

**ANALISIS GERAK TEKNIK RENANG GAYA DADA ATLET
PERKUMPULAN RENANG TIRTA KALUANG PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan
Gelar sarjana (strata 1)*



Oleh:

**SANDIKA PRIYATNO
NIM. 2011/1107366**

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

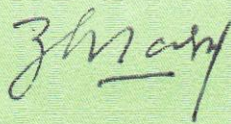
SKRIPSI

Judul : Analisis Gerak Teknik Renang Gaya Dada Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang
Nama : Sandika Priyatno
NIM/BP : 1107366/1107366
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2017

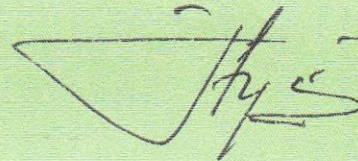
Disetujui :

Pembimbing I,




Drs. Masrun, M.Kes. AIFO
NIP. 19631104 198703 1 002

Pembimbing II,



Dr. Argantos, M.Pd
NIP. 19600527 198503 1 002

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Sandika Priyatno

Nim/BP : 1107366/2011

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan Kepeleatihan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul

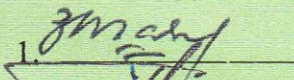


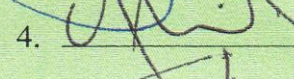

**Analisis Gerak Teknik Renang Gaya Dada Atlet Perkumpulan Renang
Tirta Kaluang Padang**

Padang, Februari 2017

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Masrun, M. Kes, AIFO
2. Sekretaris : Dr. Argantos, M. Pd
3. Anggota : Drs. Setiady Tish
4. Anggota : Drs. Maidarman, M. Pd
5. Anggota : Sari Mariati, S.Si M. Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sandika Priyatno
Nim : 1107366
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan : Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul “ Analisis Gerak Teknik Renang Gaya Dada Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang” adalah benar karya saya sendiri dan bukan plagiat dari karya orang lain terkecuali kutipan yang di sebut sumbernya. Apabila suatu saat terbukti saya melakukan plagiat, maka saya bersedia di berikan sanksi akademis maupun hukum sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Baik di institusi UNP maupun di masyarakat dan negara

Dengan pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Padang, 1 Februari 2017

Saya yang menyatakan



Sandika Priyatno

ABSTRAK

SANDIKA PRIYATNO (2017) : Analisis Gerak Teknik Renang Gaya Dada Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang

Hasil penelitian dari Perkumpulan Renang Tirta Kaluang padang yaitu kategori cukup akan tetapi terdapat kesalahan gerak seperti; pada posisi tubuh, gerakan lengan, gerakan kaki, pernafasan dan koordinasi gerak. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap seberapa besar tingkat penguasaan dan tingkat kesalahan teknik renang gaya dada atlet perkumpulan renang tirta kaluang padang

Populasi pada penelitian ini sebanyak 26 orang dan penarikan sampel secara *purposive sampling* sebanyak 13 orang. Data dalam penelitian ini sesuai dengan format penilaian test keterampilan teknik renang gaya dada berdasarkan indikator dan sub indikator (*item test*) yang terdapat dalam format penilaian.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus $P = \frac{F}{N} \times 100$

Hasil analisis dapat disimpulkan bahwa: tingkat penguasaan teknik renang gaya dada pada indikator posisi tubuh tingkat penguasaan sebesar 62,47% dan tingkat kesalahan sebesar 37,53%, pada indikator gerakan lengan tingkat penguasaan sebesar 42,82% dan tingkat kesalahan sebesar 57,18% pada indikator gerakan kaki tingkat penguasaan sebesar 70,64% dan tingkat kesalahan sebesar 29,36%, pada indikator pernafasan tingkat penguasaan sebesar 59,77% dan tingkat kesalahan sebesar 40,23% sedangkan pada indikator koordinasi gerak tingkat penguasaan sebesar 65,89% dan tingkat kesalahan sebesar 34,11%.

