

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN
KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KECEPATAN
RENANG 50 METER GAYA DADA PADA
MAHASISWA FIK UNP**

SKRIPSI

*untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



**SATRIA IZHAR
NIM. 16087289**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

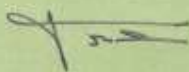
SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada pada Mahasiswa FIK UNP
Nama : Satria Izhar
NIM : 16087289
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Departemen : Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2023

Disetujui Oleh :

Kepala Departemen
Kepeleatihan



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd
NIP. 197207171998031004

Pembimbing



Dr. Argantos, M.Pd.
NIP.196005271985031002


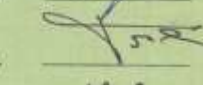
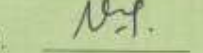
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada pada Mahasiswa FIKUNP
Nama : Satria Izhar
NIM : 16087289
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Departemen : Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2023

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Argantos, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Dr. Domic, S.Pd., M.Pd	2. 
3. Anggota : Naluri Denay, S.Pd., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis akhir berupa skripsi dengan judul "Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa FIK UNP" adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Desember 2022
Yang membuat pernyataan



Satria Izhar
Nim. 16087289

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa FIK UNP
Nama : Satria Izhar
NIM : 16087289
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2022

Disetujui Oleh :

Kepala Departemen
Kepelatihan

Pembimbing

Dr. Donie, S.Pd., M.Pd
NIP.19720717 199803 1 004

Dr. Argantos, M. Pd
NIP. 19600527 198503 1 002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa FIK UNP” adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Desember 2022
Yang membuat pernyataan

Materai Rp.
10,000,-

Satria Izhar
Nim. 16087289

ABSTRAK

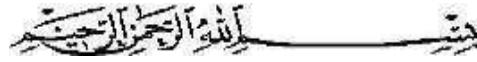
Satria Izhar. 2022. “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa FIK UNP”. *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Departemen Kepeleatihan, Fakultas Ilmu Keolahrgaan Unversitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada mahasiswa renang dasar. Masalah ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya kurangnya kondisi fisik dalam hal ini ialah daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap kecepatan renang 50 meter gaya dada. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap kecepatan renang 50 meter gaya dada.

Jenis penelitian ini adalah penelitian Korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa renang dasar FIK UNP tahun ajaran 2022/2023 berjumlah 28 orang. Penarikan sampel dengan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan tertentu sehingga berjumlah 20 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1) *push up* , untuk mengukur kekuatan otot lengan, 2) *ventrical jump*, untuk mengukur daya ledak otot tungkai, dan 3) tes renang gaya dada 50 meter untuk mengukur kecepatan renang. Analisis data penelitian menggunakan analisis korelasi sederhana dan teknik analisis korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian ini adalah, 1) Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan renang 50 Meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP dengan r_0 sebesar 0,940, 2) Terdapat hubungan kekuatan otot lengan dengan kecepatan renang 100 Meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP dengan r_0 sebesar 0,828, 3) Terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan kekuatan otot lengan dengan kecepatan renang 50 Meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP dengan r_0 sebesar 0,944.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Segala puji dan Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya. Selanjutnya, shalawat dan salam disampaikan kepada Rasulullah SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan daya ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Kecepatan Renang 50 meter Gaya Dada pada Mahasiswa FIK UNP”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari dukungan, partisipasi dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua saya, ayahanda Izhar dan ibuk Miswarni yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd selaku Kepala Departemen Kepelatihan dan Bapak Dr. Roma Irawan, M.Pd selaku sekretaris Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan yang telah memberikan

bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Argantos, M.Pd sebagai dosen Penasehat Akademik dan pembimbing yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran untuk menyelesaikan skripsi Penelitian ini.

5. Bapak Naluri Denay, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.

6. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.

