ABSTRAK

RIZKY SRIRAHMANINGSIH (2124170165). Skripsi ini berjudul “Kontribusi Kelentukan Punggung Dan Power Lengan Terhadap Kemampuan Renang Gaya Kupu-Kupu”. Selama Penyusunan skripsi ini, penulis di bawah bimbingan Bapak Andang Rohendi, M.Pd sebagai pembimbing I dan Bapak Hendra Rustiawan, M.Pd sebagai pembimbing II.
Renang merupakan salah satu cabang olahraga dari kelompok olahraga aquatic dan orang yang menekuninya, secara fisiologis harus memiliki keterampilan tertentu. Renang dilakukan sejak adanya manusia di dunia ini, pada jaman itu terutama sebagai alat beladiri dalam menghadapi alam pada masa itu. Gaya kupu-kupu merupakan gaya yang terbaru dalam perlombaan secara resmi. Gaya ini merupakan pengembangan dari gaya dada modern. Gaya ini meniru gerakan ikan dolphin sehingga lebih dikenal dengan renang gaya dolphin. Metode penelitian menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dlam penelitian ini seluruh angota club Meraih Bintang Sc yang menguasai renang gaya kupu-kupu. Kategori yang dimaksud adalah atlet yang hampir
menguasai teknik renang gaya kupu-kupu. Jadi jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 20 orang. Terdapat konstribusi yang signifikan dari kelentukan punggung terhadap kemampuan reanang gaya kupu-kupu, artinya berdasarkan perhitungan statistic terdapat konstribusi yang signifikan atau yang kuat dari kelentukan punggung terhadap kemampuan renang gaya kupu. Jadi apabila seorang ingin memiliki kemampuan renang gaya kupu yang baik harus memiliki faktor kelentukan punggung yang baik pula. Terdapat konstribusi yang signifikan dari power lengan terhadap kemampuan renang gaya kupu-kupu, artiya berdasarkan perhitungan statistic terdapat konstribusi yang signifikan atau yang kuat dari power lengan terhadap kemampuan renang gaya kupu. Jadi apabila seorang ingin memiliki kemampuan renang gaya kupu yang baik harus memiliki faktor power lengan yang baik pula. Terdapat konstribusi yang signifikan dari kelentukan punggung dan power lengan terhadap kemampuan renang gaya kupu-kupu, artinya berdasarkan perhitungan statistik terdapat konstribusi yang signifikan atau yang kuat dari kelentukan pungung dan power lengan terhadap kemampuan renang gaya kupu. Jadi apabila seorang ingin memiliki kemampuan renang gaya kupu yang baik harus memiliki faktor kelentukan punggung dan power lengan yang baik pula.