

**KONTRIBUSI DAYA TAHAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN OTOT  
TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN RENANG 200 METER  
GAYA DADA PADA MAHASISWA JURUSAN  
KEPELATIHAN FIK UNP**

**SKRIPSI**

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**DIEKY SAPUTRA**

**NIM 2011/ 1107291**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### SKRIPSI

Judul : Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Otot  
Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya  
Dada Pada Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP

Nama : Dieky Saputra

NIM : 2011/ 1107291

Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

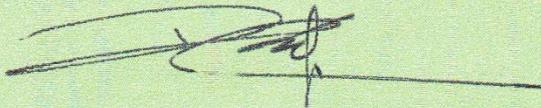
Jurusan : Kepeleatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2016

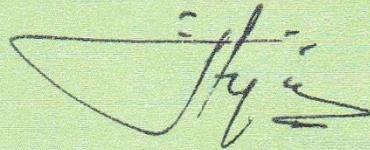
Disetujui oleh:

Pembimbing I,



**Drs. Hendri Irawadi, M. Pd**  
NIP. 19600514 1985031 002

Pembimbing II,



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

Ketua Jurusan



**Dr. Umar, MS. AIEO**  
NIP. 19610615 198703 1 003

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Dieky Saputra

NIM : 2011/ 1107291

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Jurusan Keperawatan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

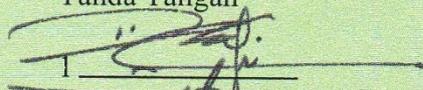
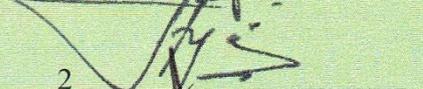
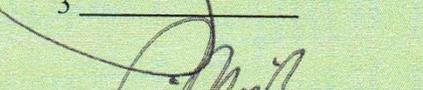
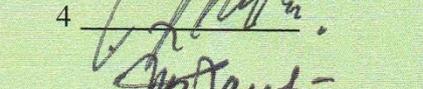
**Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Otot Tungkai  
Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada  
Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan FIK UNP**

Padang, Juli 2016

Tim Penguji

1. Ketua      Drs. Hendri Irawadi, M.Pd
2. Sekretaris    Dr. Argantos, M.Pd
3. Anggota      Drs. Setiady Tish
4. Anggota      Drs. Hermanzoni, M.Pd
5. Anggota      Drs. Busli

Tanda Tangan

1   
2   
3   
4   
5 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan Bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Dan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa Jurusan Kepelatihan FIK UNP” adalah asli karya saya sendiri ;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari Pembimbing ;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain. Kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan ;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2016

Yang membuat pernyataan



Dieky Saputra

NIM 2011/ 1107291



*“ Allah SWT menganugraahkan Al-hikmah ( ilmu yang berguna) kepada siapapun yang mengendakinya, dan barang siapa yang menganugrahi Al-hikmah itu benar-benar telah dianugrahi karunia yang banyak, dan hanya orang-orang yang berakal yang dapat mengambil pelajaran”*

*(Q,S Al- Baqarah : 269)*

*“ Allah SWT akan meningkatkan derajat orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan beberapa derajat. Allah SWT Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”*

