

**TINJAUAN KONDISI FISIK MAHASISWA RENANG PENDALAMAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

SKRIPSI

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar sarjana pendidikan**



**YOLLAN VILLANO
NIM. 19087310**

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

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Mahasiswa Renang
Pendalaman Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Nama : Yollan Villano

NIM/BP : 19087310/2019

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen : Kepelatihan

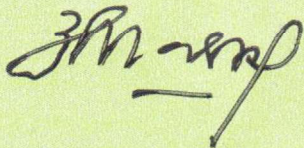
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2024

Disetujui Oleh:

Kepala Departemen

Pembimbing



Dr. Masrun, M.Kes., AIEO
NIP.196311041987031002



Dr. Umar, MS, AIEO
NIP.196106151987031003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Yollan Villano

NIM / BP : 19087310 / 2019

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Di Depan Tim
Penguji**

**Skripsi Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga
Departemen Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul**

**Tinjauan Kondisi Fisik Mahasiswa Renang Pendalaman
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Padang, Januari 2024

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Umar M.S. AIFO

1.

2. Anggota : Dr. Argantos M.Pd

2.

3. Anggota : Dr. Ardo Okilanda M.Pd

3.

PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul **“Tinjauan Kondisi Fisik Mahasiswa Renang Pendalaman Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang”** 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, tanpabantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya ataupun dapat 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 daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran 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, Januari 2024
Yang Menyatakan



Yollan Villano
2019/19087310

ABSTRAK

Yollan Villano, 2023. “Tinjauan Kondisi Fisik Mahasiswa Renang Pendalaman Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini membahas tentang sejauh mana tingkat kondisi fisik Mahasiswa renang pendalaman fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif makateknik analisi data yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan teknik distribusi frekuensi (*statistic deskriptif*). penelitian ini adalah mahasiswa renang pendalaman fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang, yang berjumlah 23 orang dengan melaksanakan tes

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan dapat disimpulkan beberapa hal berikut masih rendahnya kecepatan renang gaya bebas yang dipengaruhi oleh kondisi fisik mahasiswa renang pendalaman FIK UNP. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif. menggunakan teknik purposive sampling. Untuk mengukur daya tahan kekuatan otot lengan menggunakan tes Push Up dilakukan selama 60 detik. Untuk mengukur Daya Ledak Otot Tungkai menggunakan tes *Standing Broad Jump Test* dilakukan sebanyak 3 kali lompatan dalam centi meter merupakan skor dari testee. Untuk mengukur Kelentukan menggunakan tes *Sit and Rich*. Untuk mengukur daya tahan aerobik dengan menggunakan tes *Bleep test*. Data yang telah didapat diuraikan menggunakan statistic deskriptif dengan bentuk persentase. Hasil yang didapatkan rata-rata sebagai berikut : (1) Daya tahan kekuatan otot lengan 30,70 kategori baik (2) Daya ledak otot tungkai 2,71 meter kategori baik sekali (3) Kelentukan 13,17 cm kategori baik (4) Daya tahan aerobik 30,80 ml/Kg Bb/Menit kategori kurang. Dengan begitu rata-rata kondisi fisik mahasiswa pendalaman FIK berada pada kategori baik.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Renang.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah *rabbi' alamin*. Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahman dan rahim-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Tinjauan Kondisi Fisik Mahasiswa Renang Pendalaman Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**”. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Selain itu, penulisan skripsi merupakan tambahan wawasan bagi mahasiswa dalam melakukan penelitian dan membuat laporan penelitian.

Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Teristimewa untuk Kedua orang tua penulis, Bapak Yuneldi dan Ibu Lisnaweri, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, dukungan, semangat, serta atas kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis, yang merupakan anugerah terbesar dalam hidup. Penulis berharap dapat menjadi anak yang dapat dibanggakan.
2. Bapak Dr. Umar. MS. AIFO., Pembimbing dan Penasehat Akademik, yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.
3. Bapak Dr. Argantos, M.Pd. dan Bapak Dr. Ardo Okilanda, M.Pd., Tim Penguji, yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun untuk penulisan skripsi ini yang lebih baik.

4. Bapak Dr. Masrun M. Kes., AIFO Kepala Dapertemen Kepeatihan Universitas Negeri Padang
5. Bapak dan Ibu Dosen serta staf akademik dan non akademik di Departemen Kepeatihan UNP.
6. Rekan-rekan mahasiswa Departemen Kepeatihan UNP khususnya Pendidikan Kepeatihan Olahraga 2019.
7. Semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Untuk kesempurnaan skripsi dan penelitian yang penulis lakukan ini, maka penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak. Atas saran dan kritik yang diberikan penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Desember 2023

Penulis

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	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	9
1. Renang	9
a. Pengertian Renang	9
b. Macam-macam Gaya Renang	13
c. Manfaat Renang	16
2. Hakekat Renang Gaya Bebas	17
a. Pengertian Renang Gaya Bebas	17
b. Teknik Renang Gaya Bebas	19
c. Faktor yang Mempengaruhi Renang Gaya Bebas.	24
3. Hakekat Kondisi Fisik	24
a. Pengertian Kondisi Fisik	24
b. Komponen Kondisi Fisik	26
c. Faktor yang Mempengaruhi Kondisi Fisik	27
d. Manfaat Kondisi Fisik	28

4. Komponen Kondisi Fisik yang Dominan pada Renang Gaya Bebas	28
a. Daya Tahan Kekuatan Otot lengan	29
b. Daya Ledak Otot tungkai	32
c. Kelentukan.....	35
d. Daya Tahan Aerobik	37
B. Penelitian Yang Relevan	40
C. Kerangka Konseptual	41
D. Pertanyaan Penelitian	42
BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	43
B. Populasi dan Sampel Penelitian	43
C. Definisi Operasional.....	44
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	45
E. Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	53
1. Daya tahan kekuatan otot lengan Mahasiswa renang pendalaman Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.....	53
2. Daya ledak otot tungkai Mahasiswa renang pendalaman Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang	55
3. Kelentukan Mahasiswa renang pendalaman Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.....	56
4. Daya tahan <i>aerobik</i> Mahasiswa renang pendalaman Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.....	58
B. Pembahasan.....	60
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	66
B. Saran.....	67
DAFTAR RUJUKAN	68
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Perlombaaan Renang.....	12
Tabel 2 Norma Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan.....	46
Tabel 3 Norma <i>Standing Broad Jump Test</i>	48
Tabel 4 Norma Kelentukan	49
Tabel 5. Tabel Scoring Bleep Test.....	51
Tabel 6. Norma Bleep Test	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Gaya Bebas.....	13
Gambar 2 Gaya Dada	14
Gambar 3 Gaya Punggung	14
Gambar 4 Gaya Dolphin	15
Gambar 5 Posisi Badan	19
Gambar 6 Gerakan Kaki.....	21
Gambar 7 Gerakan Lengan	22
Gambar 8 Pengambilan Nafas.....	23
Gambar 9 Gerakan Kombinasi kaki dan Lengan	24
Gambar 10 Kerangka Konseptual	41
Gambar 11 Pelaksanaan Daya Tahan Kekuatan Otot dan Lengan	46
Gambar 12 <i>Standing Broad Jump Test</i>	48
Gambar 13 Pelaksanaan Kelentukan.....	49
Gambar 14. Pelaksanaan <i>bleep test</i>	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian	72
Lampiran 2	Data Push up 1 waktu 1 menit (tes kekuatan otot lengan)	73
Lampiran 3	Data penilaian standing broad jump test (lompatan)	74
Lampiran 4	Data penilaian tes sit and reach (tes kelentukan).....	75
Lampiran 5	Data penilaian bleep test (daya tahan).....	76
Lampiran 6	Dokumentasi Penelitian.....	77

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktifitas gerak manusia yang dilakukan secara sadar, dengan cara-cara efektif yang berkaitan dengan usaha-usaha untuk memelihara serta meningkatkan kualitas manusia untuk melakukan aktivitas jasmani yang dapat digunakan untuk berbagai tujuan, seperti untuk olahraga pendidikan, Olahraga Rekreasi, olahraga prestasi dan olahraga terapi (Soan, 2017). Salah satu jenis olahraga yang paling populer di masyarakat adalah renang. Renang adalah salah satu jenis olahraga yang dilakukan di air dan merupakan cabang olahraga yang dapat dilakukan oleh masyarakat karena olahraga Renang dapat dilakukan oleh anak-anak dan orang dewasa baik itu laki-laki dan perempuan. olahraga renang juga memiliki banyaknya manfaatnya untuk kesehatan. Olahraga Renang mempunyai tujuan yang bermacam-macam diantaranya adalah untuk olahraga Pendidikan, Olahraga Rekreasi dan Olahraga prestasi.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan pada pasal 1 ayat 2 menjelaskan bahwa: Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan Olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi.

Berdasarkan kutipan di atas jelas olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi tinggi (terbaik)

individu. Untuk meraih prestasi yang tinggi perlu adanya peningkatan prestasi, dengan demikian di perlukan usaha-usaha pembinaan dan pengembangan secara berkelanjutan, Terprogram dan terarah dalam upaya peningkatan mutu, jumlah serta kemampuan olahraga yg dimiliki.

Pada saat ini perkembangan olahraga Renang cukup mengalami kemajuan yang baik dengan adanya organisasi, club, kelompok renang yang dibina dan dipantau oleh pengurus daerah tingkat Provinsi. Di Indonesia induk organisasi renang sudah berdiri sejak 24 Maret 1951 dengan nama Perserikatan Berenang Seluruh Indonesia (PBSI). Saat ini induk organisasi renang Indonesia bernama Persatuan Renang Seluruh Indonesia (PRSI). Persatuan Renang seluruh Indonesia (PRSI) fungsinya untuk menangani dan melaksanakan kegiatan di masing-masing daerah dan berkewajiban untuk mengkoordinir serta membina club-club atau organisasi yang ada di wilayahnya. Agar berkembang dengan baik serta melahirkan atlet-atlet berprestasi.

Renang merupakan aktivitas seluruh tubuh yang dilakukan di dalam air dengan cara menggerakkan bagian-bagian tubuh (kaki,tangan, dan kepala) sehingga menghasilkan gerakan maju. Gerakan-gerakan tersebut di atur dan di tetapkan sebagai aturan baku sehingga menjadi suatu aktivitas olahraga air yang terus berkembang. Renang juga olahraga yang sangat populer dan banyak digemari oleh siapapun, karena renang merupakan olahraga yang terbaik untuk menjaga kesehatan dan membantu meningkatkan kemampuan fungsional pada system saraf untuk meningkatkan mobilitas proses system saraf dan otot (Turdaliyevich, 2020). Dikatan demikian karena pada saat berenang hampir

semua otot tubuh bergerak, sehingga otot-otot dan system saraf dapat berkembang dengan pesat dan menjaga tubuh tetap bugar.

Pelatih telah menunjukkan perhatian yang meningkat untuk mengendalikan dan meningkatkan nutrisi perenang (Sajber et al, 2013). Hal ini terbukti dari penelitian para ahli olahraga khususnya olahraga renang antara lain penelitian mengenai masalah kondisi fisik, teknik, mental, status gizi, sarana dan prasarana.. Dalam olahraga renang teknik yang harus dikuasai adalah posisi badan, gerakan kaki, gerakan tangan, pernafasan, dan koordinasi gerakan. Penguasaan teknik yang baik oleh seseorang dalam berenang dapat memberikan kemudahan bagi perenang dari awal start sampai kegaris finish (Saputra, 2019).

Selain teknik yang bagus, tanpa kondisi yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik dengan baik serta taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi secara maksimal. Jadi dapat dilihat dengan jelas bahwa untuk mencapai prestasi maksimal seseorang atlet juga didukung oleh kondisi fisik yang baik. menurut Irawadi (2018) factor yang mempengaruhi kondisi fisik adalah sebagai berikut: “(1) kekuatan (Strength), (2) daya tahan (Endurance), (3) daya ledak (Power), (4) kecepatan (Speed), (5) Kelentukan (Flexibility), (6) kelincahan (Agility), (7) koordinasi (Cordination). (8) daya tahan kecepatan, (9) daya tahan kekuatan, (10) kekuatan kecepatan (explosive power) ”. Berdasarkan kutipan mengenai komponen fisik di atas, menjelaskan bahwa kondisi fisik merupakan unsur yang penting dalam olahraga, termasuk olahraga Renang. Renang adalah salah

satu olahraga yang membutuhkan kondisi fisik yang baik, didalam renang terdapat gaya yang sering diperlombakan seperti renang gaya bebas, renang gaya dada, renang gaya kupu-kupu, dan renang gaya punggung. Dari semua gaya tersebut yang peneliti bahas adalah renang gaya bebas, kondisi fisik yang dominan pada renang gaya bebas ini yaitu daya tahan kekuatan otot lengan, daya ledak otot tungkai dan kelentukan (Kurniawan, 2020).

Berdasarkan komponen kondisi fisik di atas memiliki tujuan dan fungsinya di Dalam olahraga renang gaya bebas dimana daya dorong maju pada olahraga tersebut dominan berada pada gerakan tungkai maka kondisi fisik yang berkaitan dengan gerakan tungkai. perlu diperhatikan yaitu : daya ledak tungkai. Peranan kekuatan otot lengan juga berpengaruh pada saat lengan melakukan gerakan menarik, dimana gerakan ini merupakan gerakan pendorong badan ke depan yang paling utama dan kelentukan pinggang juga berfungsi memberikan keseimbangan tubuh pada saat meluncur didalam air dengan baik. Untuk itu ke tiga komponen kondisi fisik tersebut perlu diteliti.

Disamping faktor-faktor di atas, prestasi juga ditentukan bakat dan motivasi dari atlet itu sendiri, program dan metode latihan yang diterapkan oleh pelatih yang mana ditangan seorang pelatih, atlet dapat mengembangkan kemampuan teknik maupun fisik atlet sehingga atlet dapat mencapai prestasi yang diinginkannya, serta usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu dalam pembinnann yang di arahkan kepada pencapaian keberhasilan perenang dan peningkatan prestasi.

Agar pembinaan dan program latihan dapat direncanakan dan terlaksana dengan baik, maka sebelumnya perlu di ketahui kondisi fisik para perenang, sehingga pelatih dapat menentukan metode latihan sesuai dengan keadaan perenang dan prinsip latihan, sehingga program pembinaan diharapkan dapat meningkatkan prestasi perenang.

Pada saat sekarang ini pembinaan olahraga prestasi Renang mengalami perkembangan yang pesat, hal ini di buktikan dengan banyaknya berdiri pembinaan atlet renang melalui di berbagai klub-klub atau pelajar, yang merupakan aset paling esensial dan potensial untuk dibina, Olahraga Renang bertujuan untuk meningkatkan prestasi olahraga yang ada di Indonesia pada umumnya. Berbicara mengenai prestasi yang telah dicapai mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP, sampai saat ini belum adanya capaian prestasi yang maksimal hal ini terbukti setiap pertandingan sering mengalami kelelahan, sehingga prestasi yang di inginkan masih jauh dengan apa yang diharapkan.

Hasil observasi Dari yang telah dilakukan bersama dosen renang dasar renang pendalaman FIK UNP, tepatnya tahun 2023 pada bulan awal September yang lalu sesuai dengan perkuliahan awal dimulai dengan mahasiswa tahun masuk 2022, peneliti melihat masih rendahnya kecepatan renang gaya bebas yang dipengaruhi oleh masih rendahnya kondisi fisik mahasiswa renang pendalaman FIK UNP diantaranya adalah masih rendahnya daya tahan kekuatan otot lengan, daya ledak otot tungkai, kelentukan dan daya tahan aerobik mahasiswa.

Bertitik tolak dari masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh kondisi fisik pada mahasiswa FIK UNP,

dengan berdasarkan kajian penelitian yang ilmiah. Oleh karena itu penulis mengangkat judul penelitian: “tinjauan kondisi fisik mahasiswa renang pendalaman FIK UNP”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka ada beberapa factor yang mempengaruhi sehingga dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Daya tahan kekuatan otot lengan terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
2. Daya ledak otot tungkai terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
3. Kelentukan terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
4. Daya tahan aerobik terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
5. Motivasi terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
6. Teknik terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
7. Taktik terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
8. Program latihan terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
9. Sarana dan prasarana terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
10. Pelatih terhadap prestasi mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas ditemukan banyak masalah yang muncul dalam penelitian ini. Untuk lebih memfokuskan penelitian maka masalah penelitian ini dibatasi pada tingkat kondisi fisik mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP yang meliputi:

1. Daya tahan kekuatan otot lengan
2. Daya ledak otot tungkai
3. Kelentukan
4. Daya tahan aerobik

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: “bagaimanakah Tingkat kondisi fisik mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP”, yang berkenaan dengan:

1. Bagaimana tingkat kemampuan daya tahan kekuatan otot lengan mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP.
2. Bagaimana tingkat kemampuan daya ledak otot tungkai mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP.
3. Bagaimana tingkat kelentukan mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP.
4. Bagaimana tingkat daya tahan aerobik mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP seperti:

1. Daya tahan kekuatan otot lengan mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP

2. Daya ledak otot tungkai mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
3. Kelentukan mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP
4. Daya tahan aerobik mahasiswa Renang pendalaman FIK UNP

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian seperti yang dikemukakan terlebih dahulu dan memperhatikan masalah penelitian, maka diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat:

1. Bagi peneliti sendiri untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S1 pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih, atlet dan pengurus organisasi, sebagai bahan pertimbangan dan pedoman dalam meningkatkan prestasi dalam cabang-cabang olahraga tertentu terutama Renang.
3. Sebagai masukan bagi pelatih dalam melakukan pembinaan cabang olahraga tertentu khususnya olahraga renang
4. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan dalam ilmu keolahragaan
5. Sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian di masa yang akan datang bagi mahasiswa FIK UNP maupun pihak lain yang berkeinginan.
6. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan untuk bahan bacaan di pustaka.