ABSTRAK

FANY ROSMAWATI SOVIANINGSIH. 2023. **Korelasi Power Otot Lengan Dan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Penelitian ini di latarbelakangi dari penulis pada saat mendampingi atlet SAC di suatu perlombaan. Bahwa pada atlet SAC di KU II yang sudah sering mengikuti perlombaan renang gaya dada ada 4 atlet yang berprestasi, tetapi dengan program latihan yang sama, jadwal latihan yang sama, ada 6 atlet yang sulit memecahkan waktu yang sudah di raih sebelumnya. Penulis mengamati yang sering menjuarai lomba yaitu yang mempunyai tarikan lengan dan tendangan kakinya begitu kuat dan cepat, sementara yang kurang berprestasi gerakan lengan dan gerakan tungkainya terlihat lebih lambat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi power otot lengan dan power otot tungkai dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *Swim Academy Center* Tasikmalaya pada KU II yang sering mengikuti kejuaraan renang gaya dada yaitu 10 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Sampling* Jenuh, dengan menggunakan seluruh populasi yaitu dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang. Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan data, analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan terdapat korelasi yang sangat signifikan antara power otot lengan dan power otot tungkai secara bersama-sama dengan kecepatan renang 50 meter gaya dada pada perenang *Club Swim Academy Center* Tasikmalaya dengan nilai R = 0,95.

Kata Kunci : *Power* Otot Lengan, *Power* Otot Tungkai, Renang Gaya Dada.

ABSTRACK

FANY ROSMAWATI SOVIANINGSIH. 2023. *Correlation of arm muscle power and leg muscle power with 50-meter breaststroke swimming speed.* Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

This research is based on the author's background when accompanying SAC athletes in a competition. That in SAC athletes in KU II who have often participated in breaststroke swimming competitions there are 4 athletes who excel, but with the same training program, the same training schedule, there are 6 athletes who are difficult to break the time that has been achieved before. The author observes that those who often win competitions are those who have arm pulls and leg kicks so strong and fast, while those who lack achievement in arm movements and leg movements look slower. The purpose of this study was to determine the correlation of arm muscle power and leg muscle power with the speed of swimming 50 meters breaststroke. The research method used in this study is quantitative descriptive method. The population in this study is athletes from the Swim Academy Center Tasikmalaya at KU II who often participate in breaststroke swimming championships, which is 10 people. The sampling technique uses the Saturated Sampling Technique, using the entire population, namely with a sample of 10 people. Based on the results of research, data processing, data analysis and hypothesis testing, it can be concluded that there is a very significant correlation between arm muscle power and leg muscle power together with the speed of swimming 50 meters breaststroke in Club Swim Academy Center Tasikmalaya swimmers with a value of R = 0.95

Keywords: arm muscle power, leg muscle power, breaststroke swimming.