

ABSTRAK

YUSTINUS LAIA. Hubungan *Power* Otot Lengan dan *Power* Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Putri Kelompok Umur 12 Sampai 15 Tahun Tirta Prima *Swimming* Klub Kota Medan Tahun 2017

(Pembimbing Skripsi : M. NUSTAN HASIBUAN)

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2017.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putri kelompok umur 12 sampai 15 tahun Tirta Prima *Swimming* Klub Kota Medan Tahun 2017 yang berjumlah 20 orang. Jumlah sampel 15 orang diperoleh dengan teknik *purposive radom sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen *medicine ball throw* untuk *power* otot lengan, *standing broad jump* untuk *power* otot tungkai dan instrumen tes renang gaya bebas 50 meter.

Hasil analisis statistik pertama menunjukkan koefisien korelasi -0,5386. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa *power* otot lengan memberikan pengaruh sebesar 29% terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter sedangkan 71% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji signifikansi yaitu uji - t satu arah diketahui bahwa $t_{Hitung} > t_{Tabel}$ dimana $(-2,30 > 1,77)$ sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif dari pada *power* otot lengan terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter pada atlet putri kelompok umur 12 sampai 15 tahun Tirta Prima *Swimming* Klub Kota Medan Tahun 2017.

Hasil analisis statistik kedua menunjukkan koefisien korelasi -0,4906. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa *power* otot tungkai memberikan pengaruh sebesar 24,07 % terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter sedangkan 75,93% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji signifikansi yaitu uji- t satu arah diketahui bahwa $t_{Hitung} > t_{Tabel}$ $(-2,03 > 1,77)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif dari pada *power* otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter pada atlet putri kelompok umur 12 sampai 15 tahun Tirta Prima *Swimming* Klub Kota Medan Tahun 2017.

Hasil analisis statistik ketiga menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,6564. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa secara simultan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai mempunyai hubungan yang signifikan sebesar 43,09% terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter sedangkan 56,91% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil signifikansi yaitu uji F diketahui bahwa $F_{hitung} = 4,54 > F_{tabel} 3,88$ pada taraf signifikansi 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa secara simultan terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap kemampuan renang gaya bebas 50 meter pada atlet putri kelompok umur 12 sampai 15 tahun Tirta Prima *Swimming* Klub Kota Medan Tahun 2017.