ABSTRAK

Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya KupuKupu

Oleh: Resdianto

Masalah dalam penelitian ini muncul berdasarkan observasi di lapangan, ditemukan masih minimnya prestasi yang dimiliki klub/atlet renang Tirta Kaluang Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan dan kelentukan pinggang terhadap kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu pada atlet klub renang Tirta Kaluang Padang, baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah 22 orang atlet pada klub renang Tirta Kaluang Padang. Sampel penelitian ini adalah atlet putra saja yang berjumlah 17 orang, dengan teknik *purposive sampling*. Untuk mengukur daya tahan kekuatan otot lengan digunakan instrumen *pull up test*, untuk mengukur kelentukan pinggang digunakan instrumen *flexiometer test* dan kecepatan renang 50 meter gaya kupukupu dilakukan tes kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *product moment* dari Pearson dengan a=0,05.

Hasil penelitian yakni; (1) Daya tahan kekuatan otot lengan berkontribusi sebesar 63% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu Atlet renang Tirta Kaluang Padang. (2) Kelentukan pinggang berkontribusi sebesar 41% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu Atlet renang Tirta Kaluang Padang. (3) Daya tahan kekuatan otot lengan dan kelentukan pinggang secara bersama-sama berkontribusi sebesar 67% terhadap kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu Atlet renang Tirta Kaluang Padang. Dengan demikian hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa daya tahan kekuatan otot lengan dan kelentukan pinggang secara bersama-sama berkontribusi terhadap kecepatan renang 50 meter gaya kupu-kupu pada Atlet renang Tirta Kaluang Padang.