Hasil penelitian secara keseluruhan dari 13 orang sampel renang Gaya Dada Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang, diperoleh tingkat penguasaan teknik (60,32%), tergolong pada kategori **Cukup**.

KATA PENGANTAR



Segala puji dan rasa syukur atas segala rahmat dan karunia Allah Yang Maha Kuasa. Berkat izin dari Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam kepada Nabi Besar Muhammad Shalallahu Wa'laihiwassalam yang telah membawa umat manusia bangkit dari zaman kebodohan hingga kepada zaman yang berilmu pengetahuan seperti saat ini. Atas ilmu dan ajaran yang dibawa-Nya peneliti dapat menempuh pendidikan seperti yang peneliti rasakan saat ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam skripsi ini dimungkinkan masih terdapat kekurangan dan kesalahan yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan peneliti. Oleh karena itu peneliti membuka diri akan adanya kritikan dan saran dari pembaca agar skripsi ini dapat disempurnakan kembali.

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Terutama kepada kedua orang tua (Ayah dan Ibu) beserta kakak dan adik yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Selain itu maka peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Masrun, M.Kes. AIFO pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Bapak Dr. Argantos, M.Pd pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Umar, MS. AIFO ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan akademik yang optimal.
4. Bapak Drs. Setiady tish, Bapak Drs. Maidarman, M.Pd dan Ibuk Sari Mariati, S,Si, M.Pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan arahan dan masukan sehingga memudahkan penulis dalam penyelesaian Skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

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

Padang, Februari 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Teori	11
1. Teknik Renang Gaya Dada	11
a. Defenisi	11
b. Komponen-Komponen Teknik Renang Gaya Dada.....	13
B. Penelitian yang Relevan	27
C. Kerangka Konseptual	28
D. Pertanyaan Penelitan	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian	34
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	35
E. Teknik Analisis Data.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	42
1. Posisi Tubuh	42
2. Gerakan Lengan.....	44
3. Gerakan Kaki	46
4. Pernafasan.....	48
5. Gearakan Koordinasi	50
B. Hasil Penelitian.....	52
C. Pembahasan	55

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	58
B. Saran	58

DAFTAR RUJUKAN	60
-----------------------------	----

LAMPIRAN	61
-----------------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Posisi Tubuh.....	15
2. Gerakan Tungkai Teknik Renang Gaya Dada	19
3. Gerakan Lengan Teknik Renang Gaya Dada.....	22
4. Pernafasan Teknik Renang Gaya Dada.....	24
5. Siklus Gerakan Teknik Renang Gaya Dada.....	27
6. Kerangka Konseptual	32

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel Atlet Memperoleh Medali Gaya Dada Porprov XIV padang	5
2. Populasi Penelitian	34
3. Skala Pengukuran Atau Norma Penilaian	37
4. Format Penilaian Renang Gaya Dada	38
5. Nama Penilai (<i>Judge</i>)	40
6. Tenaga Pembantu Pengambilan data	40
7. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian gerak teknik renang gaya dada untuk posisi tubuh	43
8. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan gerakan lengan	45
9. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan teknik gerakan kaki	46
10. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan teknik pernafasan	48
11. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan teknik koordinasi gerak	50
12. Distribusi Frekuensi data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan gerak teknik renang gaya dada	52
13. Rangkuman analisis data penguasaan gerak teknik renang gaya dada atlet perkumpulan renang tirta kaluang padang	54
14. Norma Penilaian Berdasarkan Persentase	54

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram batang data dari hasil penilaian gerak teknik renang gaya dada untuk posisi tubuh.....	42
2. Histogram batang data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan gerakan lengan.....	42
3. Histogram batang data dari hasil penilaian teknik renang gaya dada untuk penguasaan gerakan kaki	47
4. Histogram batang data dari hasil penilaian gerak teknik renang gaya dada untuk pernafasan.....	49
5. Histogram batang data dari hasil penilaian gerak teknik renang gaya dada untuk gerakan koordinasi.....	51
6. Histogram Batang Data Dari Hasil Penilaian gerak teknik renang gaya dada	53