Penulis telah berupaya dengan maksimal untuk menyelesaikan Skripsi ini, namun penulis menyadari penulisan skripsi ini belum sempurna maka dari itu penulis menerima saran dan kritikan yang sifatnya membangun dari pembaca, agar bermanfaat bagi kita semua dan bermanfaat bagi penulisan selanjutnya.

Padang, Desember 2022

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
1. Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada	8
2. Daya Ledak Otot Tungkai	16
4. Kekuatan Otot Lengan	20
B. Penelitian Yang Relevan	23
C. Kerangka Konseptual	25
D. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian.....	28

1. Jenis Penelitian.....	28
2. Tempat dan Waktu Penelitian	28
3. Jenis dan Sumber Data	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
1. Populasi	29
2. Sampel.....	30
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	31
1. Instrumentasi	31
2. Teknik Pengumpulan Data	34
E. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Deskriptif Data.....	38
1. Daya Ledak Otot Tungkai	38
2. Kekuatan Otot Lengan	40
3. Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dadai	42
B. Uji Persyaratan	43
C. Pengujian Hipotesis.....	44
D. Pembahasan.....	44
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Simpulan	54
B. Saran.....	54
DAFTAR RUJUKAN.....	55
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi Renang Dasar Semester Ganjil 2022/2023.....	30
Tabel 2 Analisis Statistik Deskriptif Daya Ledak Otot Tungkai	39
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai.	39
Tabel 4 Analisis Statistik Deskriptif Kekuatan Otot Lengan	40
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lengan.....	41
Tabel 6 Analisis Statistik Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada	42
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada.....	42
Tabel 8 Rangkuman Normalitas Sebaran Data dengan Uji Liliefors.....	44
Tabel 9 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai (X1) dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada (Y)	44
Tabel 10 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Kekuatan Otot Lengan dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada (Y)	45
Tabel 11 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai (X1) dan Kekuatan Otot Lengan (X2) Secara Lengan dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada (Y)	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Teknik Gerakan Kaki	12
Gambar 2 Teknik Bernafas	14
Gambar 3 Gerakan Koordinasi	15
Gambar 4 Otot Tungkai Tampak Depan	18
Gambar 5 Otot Tungkai Tampak Belakang	19
Gambar 6 Otot Lengan Tampak Depan	21
Gambar 7 Otot Lengan Tampak Belakang	22
Gambar 8 Kerangka Konseptual	25
Gambar 9 Histogram Daya Ledak Otot Tungkai (X_1)	40
Gambar 10 Histogram Kekuatan Otot Lengan (X_2)	41
Gambar 11 Histogram Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Format Penilaian.....	60
Lampiran 2 Data Hasil Penelitian	62
Lampiran 3 Kategori Test Squat Jump, Ventrical Jump dan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada	63
Lampiran 4 Analisis Uji Normalitas	66
Lampiran 5 Perhitungan T-Skor.....	69
Lampiran 6 Analisis Korelasi Sederhana dan Korelasi Berganda	70
Lampiran 7 Pengujian Hipotesis	72
Lampiran 8 Pengujian Signifikan Korelasi Ganda.....	75
Lampiran 9 Nilai Kritis L untuk Uji Liliefors.....	76
Lampiran 10 Tabel Harga Kritik <i>Product-Moment</i>	77
Lampiran 11 : Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar 0 ke Z	77
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	80
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian.....	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Upaya dalam mewujudkan dan meningkatkan sumber daya manusia khususnya pada bidang olahraga, strategi mendasar yang dapat dilakukan yaitu dengan memusatkan perhatian dan orientasi pembangunan serta pengembangan untuk generasi muda melalui pendidikan olahraga. Menurut UU RI No 11 tahun 2022 tentang keolahragaan undang -undang ini menyebutkan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran , raga , dan jiwa dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong , membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.

Tujuan keolahragaan nasional adalah olahraga pendidikan. Pendidikan jasmani adalah salah satu pendekatan yang terpadu dalam pendidikan pada umumnya, yang diharapkan adalah terwujudnya pendidikan jasmani yang mantap, sehingga pengalaman yang diperoleh dapat menggambarkan intelektual, social, jasmaniah dan emosi.