*(Q,S Al- Mujadah : 6-8)*

*Ya Allah.....*

*Jadikanlah permulaan hari ini suatu kebaikan*

*Pertengahan suatu kesuksesan*

*dan pengakhiran adalah suatu kemenangan*

*Ya Robbi.....*

*“ Aku berlindung kepada-mu*

*Dari ilmu yang tidak bermanfaat, dari hati yang tidak khusu’*

*Dan dari jiwa yang tidak puas, serta dari do’a yang tidak makbur”*

*Berangkat dari ketiadaan*

*Terspek menyusup gulita malam*

*Membawa ringki sepanjang waktu*

*Syarat dipundak usiaku*

*Allhamdullillahhirabbil’alamin.....*

*Telah kuraih serumpun kebahagiaan cita yang kudamba*

*Awal sebuah kesuksesan*

*“ sekali apapun karya, butuh perjuangan dan pengorbanan”*

*Yakin akan kebesaran-mu Ya Allah.....*

*Dengan harapan yang pasti aku telah dapat menikmati*

*Sepercik keberhasilan, namun.....perjuangan masih belum usai*

*Semoga keberhasilan ini menjadi titik awal langkahku*

*Untuk menggapai masa depan yang lebih cerah, amin.....*

*Aku persembahkan sepenuh hati kepada kedua orang tuaku, Papa*

*(Syaiful R.E), yang mencari nafkah, Mama (Rukmaini) yang mengandung.*

*Keduanya yang telah membesarkanku dari lahir di dunia hingga sampai saat sekarang ini dan banyak mengajarkanku hal kecil sampai yang besar bermanfaat sampai pada saat ini. Dengan penuh cinta dan kasih sayang yang selalu menjadi helaian nafasku dan langkahku kemanapun aku melangkah. Padamu Papa dan Mama tercinta, tak terbayangkan betapa besarnya pengorbanan yang telah kau berikan janjiku. Semua jerih payah yang kau berikan ku balaskan dengan keberhasilan kelak walau itu semua tak bisa menggantikan semua yang telah kau berikan, dan seluruh keluarga besarku, kakak (Reny Syaiful, A, Md) , abang (Hary Syaiful), kakak (Deny Syaiful), dan abang (Novel Syaiful) terima kasih tiada batas yang dapat ku ucapkan atas perhatian, dukungan, dan semangat serta dorongan hingga aku bisa seperti ini. Semoga awal dari keberhasilan ini*

*akan menuntun ke masa depan yang lebih cerah, seperti yang papa, mama, kakak, abang minta yaitu aku Menjadi seseorang mengabdikan kepada negara dan masyarakat (TNI/ Polri) dan dapat menaikan Haji papa dan mama. Semoga curahan hati ini juga sebagai do'a, di jabbah oleh Allah SWT Amin.....*

*Buat yang selalu di sampingku, "Ollyvia Merlina", Terima kasih ya dek yang selalu menasehati, memberi dukungan, dorongan, motivasi, banyak hal yang di ajarkan, pengorbanan dan telah membantu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga semua yang dek berikan ini selalu ada buat ucok, dan semoga kita di jodohkan oleh Allah SWT. Ingat kita harus berhasil untuk mencapai cita-cita dan dapat membahagiakan orang tua dan keluarga. Visi dan Misi kita Hahahaha...Amin.....*

*Terima kasih juga kepada dosen pembimbingku bapak ( Drs. Hendri Irawadi, M.Pd dan Dr. Argantos, M.Pd) yang tanpa lelah, letih Dan bosan memberikan arahan, masukan serta bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir ini, semoga apa yang telah bapak berikan menjadi amal disisi Allah SWT Aminn.....*

*Teman- teman kepelatihan semua tanpa kecuali yang tidak sempat Disebut satu-persatu khususnya kepelatihan 2011. Terima kasih telah mengisi Ceritaku selama perkuliahan, aku akan merindukan kebersamaan kita Thank's teman.. Akhir kata.....*

*Semua ini bukan akhir perjuangan kita, tetapi awal dari perjalanan hidup kita*

*"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu Telah selesai (dari suatu masalah) kerjakanlah sungguh-sungguh (urusan yang lain) dan hanya kepada Tuhan-Mu hendaknya kamu berharap"*

By,



*Dieky Saputra*

## ABSTRAK

### **Dieky Saputra. 2016. Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP**

Rendahnya kemampuan renang 200 meter gaya dada mahasiswa yang mengikuti mata kuliah renang pendalaman jurusan kepeleatihan FIK Universitas Negeri Padang merupakan latar belakang masalah dilakukannya penelitian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui kontribusi dayatahan kekuatan otot lengan dan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa jurusan kepeleatihan FIK UNP.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional, untuk melihat hubungan antara dua variabel atau lebih. Populasi penelitian adalah mahasiswa jurusan kepeleatihan FIK UNP yang mengikuti perkuliahan renang pendalaman semester Januari-Juni 2016, terdiri dari 19 orang (17 putera dan 2 puteri). Sampel hanya mahasiswa putera saja yang berjumlah 17 orang dengan teknik *purposive sampling*. Untuk mengukur dayatahan kekuatan otot lengan digunakan instrumen *push up test*, untuk dayatahan kekuatan otot tungkai digunakan instrumen *squat jump* dan kemampuan renang 200 meter gaya dada dilakukan pengukuran kecepatan renang gaya dada nomor 200 meter. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dari Pearson dengan  $\alpha=0,05$ .

Hasil penelitian: (1) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot lengan sebesar 27,8% terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada. (2) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot tungkai sebesar 45,2% terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada. (3) Terdapat kontribusi dayatahan kekuatan otot lengan dan dayatahan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama sebesar 51,7% terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada.

