

ABSTRAK

Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai, Dayatahan Kekuatan Otot Lengan, dan VO2 Max Terhadap Kecepatan Renang 200 Meter Gaya Dada (Studi Korelasi Pada Atlet Nantongga *Swimming Club*)

Oleh: Yunisman

Kesalahan gerakan yang terjadi pada tungkai, lengan, dan kelelahan fisik yang hebat menyebabkan rendahnya kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman, dimana masalah ini menjadi latar belakang masalah dilakukannya penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi dayatahan kekuatan otot tungkai, dayatahan kekuatan otot lengan, dan VO2 max terhadap kecepatan renang 200 meter gaya dada.

Disain penelitian ini menggunakan penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman, yang berjumlah sebanyak 26 orang atlet (21 putera dan 5 puteri). Sampel dipilih hanya atlet putera saja yang berjumlah 21 orang, dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur dayatahan kekuatan otot tungkai digunakan *half squat jump*, dayatahan kekuatan otot lengan digunakan *pull up test*, VO2 max dengan menggunakan *bleep test*, dan untuk mengukur kecepatan renang 200 meter gaya dada dilakukan pengukuran kecepatan renang gaya dada nomor 200 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *doolittle* dengan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian: (1) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot tungkai sebesar 15,5% terhadap kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman. (2) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot lengan sebesar 12,2% terhadap kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman. (3) Terdapat kontribusi VO2 Max sebesar 0,9% terhadap kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman. (4) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot tungkai, dayatahan kekuatan otot lengan, dan VO2 Max secara bersama-sama sebesar 28,6% terhadap kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet Nantongga *Swimming Club* Kota Pariaman.