

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

SKRIPSI

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



EKO PRAMA YUNANDA

Nim.1107269

**PROGRAM STUDI PENDIDIKANKEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSANKEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**KONTRIBUSI DAYATAHAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN
DAYATAHAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN
RENANG GAYA DADA 200 METER MAHASISWA RENANG
PENDALAMAN FIK-UNP**

Nama : Eko Prama Yunanda
NIM : 1107269
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga
Jurusan : Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2015

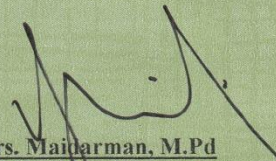
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Prof. Dr. Phil. Yanuar kiram
NIP. 19570101 198403 1 004

Pembimbing II



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

Mengetahui :
Ketua Jurusan Keperawatan



Drs. Maidakman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

PENGESAHAN SKRIPSI

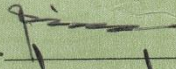
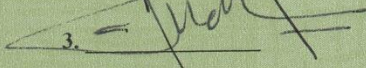
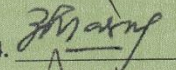
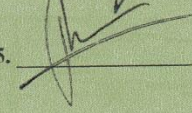
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai dan
Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan
Renang Gaya Dada 200 Meter Mahasiswa Renang
Pendalaman FIK-UNP

Nama : Eko Prama Yunanda
Nim : 1107269
Jurusan : Kepeleatihan
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2015

Tim Penguji :

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram	1. 
2. Sekretaris : Drs. Maidarman, M.Pd	2. 
3. Anggota : Dr. Alnedral, M.Pd	3. 
4. Anggota : Drs. Masrun, M.Kes. AIFO	4. 
5. Anggota : Romi Mardela, S.Pd. M.Pd	5. 

Salam Persembahan



Maha suci engkau, tiada yang kami ketahui selain
Yang telah engkau ajarkan kepada kami
(QS. Al-Baqarah 32)



Dan sesungguhnya kami ciptakan manusia
Selalu dalam kesukaran, namun Allah
Tidak memberatkan diluar kemampuannya,
Allah akan mendatangkan kemudahan sesudah kesukaran itu
(QS. Al-Baqarah 155-286)

Dengan langkah tiada daya dan jiwa pedih meronta semua rasa yang ada kudekap walaupun
semua itu amat menyakitkan namun ku harus berusaha bangkit memupuk ketabahan dan
ketegaran hatiku agar ku mampu berdiri meski tersirat keraguan akankah ku mampu
melewati rintangan berat ini

Izinkan ku ukir rangkaian aksara untuk orang-orang tercinta
Sebagai tanda terima kasih ku atas segala pengorbanan serta
Menuntunku meraih semua yang telah ku dapat.

Ku persembahkan hasil karya kecil ku ini sebagai rasa terima kasih ku yang sangat mendalam
dan tak terhingga kepada orang yang ku cintai dan ku sayangi melebihi apapun juga yaitu,

Kepada Ayahanda "Elryasrul" dan Ibunda "Jusni" yang telah menuntunku meraih sejuta
asa tetesan air mata mu menjadi cambuk bagi kesuksesanku, keringatmu telah menjadi ukiran
tinta yang indah dalam setiap karya kecilku ini.

Kepada Abang ku "Engkj Yandra Saputra" kakak ku "Sri Elyani Kurniawati, S.H"
serta kakak Ipar ku "Ayumi Anggraini" dan ibuk "Helmi Gafar, S.Pd" terima kasih
atas do'a dan bantuannya, baik secara moral maupun materil semoga secercah keberhasilan ini
menjadi suatu kebanggan bagimu

Buat Brother-brother ku "Dewang, Pajok, Karniko, Beni, Inyia, Monter, Hanson,
Ojik" terimakasih telah menjadi teman dalam hidupku yang telah mau menemaniku dalam
suka maupun duka. "Your The Best"

Kepada sahabat seperjuangan "**Doni, Yul, Rjo, Sukri, Ican**" terimakasih banyak telah menemani ku mengambil data penelitian sampai dengan selesai. Terimakasih atas semangat serta dukungan kalian sehingga terselesai juga ukiran kecil ini. Buat "**Doni, Rjo, Ican**" semangat untuk melanjutkan skripsinya, ku tunggu kabar berita bagus dari kalian sahabatku

Special Thanks To

Terspesial buat "**Setiya Dewi**" yang telah mengisi hatiku menemaniku dan mengisi hari-hariku serta memberikan dorongan dan motivasi selama ini. Semoga perhatian, kejujuran, kesetiaan dan kasih sayang yang diberikan menyertai kita hingga yang kita harapkan menjadi kenyataan

(kita berjalan diatas jalur cinta, diujung jalan kita akan berjumpa kembali)

Amin.....

Ya Allah.....

Jadikanlah kebahagiaan ini sebagai awal kesuksesan ku dalam menjalani kehidupan di dunia

Mu ini ya Allah, berkatilah jalan ku kedepan, terimalah do'a umat mu yang lemah akan engkau ya Allah. Ku awali lagi langkah ku selangkah lebih kedepan dengan menyebut nama

Mu ya Allah. Amin.....

