

**TINJAUAN KEMAMPUAN DASAR ATLET RENANG KLUB SEARIA  
PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana*



**OLEH:**

**MUHAMMAD ALFARABI RAYHAN**

**NIM.18086424**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

Judul : Tinjauan Kemampuan Dasar Atlet Renang Klub SeaRIA Padang  
Nama : M Alfarabi Rayhan  
NIM : 18086424  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

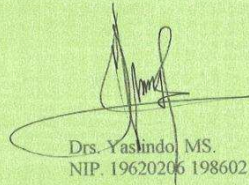
Padang, September 2023

Mengetahui:  
Kepala Departemen  
PO/Prodi Penjaskesrek



Sepriadi, S.Si, M.Pd  
NIP. 19890901 201404 1 002

Disetujui  
Pembimbing



Drs. Yasindo MS.  
NIP. 19620206 198602 1 002



**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : M Alfarabi Rayhan  
NIM : 18086424

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen  
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang  
dengan Judul

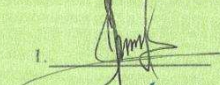
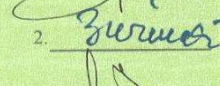

Tinjauan Kemampuan Dasar Atlet Renang Klub SeaRIA Padang

Padang, September 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Yasindo, MS
2. Anggota : Dr. Willadi Rasyid, M.Pd
3. Anggota : Dr. Zulbahri, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1.   
2.   
3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa karya skripsi ini merupakan hasil karya asli penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar ke sarjana An di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila karya skripsi ini terbukti merupakan duplikasi atau plagiasi dari hasil karya penulis lain dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan sanksi hukum yang berlaku.

Dengan surat pernyataan ini saya buat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa ada paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga

Padang, Oktober 2023  
Yang membuat pernyataan



M Alfarabi Rayhan  
NIM.18086424

## ABSTRAK

### **Muhammad Alfarabi Rayhan, 2023. Tinjauan Kemampuan Dasar Atlet Renang Klub SeaRIA Padang**

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA kota Padang, yang diduga disebabkan oleh belum diketahuinya tingkat penguasaan kemampuan dasar atlet renang klub SeaRIA kota Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan dasar atlet renang klub SeaRIA kota Padang yang meliputi: kemampuan bernapas, kemampuan mengapung, dan kemampuan meluncur

Jenis penelitian ini adalah deskriptif bertujuan mendeskripsikan keadaan saat penelitian dilakukan. Populasi penelitian ini berjumlah 22 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang. Instrument yang digunakan 1) test pernapasan untuk mengukur kemampuan bernapas, 2) test mengapung untuk mengukur kemampuan mengapung, 3) test meluncur untuk mengukur kemampuan meluncur. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk presentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : 1) kemampuan bernapas atlet berada pada klasifikasi Cukup. 2) kemampuan mengapung atlet berada pada klasifikasi cukup, 3) kemampuan meluncur atlet berada pada klasifikasi Cukup,

**Kata kunci : Kemampuan dasar, Atlet, Renang**

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. atas berkah dan hidayah-Nya penulis dapat menyusun dan menyelesaikan proposal yang berjudul ‘‘Tinjauan Kemampuan Dasar Atlet Renang Klub SeaRIA Padang’’. Shalawat beriring salam penulis ucapkan kepada Nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini. proposal penelitian ini dibuat untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyelesaian proposal penelitian ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan
3. Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik.

4. Bapak Drs. Yaslindo, M.S. sebagai dosen pembimbing yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini baik berupa nasehat, saran dan dukungan yang luar biasa.
5. Bapak Dr. Williadi Rasyid, M.Pd dan Bapak Dr. Zulbahri, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Kedua orangtua yang telah banyak memberikan dukungan, materil dan do'a yang tulus tiada henti kepada penulis.
8. Kepada Salsadila Fajria, Raihana Azzahra, Dan Rahmat Fajar yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.
9. Kepada pemilik serta pelatih renang klub SeaRIA Padang yang telah berpartisipasi membantu peneliti.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT. memberikan balasan yang setimpal.

Padang, Juli 2023

M Alfarabi Rayhan  
NIM. 18086424

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan masalah.....	7
D. Perumusan masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Kajian teori.....	9
B. Kerangka konseptual .....	16
C. Pertanyaan penelitian .....	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	18
A. Jenis penelitian.....	18
B. Tempat dan waktu penelitian.....	18
C. Populasi dan sampel.....	18
D. Jenis dan sumber data.....	19
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	20
F. Teknik Analisa Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	30
A. Deskripsi Data.....	30
B. Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP .....	53
A. Kesimpulan .....	53



B. Saran .....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN.....	56

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi club renang SeaRIA.....	19
2. Jumlah Sampel.....	19
3. Instrumen penelitian tes kemampuan bernapas.....	22
4. Instrumen penelitian tes kemampuan mengapung.....	25
5. Instrumen penelitian tes kemampuan meluncur.....	27
6. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan bernapas atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra).....	30
7. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan bernapas atlet klub SeaRIA kota Padang (Putri).....	32
8. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan mengapung atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra).....	34
9. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan mengapung atlet klub SeaRIA kota Padang (Putri).....	36
10. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan meluncur atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra).....	38
11. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan meluncur atlet klub SeaRIA kota Padang (Putri).....	40
12. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan dasar atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra).....	42
13. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan dasar atlet klub SeaRIA kota Padang (Putri).....	44
14. Distribusi Frekuensi Data Penguasaan kemampuan dasar atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra dan Putri).....	46

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Posisi mengapung berdiri.....	12
2. Posisi mengapung berdiri.....	12
3. Posisi mengapung terlentang menghadap keatas.....	13
4. Posisi mengapung terlentang menghadap kebawah.....	13
5. Posisi mengambil napas.....	14
6. Posisi meluncur.....	15
7. Posisi meluncur (Flip Turn) .....	16
8. Kerangka Konseptual.....	17
9. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Bernapas atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putra).....	31
10. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Bernapas atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putri).....	33
11. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Mengapung atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putra).....	35
12. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Mengapung atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putri).....	37
13. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Meluncur atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putra).....	39
14. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan Meluncur atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putri).....	41
15. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan dasar atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putra).....	43
16. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan dasar atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putri).....	45
17. Histogram Batang Data Penguasaan Kemampuan dasar atlet klub SeaRIA Kota Padang (Putri dan Putri).....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data sampel.....	56
2. Penguasaan kemampuan bernapas atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra dan Putri).....	57
3. Penguasaan kemampuan mengapung atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra dan Putri).....	59
4. Penguasaan kemampuan meluncur atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra dan Putri).....	61
5. Penguasaan kemampuan dasar atlet klub SeaRIA kota Padang (Putra dan Putri).....	63
6. Surat tugas Validasi Instrumen Penelitian.....	67
7. Instrumen penelitian sebelum dan sesudah validasi.....	70
8. Data hasil test validasi penelitian.....	75
9. Peta (Gmaps) alamat penelitian.....	77
10. Dokumentasi penelitian.....	78
11. Alat-alat penelitian.....	85
12. Surat Izin Penelitian.....	86
13. Surat Balasan penelitian.....	87

## **BABI PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga renang merupakan olahraga yang banyak digemari banyak orang, olahraga renang termasuk olahraga prestasi maupun rekreasi serta salah satu cabang olahraga perorangan dan kelompok dari kelompok olahraga air (*Aquatic*). Olahraga renang masuk kedalam olahraga untuk kesehatan. Dalam hal ini olahraga renang sudah menjadi kebutuhan bagi setiap orang, anak-anak, remaja, orang dewasa dan juga orang lanjut usia, baik wanita maupun pria. Karena semua orang pasti ingin sehat, tidak seorangpun yang ingin sakit atau terganggu kesehatannya. Olahraga renang tentunya suatu upaya manusia untuk mencapai berbagai kesehatan namun ini merupakan tujuan umum yang ada disetiap manusia. Olahraga renang ini juga merupakan olahraga yang di sunahkan oleh Rasulullah SAW, sebagaimana sabda Rasulullah yang artinya “Dari Jabir bin Abdillah radhiyallahuanhu bahwa Rasulullah SAW bersabda, Segala sesuatu yang di dalamnya tidak mengandung dzikrullah merupakan perbuatan sia-sia, senda gurau, dan permainan, kecuali empat (perkara), yaitu senda gurau suami dengan istrinya, melatih kuda, berlatih memanah, dan mengajarkan renang. (HR. An-Nasa’i)”. Dari hadist di atas dapat disimpulkan bahwa Rasulullah melarang kita melakukan hal yang sia sia melainkan ada manfaat dari hal yang kita lakukan tersebut adapun diantaranya adalah olahraga renang, bahkan olahraga renang juga menjadi anjuran bagi orang tua untuk mendidik anak anaknya, sebagaimana yang diucapkan oleh Umar bin Khattab radhiyallahuanhu “Ajari anak-anakmu berenang, memanah dan

berkuda”. Jadi olahraga renang selain untuk kesehatan juga merupakan olahraga yang dianjurkan dan disunahkan oleh nabi dan para sahabat.

Olahraga renang juga merupakan olahraga prestasi, sudah banyak saat ini perlombaan perlombaan renang yang diadakan di Indonesia. Lutan (2001) dalam Soan Untung Febrisius (2017). “Olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan oleh atlet-atlet dalam bentuk aktivitas jasmani yang berintikan permainan dan menonjolkan komponen-komponen fisik diantaranya kemampuan gerak, daya tahan, kekuatan, kecepatan dan koordinasi gerak.yang dilaksanakan dalam bentuk pertandingan atau perlombaan”.

Penguasaan keterampilan dasar yang baik merupakan suatu syarat yang harus dimiliki oleh setiap perenang. Dimana hal ini sangat menentukan sampai dimana seorang perenang dapat meningkatkan mutu kemampuannya. Selain itu, penguasaan keterampilan dasar yang baik dan sempurna, perenang dapat melaksanakan taktik dengan mudah karena perenang tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri cukup tinggi dan setiap kemampuan yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu. (Syafruddin, 2005: 129) menyatakan bahwa:“Penguasaan terhadap suatu kemampuan menyebutnya dengan kemampuan teknik, di samping itu penguasaan kemampuan yang baik akan dapat menghemat penggunaan tenaga. Ini berarti bahwa semakin baik kemampuan yang dimiliki semakin efisien kita menggunakan tenaga yang dibutuhkan”. Macam-macam kemampuan dalam



olahraga renang terdiri dari kemampuan mengapung, kemampuan pernapasan, dan kemampuan meluncur

Kemampuan mengapung, kemampuan pernapasan, dan kemampuan meluncur merupakan landasar untuk dapat melakukan gaya renang, karena ketiga kemampuan ini merupakan awalan yang dapat mendukung perenang untuk melakukan gaya renang, dari keempat gaya renang (gaya bebas, gaya dada, gaya punggung, dan gaya kupu-kupu) memerlukan 3 kemampuan dasar tersebut, jika tidak menguasai kemampuan mengapung seorang perenang tidak akan dapat melakukan keempat gaya renang tersebut karena inti dari berenang adalah mengapungkan badan dipermukaan air. Jika tidak menguasai kemampuan pernapasan, seorang perenang juga tidak akan dapat melakukan keempat gaya renang, karena keempat gaya tersebut memerlukan kemampuan pernapasan untuk mengatur pernapasan di dalam air supaya tidak mudah kelelahan, begitu juga kemampuan yang terakhir kemampuan meluncur, kemampuan ini juga diperlukan keempat gaya tersebut, karena olahraga renang membutuhkan kemampuan luncuran supaya badan perenang dapat meluncur dengan sempurna saat berada didalam air agar perenang dapat meluncur dengan cepat saat melakukan gaya renang, jika tidak maka badan perenang akan tetap berada ditempat dan tidak meluncur dengan baik. Oleh karena itu ketiga kemampuan dasar ini (kemampuan mengapung, kemampuan bernapas, dan kemampuan meluncur) sangatlah diperlukan untuk melakukan olahraga renang dan sangat berkaitan dengan keempat gaya renang tersebut

Seseorang dikatakan berprestasi harus mempunyai kemampuan penguasaan teknik, taktik sesuai dengan cabang olahraga yang diminatinya dan mempunyai mental yang baik. Menurut (Maidarman, 2012:4) “Pelajaran dan latihan renang di perkumpulan-perkumpulan renang memiliki tujuan tertentu, yaitu untuk dapat menang dalam setiap perlombaan. Untuk dapat menang dalam perlombaan diperlukan kemampuan dan taktik tertentu.”. Di samping itu harus memiliki kondisi fisik dan didukung oleh sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan, keempat faktor diatas merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan kemampuan dengan baik serta tanpa taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi yang maksimal.

Pada saat sekarang ini, di daerah Sumatera Barat khususnya di Kota Padang perkembangan renang sangat pesat. Hal ini terbukti dengan banyaknya bermunculan klub-klub diantaranya klub SeaRIA. Di Kota Padang telah banyak muncul klub-klub renang yang dibina secara terorganisir yang pada akhirnya hasil binaan dari masing-masing klub tersebut diharapkan dapat menghasilkan perenang yang berkualitas yang dapat menunjang prestasi baik di klubnya masing-masing hingga bisa mewakili Indonesia pada even Internasional.

Untuk pencapaian prestasi yang tinggi pembinaan dan pengembangan olahraga renang hendaknya dimulai pada usia dini agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai dengan baik. Atlet renang SeaRIA yang berada

di Air Tawar Kota Padang telah melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga renang khususnya dalam meningkatkan kemampuan teknik. Diantaranya adalah kemampuan mengapung, kemampuan pernapasan, serta kemampuan meluncur.

Dari berbagai perlombaan, klub SeaRIA sudah meraih berbagai prestasi dalam perlombaan dan memperoleh berbagai medali baik emas, perak, maupun perunggu, dapat dilihat dari perlombaan terakhir yang diikuti oleh klub SeaRIA ini dalam perlombaan di Dharmasraya pada bulan maret lalu, beberapa atlet ada yang meraih medali emas, dan ada juga atlet yang meraih medali perak serta perunggu, bahkan ada atlet yang menjadi perenang terbaik pada saat melakukan perlombaan, tetapi ada atlet yang belum bisa meraih medali pada saat perlombaan, sehingga kurangnya prestasi atlet tersebut.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan kepada pelatih klub, ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi atlet klub SeaRIA, salah satunya adalah kemampuan dasar , kemampuan dasar atlet klub SeaRIA belum bisa dikatakan maksimal. Hal ini dijelaskan oleh pelatih klub pada saat perlombaan berlangsung, masih belum maksimalnya teknik-kemampuan para atlet tersebut. Pada saat perlombaan atlet memulai perlombaan dengan baik, dan dapat mengimbangi kecepatan para perenang lainnya, namun pada pertengahan hingga akhir garis finis atlet mulai kehilangan daya tahan lalu kelelahan dalam mengatur pernapasan, sehingga menyebabkan gerakan yang tidak efektif, koordinasi tangan dan kaki yang mulai berkurang menyebabkan luncuran yang tidak lagi maksimal sehingga

atlet susah menyeimbangkan badan, mengakibatkan kecepatan berkurang sehingga atlet tertinggal dari perenang lainnya dalam mencapai garis finis. Padahal untuk dapat berenang dengan efektif dalam mencapai garis finis diperlukan daya tahan dan juga kemampuan yang maksimal untuk memenangkan perlombaan.

Dengan demikian dari hasil pemantauan kemampuan dasar atlet renang di Klub SeaRIA Padang belum maksimal. Kalau ini dibiarkan maka prestasi atlet Klub SeaRIA sulit untuk mencapai hasil yang diharapkan. Sebaliknya, untuk menciptakan prestasi olahraga harus memiliki komponen-komponen yang dominan dan mendasari dalam mempelajari kemampuan dalam olahraga renang. Hal tersebut di dapat melalui latihan yang sistematis, terencana, terus-menerus, dan meningkat.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi prestasi atlet klub SeaRIA Padang. Diduga faktor penyebab tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah penguasaan kemampuan dasar menyebabkan rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA Padang?
2. Apakah tingkat kondisi fisik yang menyebabkan rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA Padang?
3. Apakah pelatih yang menyebabkan rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA Padang?

4. Apakah mental yang menyebabkan rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA Padang?
5. Apakah program Latihan yang menyebabkan rendahnya prestasi atlet klub SeaRIA Padang?

### **C. Pembatasan masalah**

Permasalahan-permasalahan diatas mendorong peneliti untuk lebih jauh mengetahui bagaimana keseluruhan persiapan atlet klub SeaRIA, namun karena berbagai keterbatasan, sarana, biaya, dan kemampuan yang dimiliki peneliti, maka peneliti membatasi masalah ini tentang penguasaan kemampuan dasar Klub SeaRIA Padang dengan mengadakan penelitian yang berjudul “Tinjauan kemampuan dasar atlet renang klub SeaRIA Kota Padang tahun 2023”. yang meliputi sebagai berikut:

1. Kemampuan dasar mengapung
2. Kemampuan dasar pernapasan
3. Kemampuan dasar meluncur

### **D. Perumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana penguasaan kemampuan mengapung atlet klub SeaRIA Padang?
2. Bagaimana penguasaan kemampuan pernapasan atlet klub SeaRIA Padang?

3. Bagaimana penguasaan kemampuan meluncur atlet klub SeaRIA Padang?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk melihat bagaimana penguasaan kemampuan mengapung atlet klub SeaRIA, Kota Padang.
2. Untuk melihat bagaimana penguasaan kemampuan pernapasan atlet klub SeaRIA, Kota Padang.
3. Untuk melihat bagaimana penguasaan kemampuan meluncur atlet klub SeaRIA, Kota Padang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil Penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana (S.Pd).
2. Pemerintah dan klub-klub renang sebagai pedoman untuk mengetahui lebih jauh lagi kemampuan atlet dalam meningkatkan prestasinya.
3. Pelatih dan Pembina sebagai pedoman dalam membuat dan melaksanakan program latihan.
4. Sumbangan bagi ilmu pengetahuan, pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca.