

## ABSTRAK

### **Putri Ulandari. 2020: Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Atlet Renang Kabupaten Agam**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 50 meter atlet renang Kabupaten Agam. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet renang Kabupaten Agam yang aktif berjumlah 20 orang. Teknik penarikan sampel penelitian ini adalah *sampling* jenuh dimana keseluruhan dari populasi menjadi sampel. Untuk mengukur daya ledak otot lengan digunakan instrumen *medicine ball*. Untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan instrumen *vertical jump test*. Untuk mengukur kemampuan renang menggunakan renang gaya dada dengan jarak 50 meter. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan ganda.

Hasil Penelitian yakni; (1) Terdapat hubungan daya ledak otot lengan dengan kemampuan renang gaya dada 50 meter sebesar 0,577 dan kontribusi sebesar 33% (2) Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan renang gaya dada 50 meter sebesar 0,484 dan kontribusi sebesar 20%. (3) Terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama dengan kemampuan renang gaya dada 50 meter sebesar 0,62 dan kontribusi sebesar 40%

**Kata kunci :** Renang gaya dada, daya ledak otot lengan, daya ledak otot tungkai