Mei 2015

Eko Prama Yunanda

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, April 2015

Yang Menyataka:



Eko Prama Yunanda



ABSTRAK

Eko Prama Yunanda : Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai dan Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter

Rendahnya kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman jurusan kepelatihan merupakan masalah utama dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai dan Dayatahan Kekuatan Otot Lengan sebagai dua variabel bebas terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter sebagai variabel terikat.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa jurusan kepelatihan yang sedang mengambil mata kuliah renang pendalaman pada semester Januari-Juni 2015 yang berjumlah 38 orang, yang terdiri dari 33 orang putra dan 5 orang putri. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu mahasiswa putra saja yang berjumlah 33 orang, mahasiswa yang di ambil datanya berjumlah 20 orang putra. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur dayatahan kekuatan otot tungkai melalui tes *Squat Jump* dan dayatahan kekuatan otot lengan melalui tes *Pull-Up*. Selanjutnya kemampuan renang diukur dengan tes renang Gaya Dada 200 meter. Analisa data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisa data dapat diperoleh hasil 1.Terdapat kontribusi yang signifikan antara dayatahan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter sebesar 27%. 2.Terdapat kontribusi yang signifikan antara dayatahan kekuatan otot lengan dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter sebesar 37,3%. 3.Terdapat kontribusi yang signifikan antara dayatahan kekuatan otot tungkai dan dayatahan kekuatan otot lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter sebesar 64,3%.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas dan kewajiban penelitian dengan judul **“Kontribusi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai dan Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter Mahasiswa Renang Pendalaman Jurusan Kepelatihan FIK-UNP”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan Skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua yang teristimewa dalam hidup peneliti, Ayahanda Eliyasrul dan Ibunda Jusni yang selalu memberikan semangat, do'a dan dukungan baik secara moril dan materil.
2. Bapak Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram selaku pembimbing I, sekaligus Penasehat Akademik dan Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Pembimbing II

3. Bapak DR. Alnedral, M.Pd, Drs Masrun M.Kes AIFO, dan Romi Mardela, S.Pd, M.Pd sebagai Tim penguji
4. Bapak Drs.Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
5. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kevelatihan Olahraga
6. Bapak/Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
7. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
8. Keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2015

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
 BAB II. KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakekat Renang Gaya Dada	8
2. Kemampuan renang gaya dada 200 meter	13
3. Daya Tahan Kekuatan	15
a. Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai.....	16
b. Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan	18
B. kerangka Konseptual	20
C. Hipotesis.....	22
 BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Waktu dan Tempat Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23

D. Definisi Operasional Awal.....	25
E. Teknik Pengumpulan Data.....	26
F. Jenis dan Sumber Data	27
G. Instrumen	28
H. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	35
B. Analisis Data	39
C. Pembahasan.....	44
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran-saran	55
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi.....	47
Tabel 2. Sampel.....	50
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai	54
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dayatahan Kekuatan Otot Lengan.....	56
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada	58
Tabel 6. Rangkuman Analisis Normalitas	61
Tabel 7. Rangkuman Analisis Kemandirian Antar Variabel Bebas.....	63
Tabel 8. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Antara Variabel Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter	65
Tabel 9. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Antara Variabel Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter	67
Tabel 10. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Antara Variabel Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai Dan Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Teknik Renang Gaya Dada	9
Gambar 2.	Teknik Renang Gaya Dada	10
Gambar 3.	Teknik Renang Gaya Dada	10
Gambar 4.	Teknik Renang Gaya Dada	10
Gambar 5.	Teknik Renang Gaya Dada	11
Gambar 6.	Teknik Renang Gaya Dada	11
Gambar 7.	Teknik Renang Gaya Dada	11
Gambar 8.	Teknik Renang Gaya Dada	11
Gambar 9.	Teknik Renang Gaya Dada	12
Gambar 10.	Teknik Renang Gaya Dada	12
Gambar 11.	Teknik Renang Gaya Dada	12
Gambar 12.	Teknik Renang Gaya Dada	13
Gambar 13	Squart Jump	29
Gambar 14.	Pull Up	31
Gambar 15.	Histogram Dayatahan kekuatan otot tungkai	36
Gambar 16.	Histogram Dayatahan Kekuatan Otot Lengan	37
Gambar 17.	Histogram Kemampuan Renang 200 Meter Gaya Dada	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Data asli.....	56
Lampiran 2.	Statistik deskriptif	57
Lampiran 3.	Uji normalitas.....	59
Lampiran 4.	Uji indepedensi antar variabel bebas.....	60
Lampiran 5.	Uji hipotesis 1	61
Lampiran 6.	Uji hipotesis 2	63
Lampiran 7.	Uji hipotesis 3	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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 kondisi fisik agar menjadi lebih baik. Olahraga pada hakikatnya adalah aktifitas fisik yang mana dilandasi dengan semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan.

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 kompleks. Dalam gerakan renang harus selalu 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.

