

**PERBANDINGAN KAYUHAN LENGAN LURUS MEMUTAR
DENGAN LENGAN MENYAMPING TERHADAP
HASIL RENANG GAYA PUNGGUNG**

**Isna Noor Gina Andriyati¹⁾, H. Budi Indrawan, M.Pd²⁾,
Sani Gunawa, M.Pd³⁾**

**¹⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi**

**²⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi**

**³⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi**

**email: isnanoorginaa@gmail.com, budiindrawan@unsil.ac.id,
sanigunawan@unsil.ac.id**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap fenomena perbandingan kayuhan lengan menyamping dengan lengan lurus memutar terhadap hasil renang gaya punggung mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Tasikmalaya angkatan tahun 2017. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi yang diambil peneliti adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya angkatan tahun 2017 sebanyak 20 orang mahasiswa dan teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah teknik pengambilan sampel purposive sampling yang berarti objek yang dianggap mahir dalam bidangnya. Penelitian ini menggunakan instrumen tes renang gaya punggung 50 meter menggunakan kayuhan lengan lurus memutar dan kayuhan lengan menyamping. Berdasarkan hasil penelitian ini kayuhan lengan lurus memutar lebih efektif dibandingkan kayuhan lengan menyamping dalam meningkatkan hasil renang gaya punggung.

Kata Kunci : Kayuhan Lengan Lurus Memutar, Kayuhan Lengan Menyamping

ABSTRACT

This study aims to reveal the comparative phenomenon of sideways stroking with straight twisted arms to the backstroke swimming results of student of the Department of Physical Education, Siliwangi University, Tasikmalaya class of 2017. The research was 20 students of the Department of Physical Education at the Siliwangi University Tasikmalaya class of 2017 and the sampling technique used by the researcher was purposive sampling technique, which means that the object is considered proficient in its field. This study used a 50 meter backstroke swimming test instrument using rotating straight arm stroke and sideways

stroking. Based on the result of this study, the straight, rotating arm stroke is more effective than sideways in improving the backstroke swimming results.

Keyword : Rotating Straight Arm Strokes, Side Arm Strokes