

**KORELASI ANTARA KECEPATAN LARI 30 METER DENGAN
RENANG GAYA BEBAS 50 METER PADA ATLET RENANG
PERKUMPULAN MARVIN SWIMMING
CLUB KOTA BUKITTINGGI**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



**Disusun Oleh
ZULHUDA ANDRI PRATAMA
2016/16087167**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

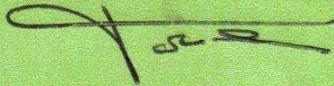
Judul : Korelasi Antara Kecepatan Lari 30 Meter dengan Renang Gaya Bebas 50 Meter pada Atlet Renang Perkumpulan *Marvin Swimming Club* Kota Bukittinggi
Nama : Zulhuda Andri Pratama
NIM : 16087167
Pogram Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2021

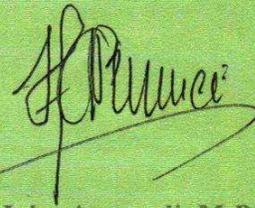
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Kepelatihan

Pembimbing



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



Drs. John Arwandi, M.Pd.
NIP.19630328 199001 1 001

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 : Korelasi Antara Kecepatan Lari 30 Meter dengan Renang
Gaya Bebas 50 Meter pada Atlet Renang Perkumpulan
Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi

Nama : Zulhuda Andri Pratama

NIM : 16087167

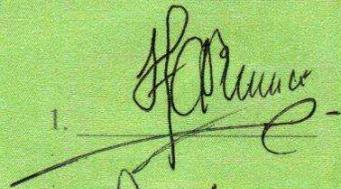
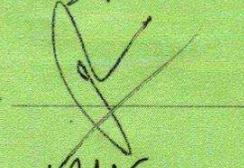
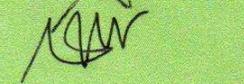
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Jurusan : Kepeleatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2021

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. John Arwandi, M.Pd.	1. 
2. Sekretaris	: Romi Mardela, M.Pd.	2. 
3. Anggota	: Naluri Denay, M.Pd.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul **“Korelasi Antara Kecepatan Lari 30 Meter Dengan Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Renang Perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada? a daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2021
Yang menyatakan,



Zulhuda Andri Pratama
2016/16087167

ABSTRAK

Zulhuda Andri Pratama. 2021. "Korelasi Antara Kecepatan Lari 30 Meter dengan Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Renang Perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi" *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan Universitas Negeri Padang

Penelitian ini berawal dari kenyataan masih rendahnya kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet renang perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi. Hal ini diduga oleh rendahnya kecepatan lari 30 meter, untuk itu penelitian ini bertujuan melihat korelasi kecepatan lari 30 meter dengan renang gaya bebas 50 meter atlet renang perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi.

Jenis penelitian ini adalah korelasional yaitu untuk melihat seberapa besar korelasi variabel kecepatan lari 30 meter dengan variabel renang gaya bebas 50 meter populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Perkumpulan Marvin Swimming club Kota Bukittinggi yang berjumlah 15 orang atlet, yang terdiri dari atlet putra 11 orang, dan putri 4 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah atlet putra berjumlah 11 orang. Teknik pengambilan data penelitian ini adalah dengan tes renang gaya bebas 50 meter dan tes kecepatan lari 30 meter Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis produk moment dengan taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Hasil penelitian adalah, terdapat korelasi yang signifikan antara kecepatan lari 30 meter dengan renang gaya bebas 50 meter pada atlet renang perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi, diperoleh $r_{hitung} 0,621 > r_{tabel} 0,602$ dan diterima kebenarannya secara empiris.

Kata Kunci : Kecepatan Lari 30 Meter; Renang Gaya Bebas 50 Meter

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian/skripsi ini, dengan judul “ **Korelasi Antara Kecepatan Lari 30 Meter Dengan kecepatan Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Renang Perkumpulan Marvin Swimming Club Kota Bukittinggi**”. Shalawat beserta salam untuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradapan manusia dari zaman jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu pada program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Baik berupa moril maupun materil. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua Orang Tua (Ayahanda dan Ibunda), dan Saudara-Saudara tercinta yang selalu memberikan motivasi serta dukungan moril dan materil.
2. Bapak Prof. Ganefri, Phd. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Donie, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Drs, John Arwandi, M.Pd sebagai pembimbing yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam membimbing penulis untuk penyelesaian skripsi ini.

6. Bapak Romi Mardela, M.Pd dan Naluri Denay, M.Pd sebagai Tim Penguji, yang telah memberi banyak masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian Proposal Penelitian ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNP khususnya BP 16 dan pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan dan pahala disisi Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bag ikita semua. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Padang, September 2021

Zulhuda Andri Pratama

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	10
1. Renang	10
2. Renang Gaya Bebas 50 Meter.....	15
3. Lari 30 Meter	23
B. Penelitian Relevan	28
C. Kerangka Konseptual	28
D. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel.....	31
E. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Teknik Analisis Data	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Dekripsi Data	37
B. Uji Persyaratan Analisis	40
C. Uji Hipotesis	40
D. Pembahasan	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran	44
DAFTAR RUJUKAN	45
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	32
2. Norma Lari 30 Meter	34
3. Skala Nilai untuk 5 Kategori	35
4. Distribusi Hasil Data Variabel Kecepatan lari 30 Meter Putera	37
5. Distribusi Hasil Data Variabel Renang Gaya Bebas 50 Meter.....	39
6. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	40
7. Rangkuman Uji signifikansi Koefisien Korelasi Antara Variabel Kecepatan lari 30 meterTerhadap Renang Gaya Bebas 50 meter.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gerakan Posisi Tubuh	19
2. Pelaksanaan Lari 30 Meter	26
3. Kerangka Konseptual	29
4. Tes Lari 30 Meter	34
5. Histogram Hasil Data Kecepatan lari 30 meter	38
6. Histogram Frekuensi Renang Gaya Bebas 50 Meter	39
7. Foto Bersama	59
8. Tes Renang Gaya Bebas 50 Meter	60
9. Tes Kecepatan lari 30 meter	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Pengukuran Kecepatan lari 30 Meter dengan Renang Gaya Bebas 50 Meter Atlet Renang MARVIN Swimming club.....	49
2. Uji Normalitas Kecepatan lari 30 Meter Atlet Renang MARVIN Swimming club.....	50
3. Uji Normalitas Renang Gaya Bebas 50 Meter Atlet Renang MARVIN Swimming club.....	51
4. Analisis Korelasi Antara Kecepatan lari 30 Meter (X) dan Renang Gaya Bebas 50 Meter (Y).....	52
5. Uji Keberartian Koefisien Korelasi	53
6. Uji Keberartian koefisien korelasi dilanjutkan dengan uji t rumus:	54
7. Daftar Xix (11) Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	55
8. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	56
9. Daftar Luas di bawah garis lengkung standar	57
10. Nilai Persentil untuk Distribusi t	58
11. Dokumentasi Penelitian	59
12. Surat Layak Alat	62
13. Surat Izin Penelitian	63
14. Surat Balasan Penelitian	64

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga dewasa ini telah mengalami kemajuan yang pesat. Pertandingan dan perlombaan olahraga sudah dilakukan diberbagai daerah maupun di tingkat nasional mulai dari tingkat usia dini sampai tingkat dewasa. Pertandingan dan perlombaan yang diadakan tidak terlepas dari pembinaan-pembinaan yang dilakukan diberbagai cabang olahraga. Pembinaan tersebut dilakukan dengan mengembangkan perkumpulan-perkumpulan olahraga. Hal ini sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 23 ayat 1 dan 2 menyatakan bahwa:

1) Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat setempat.

Berdasarkan kutipan di atas, maka jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dapat dilakukan dalam masyarakat, baik atas kesadaran maupun atas dorongan pemerintah, melalui perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat dapat dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga, dimana tujuan dari pengembangan dan pembinaan olahraga merupakan salah satu cara untuk meningkatkan olahraga prestasi sehingga dapat membawa nama daerah atau nama Klub. Salah satu olahraga yang banyak dibina dan dikembangkan oleh masyarakat adalah olahraga renang.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga *aquatic*. Renang adalah upaya untuk menggerakkan (mengapungkan atau mengangkat) semua bagian tubuh dan tangan sehingga badan terapung dipermukaan air, ke atas permukaan air. Hal ini sesuai dengan pendapat Budianingsih (2010:2) “Renang adalah salah satu olahraga air yang dilakukan dengan menggerakkan badan di air, seperti menggunakan kaki dan tangan serta mengatur pernafasan”.

Menurut Aziz dan Irawan (2014:4) “Untuk meraih prestasi olahraga renang dipengaruhi beberapa hal seperti: teknik renang gaya bebas, teknik start, dan kondisi fisik yang dimiliki, serta kematangan mental yang dimiliki oleh seorang atlet.”. Marza Dan Argantos (2020) “Olahraga renang sangat berbeda dengan olahraga yang lain dan bergerak di air berbeda dengan bergerak di darat. Gerak manusia di darat pada umumnya pada posisi tegak atau vertikal di pengaruh daya tarik bumi sepenuhnya, sedangkan perenang yang bergerak di air dalam posisi horizontal di bawah pengaruh daya tarik bumi dikurangi oleh daya tekanan air ke atas.