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan pengetahuan masyarakat tentang manfaat berolahraga maka membuat hal ini meningkatnya antusias masyarakat untuk berolahraga secara rutin. Waktu senggang bagi sebagian masyarakat dimanfaatkan untuk berolahraga, ada yang melakukannya di taman, di kolam renang, dan bahkan di pusat kebugaran (*fitness centre*). Olahraga adalah aktivitas fisik yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mencapai suatu tujuan tertentu, adapun tujuan tersebut antara lain: untuk prestasi, untuk rekreasi, dan untuk pendidikan. Olahraga dilihat dari sisi pendidikan adalah bertujuan menjadikan olahraga sebagai sarana pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan di lembaga pendidikan. Olahraga dilihat dari sisi rekreasi adalah bertujuan untuk mengisi waktu luang seseorang dan juga bertujuan untuk menjaga kebugaran tubuh. Sedangkan olahraga dilihat dari sisi prestasi adalah bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan potensi yang dimiliki oleh seseorang agar potensi tersebut dapat terwujud menjadi sebuah prestasi. Untuk mewujudkan prestasi tersebut maka hal ini dapat dicapai melalui latihan yang intensif dan melalui kompetisi yang berjenjang. Salah satu contoh olahraga prestasi yang dimaksud adalah cabang olahraga renang.

Olahraga renang merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat. Dalam kehidupan masyarakat luas cabang olahraga renang dilakukan atas berbagai dasar, antara lain: sebagai rekreasi, pendidikan, dan sebagai olahraga prestasi. Sebagai olahraga rekreasi dapat kita lihat begitu

ramainya kolam renang di tiap-tiap daerah pada hari-hari libur atau pada waktu tertentu. Sebagai pendidikan, cabang olahraga renang dituangkan dalam mata pelajaran penjasorkes di sekolah-sekolah (SD, SMP, SMA) sederajat. Begitu juga dengan olahraga prestasi, cabang olahraga renang dijadikan sebagai sarana bagi putra dan putri Indonesia untuk membina dan mengembangkan potensi diri agar menjadi sebuah prestasi. Untuk mewujudkan hal tersebut maka hal ini dilakukan melalui perkumpulan-perkumpulan renang atau klub olahraga renang.

Perkumpulan olahraga yang tumbuh dan berkembang ditengah-tengah kehidupan masyarakat merupakan suatu wadah bagi masyarakat untuk belajar dan berlatih suatu cabang olahraga, salah satunya olahraga renang. Terkait dengan cabang olahraga maka perkumpulan olahraga renang merupakan perpanjangan tangan dan ujung tombak dari induk organisasi renang, yaitu PRSI (Persatuan Renang Seluruh Indonesia). Hal ini tentu saja dalam hal membudayakan dan mengembangkan cabang olahraga renang kepada masyarakat luas. Dimana melalui perkumpulan olahraga renang maka masyarakat dapat berlatih renang.

Renang adalah aktivitas fisik yang dilakukan dalam air yang membutuhkan kemampuan fisik dan penguasaan teknik khusus untuk mencapai suatu tujuan. Adapun teknik renang yang lazim dipelajari, dilakukan, dan diperlombakan adalah: teknik renang gaya dada, teknik renang gaya bebas, teknik renang gaya kupu-kupu, dan tehnik renang gaya punggung. Empat teknik renang tersebut merupakan teknik yang diperlombakan dalam

perlombaan cabang olahraga renang baik daerah, nasional, bahkan internasional. Olahraga renang memiliki berbagai manfaat dan dilakukan untuk berbagai tujuan. Adapun alasan atau tujuan orang-orang untuk berenang antara lain adalah untuk mencari nafkah, sebagai pendidikan, rekreasi, dan meraih serta meningkatkan prestasi.

