

ABSTRAK

Fina Nurhalifah. 2025. **Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu *Fins* Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas di Alpa *Swimming Club* Ciamis.** Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari alat bantu *fins* terhadap peningkatan kecepatan renang gaya bebas atlet kalangan anak usia dini Alpa *Swimming Club* Kabupaten Ciamis. Penelitian ini menggunakan metode *One group pretest-posttest* design yang dimana dalam penelitian ini tidak ada kelompok pembandingan. Populasi penelitian ini merupakan anak usia dini yang berjumlah 10 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes renang 50 meter gaya bebas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari latihan menggunakan *fins* terhadap kecepatan renang 50 meter gaya bebas atlet kalangan anak usia dini Alpa *Swimming Club* Kabupaten Ciamis. Uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai $t_{hitung} 5,45 > t_{tabel} 1,81$, sehingga hal tersebut menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kecepatan renang 50 meter gaya bebas setelah diberi perlakuan dengan menggunakan *fins*.

Kata kunci: *Fins*, Kecepatan, Renang Gaya Bebas

ABSTRACT

FINA NURHALIFAH.2025. *The Effect of Training Using Fins on Freestyle Swimming Speed at Alpa Swimming Club Ciamis*. Departement of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

This study aims to determine how much influence the fins aid has on increasing the freestyle swimming speed of early childhood athletes at the Alpa Swimming Club, Ciamis Regency. This study uses the One group pretest-posttest design method where in this study there is no comparison group. The population of this study was 10 early childhood children. The instrument used was a 50-meter freestyle swimming test. The test results showed that there was an effect of training using fins on the 50-meter freestyle swimming speed of early childhood athletes at the Alpa Swimming Club, Ciamis Regency. Hypothesis testing showed that the t-value was $5.45 > t\text{-table } 1.81$, so that it showed that H_0 was rejected and H_a was accepted, which means that there was a significant effect on increasing the 50-meter freestyle swimming speed after being treated with fins.

Keywords: *Fins, Freestyle Swimming, Speed*