Berdasarkan kutipan tersebut, dapat disimpulkan bahwa renang merupakan suatu jenis olahraga yang dilakukan di air tawar maupun air laut dengan gerakan mengapung dan meluncur di atas air dengan menggunakan gerakan kaki dan tangan sambil mengatur pernafasan agar dapat maju kedepan dengan cepat.

Berenang banyak manfaat selain kesehatan juga untuk berprestasi, manfaat untuk kesehatan olahraga renang membuat hampir semua otot tubuh bergerak sehingga seluruh otot berkembang dengan pesat, menambah kekuatan

otot tubuh serta baik untuk jantung, paru-paru dan menjaga berat badan. Hal ini sesuai dengan pendapat Erlangga (2010:75) “Renang merupakan olahraga air yang sangat menyenangkan dan bermanfaat bagi kekuatan otot tubuh, jantung, paru-paru, menjaga berat badan ideal dan membangkitkan perasaan berani”. Dengan demikian olahraga renang sangat bermanfaat untuk kesehatan. Disamping untuk kesehatan olahraga renang juga untuk prestasi didalam suatu perlombaan, karena olahraga renang juga diperlombakan baik ditingkat daerah, nasional, maupun internasional sehingga bisa mengangkat nama baik individu, keluarga , daerah, perkumpulan dan sebagainya.

Suprada Dan Argantos (2020) “Dalam olahraga renang ada 4 (macam) gaya yang bisa digunakan seperti renang gaya dada, gaya punggung, gaya kupu-kupu dan gaya bebas”. Hal ini sesuai dengan pendapat Budiningsih (2010-17) bahwa ada beberapa gaya dalam renang yaitu : “1) Renang gaya dada, 2) Renang gaya punggung , 3) Renang gaya kupu-kupu”. 4) Renang gaya bebas”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka renang gaya bebas untuk mencapai prestasinya yang baik, dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental”. Ke empat faktor tersebut saling terkait dan saling mendukung satu sama lainnya untuk menunjang prestasi, khususnya dalam olahraga renang.

Renang gaya bebas yang dimaksud di atas, tidak akan tercapai untuk bisa berprestasi dengan baik jika kemampuan fisik yang dimiliki seorang atlet tidak baik, karena untuk mencapai waktu yang cepat dalam berenang, maka

dibutuhkan gerakan kaki dan gerakan tangan yang cepat. Untuk bisa melakukan gerakan kaki dan tangan yang cepat tentunya dibutuhkan koordinasi kecepatan gerak kaki, kecepatan gerak tangan, power otot tungkai, power otot lengan, kelentukan pinggang, koordinasi gerakan kaki dengan tangan dan teknik pengambilan nafas.

Kalau dilihat gerakan atau kebutuhan renang gaya bebas 50 meter yaitu kecepatan gerak kaki dan gerakan tangan, hal ini mirip dengan seseorang yang berlari dengan kecepatan maksimal untuk mencapai tujuan, dalam hal ini tentunya lari jarak pendek. Menurut Muhajir (2007-12) “seorang pelari jarak pendek membutuhkan reaksi yang cepat, kecepatan yang baik, lari yang efisien dan ketepatan saat melakukan start, serta berusaha mempertahankan kecepatan dari awal hingga mencapai garis finish”.

Salah satu dari 4 komponen prestasi yang mempengaruhi prestasi atlet adalah, kondisi fisik. kondisi fisik yang dominan harus dimiliki oleh setiap atlet pada renang gaya bebas adalah kecepatan otot lengan yang berfungsi dalam melakukan ayunan tangan secepat-cepatnya. power otot tungkai, berfungsi sebagai lompatan start dan kayuhan yang semakin kuat kayuhannya maka akan semakin kuat dorongan yang dihasilkan. Sehingga Kemudian Koordinasi antara kayuhan tangan dan kayuhan kaki akan menghasilkan kecepatan yang maksimal dan dilakukan seirama antara Gerakan tangan dan kaki serta kelentukan berfungsi sebagai pendukung Teknik dalam pengambilan nafas serta agar gerakan lengan dan kaki tidak kaku gaya bebas 50 meter.

Perkumpulan Renang Marvin Swimming club adalah salah satu klub yang membina olahraga renang di Kota Bukittinggi. Pada klub Perkumpulan Marvin Swimming club Kota Bukittinggi atlet dilatih bermacam-macam teknik dan gaya renang. Salah satu teknik gaya renang yang dilatih kepada atlet adalah renang gaya bebas 50 meter. Berdasarkan informasi dari pelatih yaitu Wahyudi, S.Pd pada saat wawancara bahwasanya klub ini sering mengikuti perlombaan, tetapi atlet belum mencapai prestasi maksimal yang diinginkan, khususnya di tingkat daerah, hal ini ditandai dengan kejuaraan-kejuaraan yang sering di adakan antar perkumpulan renang di kota Bukittinggi pada tanggal 10 desember 2019, dari 7 orang atlet pelatihan menargetkan mendali sebanyak 2 mendali emas dan 4 mendali perak, tetapi kenyataanya atlet hanya mampu memperoleh 3 buah mendali perak pada gaya dada dan kupu-kupu. Akan tetapi tidak satupun di cabang renang gaya bebas jarak 50 meter. Dengan demikian target yang telah ditetapkan oleh pelatih tidak tercapai dengan maksimal.