## ABSTRACT

### **Dieky Saputra. 2016. Contributions Endurance Strength Muscle Arm and Muscle Leg Against ability Pool 200 Meter Breaststroke Coaching Programs On Student FIK UNP**

Low capacity of 200-meter breaststroke swimming students who follow courses deepening pool of coaching department FIK Padang State University is doing research background issues. The research objective was to determine the contribution of muscle strength endurance arm and leg muscles to the ability of the 200-meter breaststroke swimming on a student majoring in coaching FIK UNP.

This research is a correlational study, to look at the relationship between two or more variables. The study population was a student majoring in coaching Nikken UNP who take the classes deepening pool half of January to June 2016 consisted of 19 people (17 male and 2 female). Samples only son student who totaled 17 people with purposive sampling technique. To measure the strength of the arm muscles used to endurance push-up test instrument, to be used to endurance leg muscle strength and the ability to jump squat instruments swimming 200-meter breaststroke swimming speed measurement 200m breaststroke. Data analysis technique using correlation analysis of Pearson Productions moment with  $\alpha = 0.05$ .

**RESULTS:** (1) There is a contribution endurance arm muscle strength by 27.8% against the ability of the 200-meter breaststroke swimming. (2) There are contributions endurance leg muscle strength by 45.2% against the ability of the 200-meter breaststroke swimming. (3) There are contributions endurance arm muscle strength and endurance leg muscle strength together amounting to 51.7% of the ability of the 200-meter breaststroke swimming.

## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa mencurahkan kasih dan sayang-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: Kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan dan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP. Skripsi ini sebagai tugas akhir dalam menyelesaikan studi program S1 pendidikan kepeleatihan olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.

Shalawat dan salam kiranya dilimpahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membimbing manusia kepada jalan kebenaran. Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak dapat terlaksanakan tanpa bantuan semua pihak, baik moril maupun meteril. Untuk itu peneliti mengucapkan banyak terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Papa dan Mama yaitu kedua orang tua yang terus memberikan semangat dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd pembimbing I dan Bapak Dr. Argantos, M.Pd pembimbing II, yang telah memberikan waktu dan tenaga serta pemikiran di dalam membimbing demi keberhasilan penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Setiady Tysh, bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd, dan bapak Drs. Busli dosen team penguji yang telah memberikan waktu dan tenaga serta pemikiran dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Umar, MS.AIFO Ketua Jurusan Kepeleatihan.
5. Bapak dan Ibu Dosen staf pengajar pada lingkungan Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga dan segenap karyawan yang telah membantu.
6. Keluarga dan juga Ollyvia Merlina yang selama ini juga memberi motivasi, memberi semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan jurusan kepeleatihan tahun 2011 dan kakak-kakak serta adik-adik di Jurusan Kepeleatihan Olahraga yang telah membantu dan member memotivasi.

Dengan hati yang tulus serta penuh pengharapan peneliti panjatkan doa kehadiran Allah SWT, sehingga bantuan serta dorongan yang telah diberikan dapat balasan yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kelemahan dan jauh dari kesempurnaan disebabkan karena keterbatasan ilmu yang peneliti miliki. Oleh karena itu kritik dan saran yang konstruktif dari semua pihak akan peneliti terima dengan lapang hati.

Padang, Juli 2016

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>HALAMAN</b>
ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
<b>BAB I</b>	
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II</b>	
KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada.....	7
a) Renang.....	8
b) Renang Gaya Dada.....	9
2. Daya Tahan Kekuatan.....	18
a) Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan.....	21
b) Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai.....	22
c) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Daya Tahan Kekuatan Renang Gaya Dada 200 Meter .....	24
B. Penelitian yang Relevan.....	25
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	29

BAB III	
METODOLOGI PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian.....	30
B. Defenisi Operesional.....	30
C. Populasi dan Sampel.....	31
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
E. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV	
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Deskripsi Data.....	40
B. Uji Persyaratan Analisis.....	45
C. Uji Hipotesis.....	46
D. Pembahasan.....	48
BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	55
DAFTAR RUJUKAN.....	57
LAMPIRAN.....	58

## DAFTAR TABEL

<b>TABEL</b>	<b>HALAMAN</b>
1. Tabel 1.....	33
2. Tabel 2.....	35
3. Tabel 3.....	36
4. Tabel 4.....	40
5. Tabel 5.....	42
6. Tabel 6.....	43
7. Tabel 7.....	45
8. Tabel 8.....	46
9. Tabel 9.....	47
10. Tabel 10.....	48

