

ABSTRAK

Yozel Wigia Marza (2020) “Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Lengan dan Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada Mahasiswa” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah menurunnya dayatahan kekuatan otot lengan sehingga sering terjadi kesalahan pada konsep dasar biomekanika yang melandasi gerakan renang, koordinasi gerak, dan penguasaan teknik renang yang dilakukan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dayatahan kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai, sementara variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan renang 200 meter gaya dada. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat kontribusi dayatahan kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa renang dasar sesi 201910870327 dan 201910870328 yang berjumlah 79 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive randomsampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 50 orang mahasiswa. Instrumen penelitian ini adalah 1) dayatahan kekuatan otot lengan dengan tes *push-up*, 2) dayatahan kekuatan otot tungkai dengan *half squad jump*, dan 3) kemampuan renang 200 meter gaya dada. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Kontribusi antara dayatahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada $r_{hitung} 0,575 > r_{tabel} 0,279$ sementara $t_{hitung} 4,87 > t_{tabel} 1,67$. Terdapat kontribusi antara dayatahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada, dengan koefisien determinasi sebesar 33%, 2) Kontribusi antara dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada $r_{hitung} 0,897 > r_{tabel} 0,279$ sementara $t_{hitung} 14,02 > t_{tabel} 1,67$. Terdapat kontribusi antara dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada sebesar 80%. 3) Kontribusi antara dayatahan kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada $r_{hitung} 0,323 > r_{tabel} 0,279$ sementara $f_{hitung} 2,73 > f_{tabel} 1,61$. Terdapat kontribusi antara dayatahan kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada sebesar 10%.