

ABSTRAK

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN, PANJANG LENGAN, POWER TUNGKAI, DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN RENANG GAYA PUNGGUNG MAHASISWA PENJASKES 2014 UNIVERSITAS LAMPUNG

ANGGUN ANINDITA SANI

Masalah dalam penelitian ini adalah mengetahui besarnya kontribusi kekuatan otot lengan, panjang lengan, power tungkai, dan panjang tungkai terhadap kecepatan renang gaya punggung pada mahasiswa Penjaskes Angkatan Tahun 2014 Universitas Lampung.

Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan satu kali pengambilan data (*one shoot model*). Populasi yang digunakan adalah seluruh mahasiswa Penjaskes Unila Angkatan Tahun 2014 yang berjumlah 84 orang. Karena sampel diambil secara keseluruhan maka disebut sebagai sampel populasi yang terdiri dari 70 putra dan 14 putri. Data dikumpulkan melalui teknik tes dan pengukuran, kekuatan otot lengan, panjang lengan, power tungkai panjang tungkai dan kecepatan renang gaya punggung. Serta teknik analisis data menggunakan *regresi linier*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekuatan otot lengan putra memiliki koefisien determinasi sebesar 0,596, kekuatan otot lengan putri sebesar 0,460, panjang lengan putra memiliki koefisien determinasi sebesar 0,460, panjang lengan putri 0,355, power tungkai putra memiliki koefisien determinasi sebesar 0,548, power tungkai putri 0,383, panjang tungkai putra memiliki koefisien determinasi sebesar 0,252, panjang tungkai putri 0,245.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kekuatan otot lengan lebih besar memberikan kontribusi terhadap kecepatan renang gaya punggung, baik putra maupun putri.

Kata Kunci : Renang Gaya Punggung, Kekuatan Lengan, Panjang Lengan, Power Tungkai , Panjang Tungkai dan, Kontribusi.