## DAFTAR GAMBAR

<b>GAMBAR</b>	<b>HALAMAN</b>
Gambar 1.....	15
Gambar 2.....	16
Gambar 3.....	16
Gambar 4.....	16
Gambar 5.....	16
Gambar 6.....	17
Gambar 7.....	17
Gambar 8.....	17
Gambar 9.....	18
Gambar 10.....	18
Gambar 11.....	18
Gambar 12.....	29
Gambar 13.....	34
Gambar 14.....	35
Gambar 15.....	37
Gambar 16.....	41
Gambar 17.....	42
Gambar 18.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN</b>	<b>HALAMAN</b>
1. Lampiran 1.....	57
2. Lampiran 2.....	58
3. Lampiran 3.....	59
4. Lampiran 4.....	60
5. Lampiran 5.....	61
6. Lampiran 6.....	62
7. Lampiran 7.....	63
8. Lampiran 8.....	64
9. Lampiran 9.....	65
10. Lampiran 10.....	66
11. Lampiran 11.....	67
12. Lampiran 12.....	68
13. Lampiran 13.....	69
14. Lampiran 14.....	70
15. Lampiran 15.....	71
16. Lampiran 16.....	72
17. Lampiran 17.....	73

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Negara Indonesia adalah satu negara yang sedang berkembang yang melaksanakan pembangunan di segala bidang. Hal itu diarahkan untuk peningkatan kualitas manusia. Dalam kehidupan manusia olahraga sangat mempunyai arti dan makna yang penting, karena olahraga memberi manfaat yang sangat besar dalam kehidupan. Tujuan dari mereka berolahraga adalah untuk meningkatkan kesegaran jasmani serta kondisik fisik agar menjadi lebih baik. Olahraga pada hakikatnya adalah aktifitas fisik yang mana dilandasi dengan semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan. Hal ini seperti yang ditegaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahraagaan Nasional Pasal 4 yang berbunyi :

Keolahraagaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesejahteraan dan kebugaraan, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempeerat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat kekuatan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, kehormatan bangsa.

Dari kutipan di atas, dapat dikemukakan salah satu tujuan dari keolahraagaan nasional adalah untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas manusia, selain itu juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani dan menanamkan nilai-nilai yang terkandung dalam kegiatan olahraga tersebut , seperti nilai sportifitas dan disiplin yang dilandasi nilai moral dan akhlak yang baik. Olahraga adalah gerak yang dilakukan secara sadar, dengan cara-cara efektif yang berkaitan dengan usaha – usaha untuk memelihara serta meningkatkan kualitas manusia. Olahraga renang adalah salah satu olahraga yang komplek. Dalam gerakkan renang harus menggerakkan seluruh tubuh terutama kepala, tangan dan kaki. Gerakan renang

dilakukan dengan koordinasi gerakan antara anggota tubuh harus optimal agar mencapai hasil yang optimal pula.

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang merupakan lembaga pendidikan dalam bidang olahraga yang ikut bertanggung jawab terhadap pembangunan dalam bidang olahraga. Mengenai hal tersebut Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang memiliki tujuan seperti yang dijelaskan dalam buku pedoman akademik Universitas Negeri Padang. (FIK, 2011:7)

Menghasilkan lulusan yang berilmu dan mampu menerapkan hasil pendidikannya, sebagai tenaga kependidikan yang mampu melaksanakan mengembangkan tugas kependidikan di lingkungan lembaga pendidikan formal dan non-formal, serta sebagai warga masyarakat yang demokratis, dinamis dan inovatif, berlandaskan nilai-nilai ketaqwaan.

Pendidikan Kepelatihan Olahraga Merupakan salah satu jurusan di FIK UNP, dimana tujuan dari jurusan ini antara lain, “Menghasilkan tenaga profesional dalam bidang pendidikan, pengajaran dan kepelatihan olahraga” Buku Pedoman Akademik (2011:82). Berdasarkan kutipan tersebut diharapkan setiap lulusan Fakultas Ilmu Keolahragaan mempunyai ilmu, sikap, dan keterampilan yang profesional, bermoral dan berwawasan nasional mempunyai etos kerja dan berdedikasi tinggi, keterampilan yang profesional khususnya pada cabang olahraga renang yang merupakan bahagian dari tujuan lulusan FIK UNP.

