

## ABSTRAK

**JULVANI IRWAN SINAGA NIM 071266220062. Upaya Peningkatan Latihan Gerakan Kaki Renang Gaya Dada Melalui Alat Bantu Papan Pelampung Pada Atlet *Club Bina Tirta* Usia 13-15 Tahun 2013.**

**( Pembimbing: NONO HARDINOTO)**

**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang peningkatan latihan gerakan kaki renang gaya dada pada atlet *Club Bina Tirta* usia 13-15 tahun 2013 melalui alat bantu papan pelampung dengan populasi penelitian ini adalah seluruh atlet putra *Club Bina Tirta* usia 13-15 tahun 2013 yang berjumlah 8 orang, maka sampel dalam peneliti ini adalah seluruh atlet putra *Club Bina Tirta* usia 13-15 tahun 2013 ( teknik total sampling) yang berjumlah 8 orang. Instrument yang digunakan adalah test hasil renang gaya dada dengan jarak 25 meter.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, yang terdiri dari 1 siklus. Setelah data terkumpul dan dilakukan analisis maka diperoleh hasil analisisnya : (1) dimana dari data deskripsi tes awal diperoleh 2 orang (25%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 6 orang (75%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan. Dengan nilai rata - rata adalah 36,50 % (2) dari data hasil tes deskripsi siklus I diperoleh 7 orang (87,5%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 1 orang (12,5%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan, dengan nilai rata-rata adalah 46.73%, dengan nilai rata-rata *T score* sebesar 658. Maka Penelitian ini tidak dilanjutkan kesiklus II atau berikutnya karena target awal yang di canangkan peneliti telah tercapai dimana peneliti mencanangkan ketuntasan klasikal sebesar 80%. Dengan demikian Penelitian ini dapat dikatakan berhasil dengan peningkatan keberhasilan secara klasikal sebesar 62,5%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa dengan menggunakan alat bantu papan pelampung dapat meningkatkan hasil latihan gerakan kaki renang gaya pada atlet *Club Bina Tirta* usia 13-15 tahun 2013.