

ABSTRAK

KONTRIBUSI KEKUATAN LENGAN, POWER TUNGKAI, PANJANG LENGAN DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN RENANG GAYA PUNGGUNG PADA MAHASISWA PUTRA PENJASKES ANGKATAN 2017 UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

ANANG GAWIDUTA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya kontribusi kekuatan lengan, power tungkai, panjang lengan dan panjang tungkai pada kecepatan renang gaya punggung mahasiswa putra penjaskes angkatan 2017 Universitas Lampung. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan satu kali pengambilan data (*one shoot model*) menggunakan sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengumpulan data tes panjang lengan dan tungkai menggunakan alat *anthropometer*, tes kekuatan lengan menggunakan *push and pull dynamometer*, tes power tungkai menggunakan *vertical jump* sedangkan tes kecepatan renang menggunakan *stopwatch*. Analisis data menggunakan rumus korelasi ganda kemudian diuji dengan teknik analisis korelasi *product moment* dan diuji signifikan. Hasil penelitian menunjukkan ada kontribusi antara kekuatan lengan terhadap kecepatan renang gaya punggung 0,596, ada kontribusi power tungkai terhadap kecepatan renang gaya punggung 0,555, ada kontribusi panjang lengan terhadap kecepatan renang gaya punggung 0,424, serta terdapat kontribusi panjang tungkai terhadap kecepatan renang gaya punggung 0,376.

Kata kunci : kecepatan berenang gaya punggung, kekuatan lengan, kekuatan tungkai, panjang lengan, panjang tungkai.

ABSTRACT

THE CONTRIBUTION OF STRENGTH ARM, POWER LEGS, LENGTH ARM AND LENGTH LEGS AT THE SPEED OF BACKSTROKE IN ACHIEVEMENT GUIDANCE MALE STUDENT PHYSICAL EDUCATION CLASS OF 2017 UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

ANANG GAWIDUTA

This study aims to find out the amount of contribution between the arm strength, the leg power, the arm length and the legs length at the backstroke swimming speed in achievement guidance male student physical education class of 2017 university of lampung. The type of research used is the survey method with one data collection (one shoot model) using a sample of 20 people. Data collection technique of the arm and the leg test is using an anthropometer, the arm strength test is using push and pull dynamometer, the leg power test is using a vertical jump while the swimming speed test uses a stopwatch. Data analysis is using multiple correlation formulas then tested significantly . The results showed that there was a contribution between arm strength on backstroke swimming speed 0.596, there was a contribution of leg power to backstroke swimming speed 0.555, there was a contribution of arm length to backstroke swimming speed 0.424, and there was a contribution of leg length to backstroke swimming speed 0.376

Key word : arm length, arm strength, backstroke swimming speed, leg lenght, leg power.