Dari beberapa cabang olahraga yang ada, renang adalah salah satu mata kuliah yang wajib di ambil oleh seluruh mahasiswa khususnya jurusan Kepelatihan Olahraga. Dalam mengambil mata kuliah renang pendalaman mahasiswa harus mampu melakukan gerakan renang gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu, dan gaya punggung. Dalam perkuliahan renang, mata kuliah renang dibagi menjadi 3 tingkatan yaitu renang dasar, renang pendalaman, renang

spesialisasi. Menurut buku pedoman Fakultas Ilmu Keolahrgaan (2011 : 91-96) bahwa :

1. Renang dasar yaitu pemahaman tentang ide, sejarah olahraga, teknik dan peraturan renang serta keterampilan renang gaya dada dan gaya bebas dengan kordinasi gerakan kasar.
2. Renang pendalaman yaitu pemahaman tentang ditaktik/ metodik, perwasitan, organisasi perlombaan, dan kemampuan menganalisis gerakan teknik sebagai persiapan mengajar serta keterampilan teknik renang perlombaan dengan koordinasi gerakan halus.
3. Renang spesialisasi yaitu kemampuan menyusun, mengaplikasikan, mengevaluasi program latihan renang serta keterampilan motorik ditingkat *automatisasi*.

Berdasarkan kutipan diatas dapat kita lihat bahwa pada renang pendalaman pemahaman tentang didaktik/ metodik, perwasitan, organisasi perlombaan, dan kemampuan menganalisis gerakan teknik sebagai persiapan mengajar serta keterampilan teknik renang perlombaan dengan koordinasi gerakan halus. Mahasiswa yang dapat menguasai, memahami dan mampu melakukan teknik renang gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu, dan gaya punggung dengan benar dan baik, adalah salah satu bekal yang besar untuk menjadi seorang calon pelatih dan guru yang berkompetensi. Teknik renang gaya dada merupakan teknik berenang yang tidak terlalu sulit dibandingkan dengan teknik berenang gaya bebas, gaya punggung dan kupu-kupu.

Berbicara tentang olahraga renang, maka terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan tidak optimalnya kemampuan seseorang dalam renang gaya dada, diantaranya adalah karena tidak didukung dengan keadaan struktur tubuh

yang dimiliki, tidak ditunjang dengan kemampuan fisik yang memadai, kurangnya dorongan/ motivasi dalam berenang dan sebagainya.

Berdasarkan data dari observasi dan wawancara dengan dosen renang FIK UNP yang peneliti lakukan yaitu kemampuan daya tahan kekuatan renang gaya dada masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini terungkap dari hasil catatan waktu renang gaya dada yang dilakukan mahasiswa yang mengambil mata kuliah renang pendalaman pada dosen seksi 6312, belum dapat diketahui secara faktor mana yang dominan berpengaruh terhadap kecepatan renang gaya dada tersebut. Dalam hal ini faktor daya tahan kekuatan otot lengan dan otot tungkai diduga mempunyai hubungan yang erat dengan kemampuan renang 200 meter gaya dada, untuk itu peneliti tertarik mengetahui lebih jauh mengenai “Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada Pada Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapatlah diidentifikasi masalahnya yaitu :

1. Faktor kondisi fisik mempengaruhi kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP.
2. Faktor daya tahan otot lengan mempengaruhi kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP.
3. Faktor daya tahan kekuatan otot tungkai mempengaruhi kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP.
4. Faktor daya tahan kekuatan otot lengan dan otot tungkai secara bersama–sama mempengaruhi kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan, penulis hanya membatasi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan dan Otot Tungkai sebagai (Variabel Bebas) Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada (Variabel Terikat).

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah daya tahan kekuatan otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP ?
2. Apakah daya tahan kekuatan otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP ?
3. Apakah daya tahan kekuatan otot lengan dan otot tungkai secara bersama-sama berkontribusi terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dadapada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP?

### **E. Tujuan Penelelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dadapada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP?
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dadapada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP?

3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot lengan dengan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan renang 200 meter gaya dada pada mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK UNP?

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

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai :

1. Salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
2. Sebagai bahan acuan bagi pelatih, pembina dan guru-guru olahraga yang akan mengajar renang.
3. Untuk bahan bacaan pada perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
4. Untuk memberikan informasi serta menjadi sumbangan bagi Khasanah Ilmu Pengetahuan dan para peneliti selanjutnya.