Untuk memepelajari renang maupun mewujudkan potensi, bakat, dan minat diri menjadi sebuah prestasi gemilang pada cabang olahraga renang maka masyarakat dapat mewujudkannya dengan cara bergabung pada perkumpulan olahraga renang. Sebab peran dari perkumpulan olahraga adalah mengembangkan dan meningkatkan prestasi, hal ini dimuat dalam Undang-undang nomor. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 27 ayat 4: “pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Berdasarkan Undang-Undang tersebut dijelaskan bahwa perkumpulan olahraga memiliki peranan untuk mengembangkan dan meningkatkan prestasi dari olahragawan atau atlet. Selain untuk meningkatkan prestasi, perkumpulan olahraga juga berperan untuk mengembangkan dan mengenalkan suatu cabang olahraga kepada masyarakat luas. Sehingga cabang olahraga tersebut dapat dikenal, diterima, dan diminati oleh masyarakat luas. Sebagai contoh adalah peran dari perkumpulan olahraga renang untuk mengenalkan cabang olahraga renang kepada masyarakat luas di berbagai tempat atau daerah.

Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang merupakan salah satu perkumpulan renang yang berprestasi di Kota Padang. Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang ikut berperan aktif dalam mengembangkan cabang olahraga renang di Kota Padang dan sekaligus melahirkan atlet-atlet renang Kota Padang. Untuk melahirkan atlet-atlet renang yang berprestasi di Kota Padang maka berbagai daya dan upaya telah dilakukan. Upaya internal yang dilakukan meliputi: latihan lima kali dalam seminggu (pagi dan sore), melengkapi sarana dan prasarana latihan, memilih bibit atlet yang berbakat dan berminat, menunjuk pelatih yang berkompeten, dan sebagainya. Sedangkan upaya eksternal yang dilakukan adalah: kerjasama dengan orang tua atlet, berkoordinasi dengan PRSI (Kota Padang dan Sumatera Barat), dengan KONI Kota Padang, dan Dispora Kota Padang. Upaya yang dilakukan tersebut semata-mata untuk meningkatkan prestasi atlet-atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.

Dalam olahraga renang dikenal 4 macam gaya atau teknik renang yang diperlombakan, antara lain: gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu, dan gaya punggung. Khusus untuk gaya dada adalah merupakan teknik renang yang umum dikenal oleh masyarakat, bukan hanya atlet renang namun teknik renang gaya dada lebih umum dikenal oleh masyarakat umum. Dalam perlombaan renang terdapat beberapa nomor gaya dada yang diperlombakan, antara lain: nomor 50 meter, nomor 100 meter, dan nomor 200 meter. Berdasarkan hal tersebut maka dalam setiap perlombaan terdapat 12 medali yang diperebutkan, antara lain: 2 medali emas (putera dan puteri), 2 medali perak (putera dan

puteri), dan 2 medali perunggu (putera dan puteri). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setiap atlet memiliki peluang yang besar untuk memperoleh medali pada nomor-nomor gaya dada pada setiap *event* renang seperti O₂SN, POPDA, PORPROV, PON, KEJURDA, KEJURNAS dan berbagai *event-event* lainnya.

Sebagai perkumpulan renang yang aktif maka prestasi atlet perkumpulan renang Tirta Kaluang Padang untuk nomor gaya dada belum mencapai tingkat yang gemilang. Hal ini dapat kita lihat berdasarkan hasil PORPROV XIV Sumatera Barat tahun 2016 yang baru saja usai diselenggarakan di Kota Padang. Hasil perolehan medali pada nomor gayadada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Perolehan Medali Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang Untuk Nomor Gaya Dada Pada PORPROV XIV Sumatera Barat.

No	Nama	Prestasi Nomor Gaya Dada		
		Emas	Perak	Perunggu
1	M. Zaim Albari	-	-	50 meter
2	M. Rafic Aldana	-	-	-
3	M. Abdil Castari	-	-	-
4	Habib	-	-	-
5	Arkhan Mugni	-	-	-
6	Alifah Khansa	-	-	50 meter
7	Sakinah Lintang	-	-	-
8	Aufa	-	-	-
9	Ayu	-	-	-
10	Raihan	-	-	-
11	Cha cha	-	-	-
12	Aboi	-	-	-
13	Atika	-	-	-