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang merupakan lembaga pendidikan dalam bidang keolahragaan yang ikut berkontribusi dalam pembangunan pada bidang olahraga. Pendidikan Kepelatihan merupakan salah satu jurusan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dimana

salah satu tujuan dari Jurusan Kepeleatihan diantaranya menghasilkan tenaga profesional dalam bidang pendidikan, pengajaran dan kepeleatihan olahraga.

Salah satu diantara cabang olahraga yang dijadikan mata kuliah wajib pada kurikulum Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga adalah renang. Pada olahraga renang terdapat tiga tingkatan yaitu renang dasar, renang pendalaman dan renang spesialisasi. Renang Dasar yaitu pemahaman tentang ide, sejarah olahraga, teknik dan peraturan renang serta keterampilan renang gaya dada dan gaya bebas dengan koordinasi gerak kasar. Untuk lebih menguatkan teori yang dipelajari didalam ruang kuliah, mahasiswa juga diberikan kecepatan untuk langsung praktek dikolam renang, sehingga diharapkan ketika mahasiswa lulus dari mata kuliah tersebut dapat langsung mempraktekkan sendiri atau dapat mentransfer ilmunya kepada peserta didik kelak.

Renang merupakan olahraga yang menyenangkan dan banyak bermanfaat untuk menguatkan semua otot-otot tubuh, memperkuat jantung dan pari serta memperlancar darah. Selain itu olahraga renang dapat menjadikan seseorang pretasi asalkan berlatih teratur, disiplin, dan terus- menerus dengan mengkombinasikan teknik sikap tubuh, gerakan kaki, ayunan tangan, dan bernafas.

Renang merupakan aktivitas fisik yang dilakukan di dalam air, baik air tawar maupun air asin/laut. terdapat bermacam-macam gaya renang yaitu gaya bebas (*the carawl stroke*), gaya punggung (*back stroke*), gaya kupu-kupu (*butterfly stroke*), gaya dada (*breast stroke*). Dari beberapa macam gaya renang,

renang gaya dada merupakan gaya renang paling dasar. Renang gaya dada merupakan salah satu olahraga air yang dilakukan dengan posisi tubuh seperti merangkak kemudian dipadukan dengan gerakan tangan dan kaki dan teknik pernapasan yang selalu terkoordinasi. Renang gaya dada juga sering disebut renang gaya katak, dikarenakan gerakan yang dilakukan saat melakukan gerak renang menyerupai gerakan katak.

Untuk bisa menguasai renang gaya dada adanya beberapa faktor yang sangat berperan penting diantaranya fisik, teknik, taktik, dan mental. Salah satu faktor yang sangat berperan dalam terkuasainya renang gaya dada adalah faktor fisik. Dalam olahraga renang sangat diperlukan kondisi fisik yang baik agar renang yang dilakukan terlihat sempurna. Meningkatkan kondisi fisik yang baik maka harus melakukan latihan fisik dengan teratur. ada beberapa unsur pokok kondisi fisik yang harus dilatih dalam berolahraga renang diantaranya kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), daya ledak (*power*), daya tahan (*endurance*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), dan koordinasi (*coordination*).

Fisik merupakan suatu hal yang penting dalam melakukan aktivitas olahraga. Fisik dibutuhkan untuk meningkatkan derajat kesegaran jasmani. Latihan kondisi fisik (*physical conditioning*) memegang peranan yang sangat penting untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kesegaran jasmani (*physical fitness*). Derajat kesegaran jasmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Tingginya derajat kesegaran jasmani seseorang maka kemampuan kerja fisiknya juga tinggi.

Dengan kata lain, hasil kerja menjadi produktif jika kesegaran jasmaninya juga meningkat.

