

ABSTRAK

Hasmi Sasongco P. 2019. Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada (Studi Korelasi Mahasiswa Renang Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang)

Masalah penelitian adalah masih kurangnya kemampuan renang gaya dada 200 meter pada mahasiswa FIK UNP jurusan kepelatihan matakuliah renang dasar. Dengan variabel daya tahan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa renang dasar yaitu sebanyak 187 mahasiswa. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan teknik *purposive random sampling*, sebanyak 21 orang. Instrumen penelitian ini dengan daya tahan kekuatan otot lengan melalui tes *pull-up* dan kekuatan otot tungkai dengan tes *half-squat jump* dan tes kemampuan renang gaya dada dilakukan dengan tes kemampuan renang gaya dada 200 meter. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *product moment* (korelasi sederhana dan ganda) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian : 1) Terdapat kontribusi yang signifikan antara daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter pada mahasiswa FIK UNP jurusan kepelatihan mata kuliah renang dasar, diperoleh $r_{hitung} (0,459) > r_{tabel} (0,433)$. 2) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter pada mahasiswa FIK UNP jurusan kepelatihan mata kuliah renang dasar, diperoleh $r_{hitung} (0,558) > r_{tabel} (0,433)$. 3) Terdapat kontribusi yang signifikan antara daya tahan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter pada mahasiswa FIK UNP jurusan kepelatihan mata kuliah renang dasar, diperoleh $R_{hitung} (0,674) > R_{tabel} (0,433)$.