“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”. (FIK, 2011:7)

Pendidikan Kepelatihan Olahraga merupakan salah satu jurusan di FIK UNP. Salah satu tujuan dari jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga 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 (FIK) mempunyai ilmu, sikap, dan keterampilan yang professional, bermoral dan berwawasan nasional mempunyai etos kerja dan berbudi pekerti luhur, keterampilan yang professional 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 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, dan renang spesialisasi. Mahasiswa yang dapat menguasai, memahami dan mampu melakukan teknik renang gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu dan gaya punggung dengan baik dan benar, adalah salah satu bekal yang besar untuk menjadi seorang calon pelatih dan guru yang berkompetensi. Teknik renang gaya dada merupakan teknik berenang yang diajarkan kepada mahasiswa yang mengikuti

perkuliahan renang dasar, khususnya pada mata kuliah renang dasar jurusan Pendidikan Kepelatihan FIK UNP. Teknik renang gaya dada merupakan teknik berenang yang tidak terlalu sulit dibandingkan dengan teknik berenang gaya bebas, gaya punggung dan gaya kupu-kupu.

“Adapun beberapa faktor yang menunjang kemudahan mempelajari teknik renang gaya dada adalah posisi badan di dalam air pada renang gaya dada memiliki bidang tumpu yang lebih luas terhadap air dari pada gaya bebas, punggung dan kupu-kupu dengan demikian daya apung lebih besar dan tidak mudah tenggelam” (Maidarman, 2009:19)

Dari kutipan di atas peneliti menduga bahwasannya renang gaya dada di pilih untuk menjadi materi pengajaran dalam mata kuliah renang dasar karena renang gaya dada merupakan tehnik renang yang tidak sulit dibandingkan dengan renang gaya bebas, renang gaya kupu-kupu maupun renang gaya punggung.

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 hasil observasi dan wawancara dengan pelatih renang padang dan dosen renang FIK UNP yang penulis lakukan yaitu kemampuan dayatahan kekuatan renang gaya dada masih jauh dari yang di harapkan. Hal ini terungkap dari hasil catatan waktu renang gaya dada yang dilakukan atlet maupun mahasiswa yang mengambil mata kuliah renang, belum dapat diketahui secara pasti faktor mana yang dominan berpengaruh terhadap

kecepatan renang gaya dada tersebut. Dalam hal ini faktor dayatahan kekuatan otot tungkai dan dayatahan kekuatan otot lengan diduga mempunyai hubungan yang erat dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter, untuk itu penulis tertarik mengetahui lebih jauh mengenai “Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Dan Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter Mahasiswa Kepelatihan FIK-UNP“

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Faktor sarana dan prasarana mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP Jurusan kepelatihan.
2. Penguasaan teknik mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP jurusan kepelatihan
3. Usia dan jenis kelamin mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP Jurusan Kepelatihan
4. Fakor kondisi fisik mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP jurusan kepelatihan
5. Faktor daya tahan kekuatan otot tungkai mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP Jurusan Kepelatihan.
6. Faktor daya tahan kekuatan otot lengan mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP Jurusan Kepelatihan.

7. Faktor daya tahan kekuatan otot tungkai dan otot lengan secara bersama-sama mempengaruhi kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari faktor-faktor di atas, banyak faktor yang berkontribusi terhadap kemampuan renang gaya 200 meter. Masalah yang dominan berdasarkan gejala-gejala yang ada di lapangan diduga berkaitan dengan beberapa hal yang di bawah ini yaitu

1. Dayatahan Kekuatan Otot Tungkai dan Dayatahan Kekuatan Otot Lengan Sebagai Variabel bebas (x).
2. Kemampuan Renang gaya dada 200 meter sebagai Variabel terikat (y).

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah dayatahan kekuatan otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan ?
2. Apakah dayatahan kekuatan otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan ?
3. Apakah dayatahan kekuatan otot tungkai dan daya tahan kekuatan otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan :

1. Seberapa besar Kontribusi Dayatahan Kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan.
2. Seberapa besar kontribusi dayatahan Kekuatan otot lengan terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan.
3. Seberapa besar kontribusi dayatahan Kekuatan otot tungkai dan dayatahan kekuatan otot lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan renang gaya dada 200 meter mahasiswa renang pendalaman FIK-UNP Jurusan Kepeleatihan.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi semua pihak yang terkait terutama :

1. Bagi penulis sebagai syarat unuk memperoleh gelar sajana pendidikan olahraga.
2. Untuk mengungkap sejauh mana hubungan antara dayatahan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter.
3. Untuk mengungkap sejauh mana hubungan antara dayatahan kekuatan otot lengan dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter.

4. Untuk mengungkap sejauh mana hubungan antara dayatahan otot tungkai dan dayatahan otot lengan secara bersama-sama dengan kemampuan renang gaya dada 200 meter.
5. Dosen atau Pelatih sebagai bahan masukan dalam upaya peningkatan kemampuan dayatahan kekuatan renang gaya dada 200 meter.
6. Bagi peneliti selanjutnya untuk dijadikan referensi dan informasi.