Sumber: Drs. Zirfan Effendi (Pelatih PR Tirta Kaluang Padang)

Berdasarkan tabel tersebut, dari 13 orang atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang yang berkompetisi pada *event* PORPROV XIV Sumatera Barat tahun 2016 di Kota Padang hanya dua orang yang berhasil memperoleh medali perunggu pada nomor gaya dada atas nama M. Zaim Albari dan Alifah Khansa perwakilan kota Padang. Berdasarkan data tersebut, maka dapat dipahami bahwa prestasi atlet perkumpulan renang Tirta Kaluang Padang untuk nomor gaya dada masih belum maksimal. Melihat frekuensi latihan perkumpulan renang Tirta Kaluang Padang lima kali dalam seminggu (pagi dan sore), maka hal ini masih sangat jauh dari harapan yang semestinya. Mengingat rendahnya prestasi atlet perkumpulan renang Tirta Kaluang Padang pada nomor gaya dada maka hal ini menjadi tantangan besar bagi pelatih perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang. Pelatih mesti dapat mengetahui faktor apa saja yang menyebabkan rendahnya prestasi atlet pada nomor gaya dada. Dengan demikian dapat dilakukan berbagai daya dan upaya untuk meningkatkan prestasi atlet pada nomor tersebut.

Rendahnya prestasi atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang pada nomor gaya dada tentu disebabkan dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Adapun faktor tersebut terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Syafruddin (2012:57):

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri atlet sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya...kemampuan fisik, teknik, taktik dan kemampuan mental. Faktor eksternal adalah faktor...yang berasal dari luar diri atlet, atau dari luar potensi yang dimiliki atlet. Faktor eksternal dimaksud diantaranya adalah pelatih.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami prestasi dalam olahraga dipengaruhi oleh faktor internal, meliputi: kemampuan fisik, tingkat penguasaan teknik, kemampuan taktik, dan kematangan mental. Sedangkan faktor eksternal meliputi: kualifikasi pelatih. Apabila atlet dapat memenuhi kedua faktor tersebut, maka atlet yang bersangkutan dapat memiliki prestasi yang gemilang, namun apabila tidak maka sulit bagi atlet untuk mencapai prestasi secara gemilang.

Dikaitkan dengan belum maksimalnya prestasi atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang pada nomor gaya dada dan dari sekian banyak faktor yang mempengaruhi maka kuat dugaan peneliti disebabkan oleh penguasaan teknik yang belum maksimal. Penguasaan teknik yang baik mesti dimiliki oleh setiap atlet. Menurut Weineck dalam Syafruddin (2012:125) “teknik merupakan cara yang dikembangkan dalam praktek olahraga untuk memecahkan suatu tugas gerakan tertentu secara efektif dan seefisien mungkin”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik renang gaya dada merupakan cara khusus yang dikembangkan untuk melakukan gerakan teknik renang gaya dada, agar aktivitas renang dapat dilakukan dengan efektif dan efisien. Jika perenang atau atlet tidak dapat menguasai teknik renang gaya dada dengan baik dan benar maka hal ini akan berpengaruh terhadap kecepatan berenang. Bilamana atlet kalah cepat berenang gaya dada dengan atlet lain maka atlet tercepatlah yang berhak mendulang kemenangan. Dengan demikian amat penting penguasaan teknik renang gaya dada untuk meraih prestasi puncak pada nomor-nomor gaya dada dalam sebuah perlombaan.

Belum maksimalnya prestasi atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang pada nomor-nomor gaya dada maka kuat dugaan peneliti disebabkan oleh tingkat penguasaan teknik. Namun hal ini hanya sebatas dugaan peneliti semata, oleh karena itu untuk mengetahui dan membuttkannya perlu dilakukan suatu penelitian. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian terkait dengan analisis penguasaan gerak teknik renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka begitu banyak faktor penyebab rendahnya prestasi atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang pada nomor gaya dada. Adapun faktor-faktor tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Rendahnya penguasaan gerak teknik menjadi penyebab rendahnya prestasi renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.
2. Rendahnya kondisi fisik menjadi penyebab rendahnya prestasi renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.
3. Kematangan mental menjadi penyebab rendahnya prestasi renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.
4. Kualifikasi pelatih menjadi penyebab rendahnya prestasi renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat begitu banyak faktor yang mempengaruhi prestasi renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang, maka penelitian ini dibatasi pada faktor penguasaan gerak teknik renang gaya dada.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah maka dapat diajukan rumusan masalah; Bagaimanakah tingkat penguasaan gerak teknik renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pembatasan masalah dan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan gerak teknik renang gaya dada atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.

F. Manfaat Penelitian

Jika penelitian ini dapat selesai dengan baik dan benar, maka penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada:

1. Peneliti, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi pelatih renang Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang sebagai bahan informasi dan bahan evaluasi untuk meningkatkan prestasi renang gaya dada.

3. Bagi atlet renang sebagai bahan informasi dan bahan evaluasi untuk meningkatkan prestasi pada nomor-nomor perlombaan teknik renang gaya dada.
4. Untuk menambah kasanah ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga, khususnya olahraga renang.
5. Untuk menambah bahan referensi baru di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan perpustakaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dapat dikemukakan kesimpulan yaitu, dari penilaian tiga (3) orang *judge* dengan pengambilan rata-rata terhadap 13 orang sampel pada gerak teknik renang gaya dada di peroleh hasil tingkat penguasaan teknik pada indicator posisitubuh sebesar (62,47%) tergolong ***Baik***, pada indikator gerakan tangan sebesar (42,82%) tergolong ***Cukup***, pada indicator gerakan kaki sebesar (70,64%) tergolong ***Baik***, pada indicator pernafasan sebesar (59,77,77%) tergolong ***Cukup*** dan kemudian pada indicator koordinasi sebesar (65,89%) tergolong ***Baik***.

Dengan demikian hasil penelitian secara keseluruhan dari 13 orang sampel atlet renang perkumpulan renang tirta kaluang kota padang, diperoleh tingkat penguasaan gerak teknik renang gaya dada sebesar (60,32%), tergolong pada kategori ***Cukup***.

B. Saran

Dari kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang di temukan dalam pelaksanaan gerak teknik renang gaya dadayaitu:

1. Pelatih perkumpulan renang tirta kaluang Padang, diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini agar dapat menjadi acuan untuk meningkatkan dan memperhatikan kualitas gerak teknik renang gaya dada yang dimiliki perenang perkumpulan renang tirta kaluang Padang supaya dimasa yang akan datang kualitas renang gaya dada menjadi lebih baik.

2. Kepada pemerintahan kota Padang diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk dapat dimanfaatkan agar tujuan dapat tercapai dengan baik.
3. Kepada perenang perkumpulan renang tirta kaluang Padang yang mengikuti latihan, agar dapat memahami pentingnya setiap gerakan dalam renang gantung mencapai teknik renang yang baik dan melakukan latihan di hari lain sebagai latihan mandiri.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dinata, Marta dan Tina Wijaya. 2006. *Renang*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Dwijowinoto, Kasiyo dan Dumadi.1992. *Renang Materi Metode Penilaian*. Jakarta: Depdikbud dan Dirjen Dikti.
- Haller, David. 1982. *Belajar Renang*. Terjemahan oleh Tim Editor Pionir Jaya. Bandung: Pionir Jaya.
- Hendromartono, Soejoko.1992. *Olahraga Pilihan Renang*. Jakarta: Depdikbud dan Dirjen Dikti.
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Orr, Rob dan Jene B,Tyler 1985. *Dasar-Dasar Renang*. Angkasa Bandung.
- Sismadiyanto dan Ermawan Susanto. 2008. *Dasar Gerak Renang*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesai Dengan PT Remaja Rosdakarya.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Thomas, David G. 2006. *Renang Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 *Tentang Sistem Keolahraagaan Nasional*. Jakarta.

<http://super-cara.blogspot.com>