

## ABSTRAK

### **Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Atas dan Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai Bawah Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Bebas**

**Oleh: Haviz Satria Pratama**

Rendahnya kecepatan renang 50 meter gaya bebas mahasiswa yang mengikuti mata kuliah renang spesialisasi jurusan kepelatihan FIK Universitas Negeri Padang merupakan latar belakang masalah dilakukannya penelitian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan renang 50 meter gaya bebas mahasiswa renang spesialisasi Jurusan Kepelatihan FIK Universitas Negeri Padang.

Disain penelitian ini adalah penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa Jurusan Kepelatihan FIK Universitas Negeri Padang yang mengikuti perkuliahan renang spesialisasi semester Juli-Desember 2016 yang terdaftar sebanyak 30 orang (27 putera dan 3 puteri). Sampel dipilih hanya mahasiswa putera yang aktif mengikuti perkuliahan sebanyak 23 orang dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur kekuatan otot lengan digunakan instrumen *pull up test*, untuk dayatahan kekuatan otot tungkai digunakan instrumen *squat jump*, dan kecepatan renang 50 meter gaya bebas dilakukan pengukuran kecepatan renang gaya bebas nomor 50 meter. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dari Pearson dengan  $\alpha=0,05$ .

Hasil penelitian: (1) Terdapat kontribusi kekuatan otot lengan sebesar 26,0% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya bebas mahasiswa renang spesialisasi Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. (2) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot tungkai sebesar 38,8% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya bebas mahasiswa renang spesialisasi Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. (3) Terdapat kontribusi kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama sebesar 53,6% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya bebas mahasiswa renang spesialisasi Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.