

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN EXPLOSIVE POWER LEG MUSCLE AND LONG LIMBS WAY TO SPEED POOL 50 METERS FREE OF STUDENTS WHO FOLLOW EXTRACURRICULAR STATE SWIMMING MADRASYAH ALIYAH (MAN) KRUI ACADEMIC YEAR 2016/2017

BY

APRIZAL SOBRIYANTO

The problem in this study is still the low speed 50 meter freestyle swimming. This study is expected to be useful for researchers and teachers as teaching materials in learning activities subjects especially swimming aquatic pool.

The research method used is descriptive correlational. The population in this study were the students of one school of MAN KRUI (Madrasyah Aliyah Negeri) West Coast who participated in swimming extracurricular activities totaling 15 students. Because the population in this study is less than 100 population. Data processing is obtained from test and measurement results. From the research results obtained that the explosive power of leg muscles and leg length have a significant relationship with freestyle pool speed.

The results showed the correlation of explosive muscle limb power with freestyle pool velocity of 0.831 then the long-legged correlation coefficient with 50 meter freestyle pool speed of 0.636. This means that there is a significant relationship between the explosive power of the leg muscles and the length of the limbs against the 50 meter freestyle pool velocity.

Keywords: explosive muscle limb power, leg length, freestyle swim speed.

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN RENANG GAYA BEBAS 50 METER SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER RENANG MADRASYAH ALIYAH NEGERI (MAN) KRUI TAHUN PELAJARAN 2016/2017

OLEH

APRIZAL SOBRIYANTO

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kecepatan renang gaya bebas 50 meter. Sehingga diharapkan bisa bermanfaat bagi peneliti dan guru penjaskes sebagai bahan mengajar dalam kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes khususnya cabang akuatik renang.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kolerasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ips satu putra MAN KRUI (Madrasyah Aliyah Negeri) Pesisir Barat yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler renang yang berjumlah 15 siswa. Karena populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 populasi. Pengolahan data didapat dari hasil tes dan pengukuran. Dari hasil penelitian didapat bahwa daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai memiliki hubungan yang signifikan dengan kecepatan renang gaya bebas.

Hasil penelitian menunjukkan kolerasi daya ledak otot tungkai dengan kecepatan renang gaya bebas sebesar 0,831 selanjutnya koefisien kolerasi panjang tungkai dengan kecepatan renang gaya bebas 50 meter sebesar 0,636. Ini berarti ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai terhadap kecepatan renang gaya bebas 50 meter.

Kata kunci : daya ledak otot tungkai, panjang tungkai, kecepatan renang gaya bebas.