

ABSTRAK

Darizal James. 2019. “Kualitas Teknik Renang Gaya Punggung Atlet *Sailfish Swimming Club Padang*”.

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kualitas teknik renang gaya punggung atlet *Sailfish Swimming Club Padang*. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan kualitas teknik renang gaya punggung atlet *Sailfish Swimming Club Padang*.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *Sailfish Swimming Club Padang*, sebanyak 20 orang. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan hanya khusus atlet *Sailfish Swimming Club Padang* yang bisa berenang gaya punggung sebanyak 8 orang dan semuanya putera, dengan teknik *purposive sampling*. Bagaimanakah kualitas teknik renang gaya punggung atlet *Sailfish Swimming Club Padang*, meliputi posisi tubuh, lengan, kaki, pernapasan dan koordinasi?. Instrumentasi dan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes teknik renang gaya punggung dengan cara menganalisis keterampilan renang yang telah direkam sebelumnya dalam bentuk *video*. Selanjutnya, dilakukan penilaian oleh *Judgement* dengan melihat hasil dari pengambilan gambar.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: Kualitas teknik renang gaya punggung atlet *Sailfish Swimming Club Padang* adalah posisi tubuh 70,83% dikategorikan cukup, teknik lengan 41,66% dikategorikan kurang, teknik kaki 66,66% dikategorikan cukup, teknik pernafasan 41,66% dan teknik koordinasi 49,33% dikategorikan kurang. Dengan demikian kualitas teknik renang gaya punggung atlet *Sailfish Swimming Club Padang* belum baik sehingga menghambat atlet untuk berprestasi. Oleh sebab itu, harus dievaluasi untuk mendapatkan kualitas yang baik sekali sehingga dapat berprestasi.