

**HUBUNGAN ANTARA PANJANG LENGAN DAN
TUNGKAI DENGAN FREKUENSI KAYUHAN LENGAN
DAN KECEPATAN RENANG GAYA DADA PADA ANAK
USIA 6-12 TAHUN**

SKRIPSI



Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja

2022

SKRIPSI

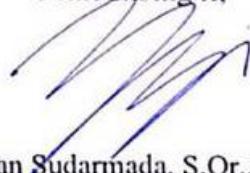
**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK
MENCAPI GELAR SARJANA OLAHRAGA**

Pembimbing I,



Dr. I Ketut Twan Swadesi, S.Pd., M.Or.
NIP. 197305112001121001

Pembimbing II,



I Nyoman Sudarmada, S.Or.,M.Or.
NIP. 198608102008121001

Mengetahui, Ketua Jurusan Ilmu Olahraga dan
Kesehatan
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha



Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes
NIP. 196705272001121001

Skripsi oleh Yonathan Priamanta

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 22 september 2022

Menyetujui,

Dewan Penguji,



Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M.Or.

(Ketua)

NIP. 197305112001121001



I Nyoman Sudarmada, S.Or.,M.Or.

(Anggota)

NIP. 198608102008121001



Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.

(Anggota)

NIP. 196705272001121001



Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes.

(Anggota)

NIP. 196705272001121001

Diterima oleh Panitia Ujian Akhir Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana olahraga

Pada
Hari :kamis
Tanggal : 22 September 2022

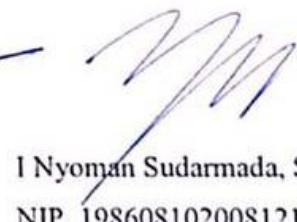
Mengetahui,

Ketua Ujian,



Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP. 196705272001121001

Sekretaris Ujian


I Nyoman Sudarmada, S.Or.,M.Or.
NIP. 198608102008121001

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.
NIP. 196804081997031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "Hubungan Antara Panjang Lengan dan Tungkai Dengan Frekuensi Kayuhan Lengan dan Kecepatan Renang Gaya Dada Pada Anak Usia 6-12 Tahun" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan merama sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada kalim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja ,22 September 2022

Yang membuat pernyataan



Yonathan Priananta

NIM 1816021011

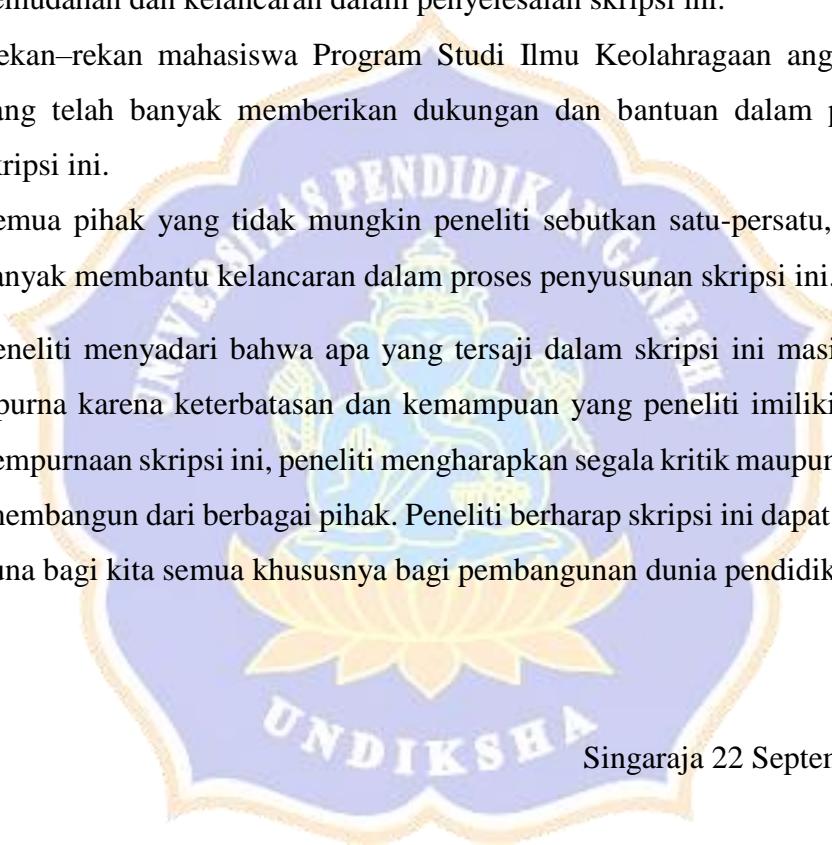
PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Panjang Lengan dan Tungkai dengan Frekuensi Kayuhan dan Kecepatan Renang Gaya Dada Pada Anak Usia 6-12 Tahun.”**dapat diselesaikan sesuai waktu yang telah ditentukan. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bimbingan, dorongan, dukungan, arahan, dan saran, serta motivasi dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd. sebagai Rektor Undiksha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd.,M.Or. senagai Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dr I Ketut Iwan Swadesi,S.Pd.,M.Or. sebagai Sebagai Pembimbing I yang telah banyak memberikan motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. I Nyoman Sudarmada, S.Or.,M.Or. sebagai Koordinator Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, dan sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd.,M.Or sebagai Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, sekaligus sebagai dewan pengaji III yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini
6. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd.,M.Kes. sebagai Ketua Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, sekaligus sebagai dewan pengaji IV yang telah memberikan banyak motivasi, arahan, dan petunjuk dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Gede Eka Budi Darmawan, S.Pd.,M.Pd. sebagai Sekretaris Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan, yang telah banyak membantu untuk menunjang kelengkapan penyusunan skripsi ini.
8. Staf Dosen di Program Studi Ilmu Keolahragaan, yang selama ini telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal menjalankan kehidupan di dalam masyarakat.
9. Staf Pegawai di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan angkatan 2018 yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak mungkin peneliti sebutkan satu-persatu, yang telah banyak membantu kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan dan kemampuan yang peneliti imiliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pembangunan dunia pendidikan.



Singaraja 22 September 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Hasil Penelitian.....	6
BAB 2 KAJIAN TEORI	8
2.1 Macam-Macam Gaya Renang.....	8
2.2 Renang Gaya Dada	11
2.3 Antropometri Dalam Renang	20
2.4 Panjang Lengan.....	21
2.5 Panjang Tungkai	23
2.6 Frekuensi Kayuhan	24
2.7 Kecepatan.....	24
2.8 Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Renang Gaya Dada.....	26
2.9 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan.....	27
2.10 Kerangka Berpikir.....	28
2.11 Hipotesis Penelitian	29
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	31

3.1 Subjek Penelitian	31
3.2 Variabel Penelitian.....	31
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	32
3.4 Metode dan Rancangan Penelitian.....	33
3.5 Instrumen Penelitian	35
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	38
3.7 Teknik Analisis Data.....	40
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	42
4.2 Deskripsi Data Hasil Penelitian	42
4.3 Uji Normalitas.....	45
4.4 Uji Homogenitas	46
4.5 Pengujian hipotesis	47
4.6 Pembahasan.....	53
4.7 Implikasi Penelitian	58
BAB 5 PENUTUP	59
5.1 Rangkuman	59
5.2 Simpulan	59
5.3 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Gaya Crawl.....	8
Gambar 2.2 Gaya Punggung	9
Gambar 2.3 Gaya Kupu.....	10
Gambar 2.4 Gaya Dada	11
Gambar 2.5 Posisi Badan Gaya Dada	14
Gambar 2.6 Sapuan Luar.....	15
Gambar 2.7 Sapuan Dalam	16
Gambar 2.8 Tendangan Luar.....	17
Gambar 2.9 Tendangan Dalam	18
Gambar 2.10 Recovery.....	18
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	34
Gambar 3.2 Pengukuran Panjang Tungkai.....	36
Gambar 3.3 Pengukuran Panjang Lengan.....	37



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Antropometri Renang.....	20
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian	35
Tabel 4.1 Hasil Deskriptif Statistic Variabel Panjang Lengan	43
Tabel 4.2 Hasil Deskriptif Statistic Variabel Panjang Tungkai	44
Tabel 4.3 Hasil Deskriptif Statistic Variabel Frekuensi Kayuhan Lengan	44
Tabel 4.4 Hasil Deskriptif Statistic Variabel Kecepatan Renang Gaya Dada	45
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas.....	46
Tabel 4.7 Hasil Perhitungan Korelasi Antara Panjang Lengan(X1) Dengan Frekuensi Kayuhan Lengan(Y1)	47
Tabel 4.8 Hasil Perhitungan Korelasi Antara Panjang Lengan(X1) Dengan Kecepatan Renang Gaya Dada (Y2).....	48
Tabel 4.9 Hasil Perhitungan Korelasi Antara Panjang tungkai(X2) Dengan Frekuensi Kayuhan Lengan(Y1)	49
Tabel 4.10 Hasil Perhitungan Korelasi Antara Panjang tungkai(X2) Dengan Kecepatan Renang Gaya Dada(Y2).....	50
Tabel 4.11 Hasil Perhitungan Korelasi berganda Antara Panjang lengan(X1) dan panjang tungkai(X2) Dengan frekuensi kayuhan lengan(Y1)	50
Tabel 4.12 Hasil Perhitungan Korelasi berganda Antara Panjang lengan(X1) dan panjang tungkai(X2) Dengan frekuensi kayuhan lengan(Y1)	51