test-post test with control grup design* dengan total sampel berjumlah 13 orang dengan rentang usia atlet 15-19 tahun, pada tanggal 4-5 Agustus 2016 di GOR Gresik. Metode 1 kelompok dengan 2 perlakuan yaitu perlakuan I sebelum pemberian NMT dilakukan pengukuran kekuatan otot, fleksibilitas otot, dan waktu tempuh berlari 100 meter dan sesudah pemberian NMT dilakukan pengukuran kembali, perlakuan 2 sebagai kelompok kontrol dilakukan tanpa pemberian NMT dilakukan pengukuran kekuatan otot, fleksibilitas otot, dan waktu tempuh berlari 100 meter. Data hasil penelitian menunjukkan pada kekuatan otot gastrocnemius nilai $p=0,000$, fleksibilitas nilai $p=0,003$ (dorsofleksi), $p=0,025$ (plantarfleksi), dan untuk waktu tempuh nilai $p=0-001$. Pemberian NMT pada *sprinter* memberikan hasil yang lebih baik dalam kekuatan otot, fleksibilitas otot dan waktu tempuh.

Kata kunci : *Neuromuscular Taping (NMT), Sprinter*