Terdapat beberapa faktor fisik yang mempengaruhi kemampuan renang, khususnya renang gaya dada diantaranya kekuatan dan daya ledak. kekuatan adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam menggunakan otot untuk menerima sewaktu bekerja. Kekuatan otot merupakan unsur penting untuk menggerakkan organ-organ tubuh. Tanpa kekuatan otot yang besar, tidak akan tercapai prestasi yang maksimal. Kekuatan otot adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kekuatan maksimal dengan kecepatan tinggi dalam suatu gerakan utuh dan dikoordinasikan.

Daya ledak merupakan kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu sependek-pendeknya. Daya ledak otot tungkai berfungsi mendorong saat gerakan kaki renang gaya dada. Daya ledak sangat dibutuhkan oleh perenang saat melakukan *start*, agar dorongan atau gerakan laju kedepan dapat dilakukan secara maksimal dan hasil dari daya ledak dapat menguntungkan bagi perenang dalam menghasilkan dorongan kedepan saat *start*. Selain saat start, daya ledak juga diperlukan pada saat tungkai berada pada gerakan tendangan dalam pada gaya dada, karena gerakan tendangan sangat mempengaruhi gerak laju kedepan atau untuk menghasilkan dorongan untuk laju kedepan.

Berdasarkan observasi di lapangan yang dilakukan pada hari Rabu jam 07.00-08.40 di bulan Oktober yang telah peneliti lakukan,

1. Masih rendahnya waktu kecepatan renang 50 meter gaya dada. Hal ini terungkap ketika perkuliahan berlangsung,
2. Saat mahasiswa berenang 50 meter gaya dada, Mahasiswa masih sering berhenti untuk beristirahat di jarak 15 meter, dan ketika 30 meter menjelang finis terlihat bahwa kaki dan tangan mereka mulai lelah untuk melanjutkan renang 50 meter sehingga yang mana kecepatan berenangnya semakin lambat, dan ketika 5 meter menjelang 50 meter, mereka menyelesaikan renang dengan berjalan sampai ke 50 meter.
3. Kurangnya kemampuan renang 50 meter gaya dada yang dilakukan mahasiswa yang mengambil renang dasar mungkin disebabkan oleh faktor-faktor diantaranya yaitu, daya ledak otot tungkai, kekuatan otot lengan, kelentukan, daya tahan, teknik, latihan.
4. Kedisipinan masing kurang, sering datang terlambat kuliah.
5. Latar belakang cabang olahraga yang bukan cabang olahraga renang.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai daya ledak otot tungkai, kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang 50 meter gaya dada mahasiswa Kepelatihan yang mengambil renang dasar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

B. Identifikasi Masalah

Latar belakang yang telah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi renang gaya dada antara lain:

1. Daya ledak otot tungkai renang gaya dada dapat mempengaruhi kecepatan renang 50 meter gaya dada
2. kekuatan otot lengan renang gaya dada dapat mempengaruhi kecepatan renang 50 meter gaya dada
3. kondisi fisik dapat mempengaruhi kecepatan renang 50 meter gaya dada.

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan penelitian ini dibatasi pada hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan serta kecepatan renang 50 meter gaya dada pada mahasiswa FIK UNP.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP?
2. Apakah ada hubungan kekuatan otot lengan dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP?
3. Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara bersama dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan penelitian, penelitian bertujuan menganalisis dan menggambarkan:

1. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP
2. Untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP
3. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara bersama dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritisme

Menjadi bahan untuk meningkatkan kemampuan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan renang gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP

2. Praktilisme

- a. Sebagai salah satu pesyaratan penulis menyelesaikan gelar sarjana (S1) Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- b. Masukan untuk meningkatkan kemampuan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan renang gaya dada pada Mahasiswa FIK UNP
- c. Pengembangan ilmu pengetahuan, bahan masukan dan bahan bacaan perpustakaan dalam penulisan karya ilmiah.

- d. Pengembangan ilmu pengetahuan dan bahan masukan bagi peneliti selanjutnya.