

ABSTRAK

Noval Asri (2019): Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Dan Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada Mahasiswa Renang Pendalaman FIK Universitas Negeri Padang.

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK Universitas Negeri Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan (X_1) dan daya tahan kekuatan otot tungkai (X_2) sebagai dua variabel bebas terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada (Y) sebagai variabel terikat Mahasiswa Renang Pendalaman FIK Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa renang pendalaman FIK UNP yang mengambil mata kuliah renang pendalaman pada hari kamis. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu dilandasi tujuan atau pertimbangan-pertimbangan tertentu terlebih dahulu sebanyak 17 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur variabel bebas daya tahan kekuatan otot lengan dengan tes *pull up*, daya tahan kekuatan otot tungkai dengan tes *squat jump*, dan variabel terikat dengan tes kemampuan renang 200 meter gaya dada. Analisis data pengujian hipotesis menggunakan teknik analisa *product moment* dan koefisien determinasi dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data dapat diperoleh hasil = (1) Terdapat kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada mahasiswa renang pendalaman FIK UNP 83,74%. (2) Terdapat kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada mahasiswa renang pendalaman FIK UNP 94,28%. (3) Kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan dan daya tahan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada mahasiswa renang pendalaman FIK UNP 82,64%.

Kata Kunci : Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan, Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai, Kemampuan Renang 200 Meter Gaya dada.