

ABSTRAK

Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada Mahasiswa FIK UNP

Oleh: Mochammad Albie Atalarik

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada mahasiswa FIK UNP. Dari hasil observasi yang dilakukan, peneliti melihat masih rendahnya kemampuan renang gaya dada mahasiswa yang mengambil mata kuliah renang. Kemampuan renang rata-rata mahasiswa FIK dapat dikatakan baik, namun untuk renang gaya dada masih kurang. Faktor teknik menjadi perhatian utama, diantaranya yang sangat berperan adalah kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai.

Jenis penelitian adalah penelitian korelasi. Adapun populasi sampel berjumlah 29 orang, yang terdiri dari 20 orang putra dan 9 orang putri. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling, yang diambil hanya sampel putra saja berjumlah 20 orang, sedangkan putri tidak dijadikan sampel. Pengumpulan data penelitian adalah dengan tes kekuatan otot lengan (Push Up Test), daya ledak otot tungkai (Standing Broad Jump Test) dan Kemampuan Renang Gaya Dada. Analisis data menggunakan uji korelasi product moment.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan renang gaya dada. (2) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan renang gaya dada. (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan renang gaya dada.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai