

ABSTRAK

Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai dan Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Kecepatan Renang 200 Meter Gaya Dada Pada Perkumpulan Renang Di Kota Padang.

OLEH : Berto Apriyano

Berdasarkan pada kurang terlihatnya kemampuan renang gaya dada yang dimiliki para atlet untuk mengikuti kejuaraan renang mengakibatkan menurunnya prestasi renang gaya dada bagi perkumpulan renang di kota Padang. Masalah ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya kurangnya kondisi fisik dalam hal ini ialah daya tahan kekuatan otot tungkai dan daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan kecepatan renang 200 meter gaya dada. Penelitian ini merupakan penelitian *Korelasional* yang bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai, kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan, dan kontribusi secara bersama-sama terhadap kemampuan kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet-atlet pembinaan prestasi pada perkumpulan renang di kota Padang.

Populasi penelitian ini adalah atlet-atlet pembinaan prestasi pada perkumpulan renang di kota Padang terdiri 25 Putra dan 11 Putri dengan total 36 orang dan dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data untuk mengukur daya tahan kekuatan otot tungkai melalui tes *squat jump*, untuk daya tahan kekuatan otot lengan melalui tes *push up*, dan untuk kemampuan kecepatan renang dilakukan melalui tes renang 200 meter gaya dada. Data yang diperoleh akan di uji menggunakan analisis korelasi sederhana dan teknik analisis korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Untuk mencari kontribusi menggunakan rumus $r^2 \times 100\%$.

Hasil analisis data menunjukkan (1) Daya tahan kekuatan otot tungkai berkontribusi 74,65% putra dan 91,58% putri, (2) Daya tahan kekuatan otot lengan berkontribusi 70,06% putra dan 91,20% putri, (3) Daya tahan kekuatan otot tungkai dan daya tahan kekuatan otot lengan berkontribusi secara bersama-sama 74,99% putra dan 93,51% putri terhadap kemampuan kecepatan renang 200 meter gaya dada atlet-atlet pembinaan prestasi pada perkumpulan renang di kota Padang.