

ABSTRAK

Tomy Leonardo Sinaga. 2013. "Kontribusi Kapasitas Vital Paru dan Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter Atlet Renang Kota Padang".

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kapasitas vital paru dan dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis korelasional yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya kontribusi kapasitas vital paru dan dayatahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang.

Populasi dalam penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet yang terdaftar pada Kelompok Umur (KU) PengCab.PRSI Kota Padang tahun 2012 sebanyak 45 orang. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan hanya KU Senior usia 18 – 25 tahun dengan teknik *purposive sampling* yaitu sebanyak 32 orang. Hipotesis penelitian yaitu (1) Kapasitas vital paru berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter, (2) Dayatahan kekuatan otot tungkai berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter, (3) Kapasitas vital paru dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter.

Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kapasitas vital paru adalah *spirometer* dengan *spirometer test*, dayatahan kekuatan otot tungkai adalah *stopwatch* dengan *half squad jump test* selama 1 menit dan kemampuan renang gaya dada 200 meter adalah *stopwatch* dengan tes keterampilan berenang gaya dada jarak 200 meter. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil analisis data menunjukkan bahwa:

1. Kapasitas vital paru berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang sebesar 32,25%.
2. Dayatahan kekuatan otot tungkai berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang sebesar 20,64%.
3. Kapasitas vital paru dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter atlet renang kota Padang sebesar 45,95%.

Kata Kunci: Kapasitas vital paru, Dayatahan kekuatan otot tungkai dan Kemampuan renang gaya dada 200 meter.