Berdasarkan hasil observasi penulis saat penulis ikut serta dalam perlombaan tersebut, penulis mengamati kecepatan gerakan tungkai waktu mengayuh dan menolak tidak maksimal, dimana atlet hanya mampu mengayuh maksimal pada jarak 40 meter, setelah itu gerakannya sudah mulai melemah dan melambat, sehingga dengan kondisi ini masih banyak atlet yang kurang memiliki kecepatan renang gaya bebas 50 meter dimana waktu yang mereka tempuh ada di atas 30 detik untuk putra. Menurut pelatih seharusnya waktu yang dibutuhkan atlet harus dibawah 30 detik. Menurut pelatih *best time* yang pernah dicapai atlet putra Marvin swimming club adalah 30,23 detik atas nama

Muhammad Hafis. Namun waktu ini masih lambat dari *best time* untuk tingkat Kota Bukittinggi yaitu 29,36 detik atas nama Diki saputra (Bantola swimming club). Berdasarkan dari catatan tersebut waktu yang diperoleh atlet terlalu lama atau tidak mampu melakukan berenang secepat mungkin. Oleh sebab itu untuk mencapai prestasi masih sulit untuk di raih.

Untuk berprestasi dengan baik di renang akan dipengaruhi oleh faktor fisik, teknik, taktik dan mental. Kemampuan kondisi fisik merupakan salah satu dari empat komponen prestasi yang sangat berpengaruh terhadap prestasi atlet renang gaya bebas 50 meter. Adapun kondisi fisik yang diduga berkorelasi terhadap renang 50 meter adalah : Kecepatan lari 30 meter.

Kecepatan lari 30 meter sangat menentukan kecepatan kaki dalam berenang bebas 50 meter. Apabila kecepatan lari 30 meternya baik, maka akan mencerminkan kemampuan kecepatan kaki saat melakukan dorongan dalam renang gaya bebas 50 meter, kemampuan power otot tungkai sangat dibutuhkan dalam melakukan tolakan, Kelenturan pinggang dibutuhkan dalam Teknik pengambilan nafas agar gerakan lengan dan kaki tidak kaku dan tidak menimbulkan cedera sehingga untuk penarikan nafas jadi maksimal. Koordinasi gerakan kaki dengan tangan dalam olahraga renang dibutuhkan agar gerakan kaki sama lengan seirama sehingga menghasilkan gaya dorong yang kuat dan cepat.

Berdasarkan uraian di atas, maka dari itu peneliti ingin melihat apakah ada korelasi antara kecepatan lari 30 meter dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter, sehingga dari hasil penelitian ini nantinya bisa jadi bahan

kajian atau bahan pedoman untuk kemajuan renang gaya bebas 50 meter kedepannya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kecepatan lari 30 meter berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi.
2. Kemampuan power otot tungkai berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi.
3. Kemampuan power otot lengan berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi.
4. Kelentukan otot pinggang berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi.
5. Koordinasi gerak kaki dengan tangan berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi.
6. Teknik pengambilan nafas berkorelasi dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swiming club Kota Bukittinggi

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dan fenomena penulis temukan dilapangan, maka penelitian ini dibatasi pada korelasi antara kecepatan lari 30

meter dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swimming club Kota Bukittinggi.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dikemukakan perumusan masalah yaitu : Apakah terdapat korelasi antara kecepatann lari 30 meter dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swimming club Kota Bukittinggi ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, dapat dikemukakan tujuan penelitian yaitu : Untuk mengetahui korelasi antara kecepatann lari 30 meter dengan kemampuan renang gaya bebas 50 meter atlet Perkumpulan Marvin Swimming club Kota Bukittinggi.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Jurusan Kepeleatihan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pengurus, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pembinaan olahraga renang di Kota Bukittinggi
3. Pelatih, sebagai masukan dan bahan pertimbangan dalam membuat program latihan untuk meningkatkan kecepatann renang gaya bebas 50 meter
4. Atlet, sebagai pedoman dalam meningkatkan dan mengembangkan kemampuan kondisi fisik, kususnya kecepatann lari.

5. Pustaka, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Peneliti selanjutnya, untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian