

## ABSTRAK

**Skripsi ini berjudul Pengaruh Model Belajar Grab Start Dengan Power Tungkai Terhadap Kecepatan Dalam Melakukan Start. ( Studi Eksperimen Tentang Model Belajar Grab Start Antara Posisi Lengan Berada Di Samping Kaki Dan Di Antara Kaki Di SLTP Karya Bhakti Cilengkrang ).**

**Masalah dalam penelitian ini adalah mengkaji pengaruh hasil belajar grab start dengan penempatan posisi lengan di samping kaki dan di antara kaki dengan kemampuan power tungkai terhadap peningkatan kecepatan dalam melakukan start.**

**Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP) Karya Bhakti di Cilengkrang, dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 24 orang putra yang diambil secara acak dari 70 orang siswa kelas II. Sampel sejumlah itu ditempatkan secara sejodoh sesuai dengan karakteristik kemampuan power tungkai, sehingga terdapat empat kelompok perlakuan, masing-masing berisi 6 orang setiap kelompok.**

**Di dalam renang terdapat terdapat faktor-faktor yang turut menentukan terhadap keberhasilan berenang. Selain dari penguasaan gaya, saat pembalikan, dan saat finish, peranan start sebagai permulaan dalam berenang akan turut menentukan terhadap hasil berenang. Didukung dengan kemampuan power tungkai, maka start yang yang dilakukan akan lebih cepat dan jarak lompatan yang dihasilkan akan cukup jauh, ini akan memberikan suatu keuntungan bagi perenang dilihat dari segi waktu dan jarak tempuh.**

Agar dapat menjawab permasalahan yang ada dan menguji hipotesis, tentang penempatan posisi lengan dalam grab start dan kemampuan power tungkai. Selanjutnya dengan keterlibatan variabel dua variabel bebas dan dua variabel atribut, maka rancangan eksperimen yang dianggap sesuai dengan hal tersebut adalah rancangan faktorial  $2 \times 2$  (Sudjana, 1994), dan data hasil pengukuran dianalisis dengan teknik Analisis Varians (ANAVA).

Untuk pengumpulan data, penulis peroleh dari hasil tes kecepatan dalam melakukan start. Pengukuran dimulai dari mulainya bunyi peluit dibunyikan sampai kepala pada saat meluncur di dalam air menyentuh pada tanda finish, yang diukur 6 meter dari tempat start. Data yang di analisis adalah data hasil peningkatan waktu, yang diambil dari pengurangan tes awal dan tes akhir.

Berdasarkan hasil penghitungan dan hasil pengujian hipotesis, maka kesimpulan yang dapat ditarik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tanpa mempertimbangkan pada karakteristik kemampuan power tungkai siswa yang tinggi dan rendah, model belajar start antara penempatan posisi lengan di samping kaki dengan penempatan posisi lengan di antara dua kaki tidak berbeda satu sama lain secara signifikan terhadap kecepatan dalam melakukan start.
2. Secara keseluruhan terdapat perbedaan pengaruh hasil belajar antara kemampuan power tungkai tinggi dengan kemampuan power rendah terhadap kecepatan dalam melakukan start. Tanpa mempertimbangkan pada bentuk penempatan posisi lengan dalam grab start yang diajarkan, kemampuan power tungkai tinggi memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan kemampuan power tungkai rendah.

**3. Tidak terdapat interaksi antara penempatan posisi lengan dalam grab start dengan kemampuan power tungkai terhadap kecepatan dalam melakukan start.**

**Akhirnya penulis menyarankan :**

- 1. Kepada para pembina, pelatih, dan guru olahraga sebaiknya tidak hanya melihat pada bentuk atau metode latihan untuk meningkatkan hasil belajar start, tetapi harus memperhatikan tentang kemampuan power tungkai.**
- 2. Perlu diadakan penelitian yang lebih lanjut, dengan jumlah populasi dan sampel yang lebih besar.**

