

ABSTRAK

Wahyu Lestari, 2005 “ Perbedaan Latihan Menggunakan Teknik Ritme Two Beats Stroke Dengan Teknik Ritme Four Beats Stroke Terhadap Kecepatan Renang Gaya Crawl Pada Mahasiswa IKOR FIK UNNES Semester I Tahun Akademik 2004-2005 “.

Tujuan dari penelitian ini adalah: 1). Untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara metode belajar renang gaya crawl yang menggunakan teknik ritme two beats stroke dengan teknik ritme four beats stroke terhadap kecepatan renang gaya crawl pada mahasiswa IKOR FIK UNNES semester I tahun akademik 2004/2005, 2). Untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode belajar renang gaya crawl yang menggunakan teknik ritme two beats stroke dengan teknik ritme four beats stroke terhadap kecepatan renang gaya crawl pada mahasiswa IKOR FIK UNNES semester I tahun akademik 2004/2005.

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa IKOR FIK UNNES semester I yang berjumlah 40 orang yang berusia 19 tahun. Untuk cara pengambilan sampel digunakan total sampling dengan cara mengikutkan semua Mahasiswa IKOR FIK UNNES semester I untuk melakukan renang gaya crawl. Setelah dilakukan tes awal kemudian hasilnya dipasangkan dengan rumus ABBA untuk membagi sampel menjadi dua kelompok yang seimbang. Kelompok eksperimen 1 diberi latihan renang yang menggunakan teknik ritme two beats stroke dan kelompok eksperimen 2 diberi latihan renang yang menggunakan teknik ritme four beats stroke. Masing-masing kelompok diberi perlakuan sebanyak 16 kali pertemuan dengan tiga kali pertemuan per minggu. Hasil tes akhir dianalisis dengan menggunakan analisis statistik dengan rumus t-tes. Setelah itu nilai t-hitung dibandingkan dengan harga tabel (db) $N-1=20-1=19$ berdasarkan taraf signifikan 5%.

Sesudah dianalisis diperoleh nilai t-hitung = 0,06 dan t-tabel = 2,093. Dengan demikian t-hitung lebih kecil dari t-tabel ($0,06 < 2,093$). Berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara metode belajar renang gaya crawl yang menggunakan teknik ritme two beats stroke dengan teknik ritme four beats stroke terhadap kecepatan renang gaya crawl. Dari tes akhir didapat mean dari kelompok eksperimen 1 = 29,32 dan mean pada kelompok eksperimen 2 = 29,33.

Saran yang dianjurkan supaya digunakan instrumen yang lain demi kesempurnaan penelitian tentang latihan renang dengan menggunakan teknik ritme two beats stroke dengan teknik ritme four beats stroke dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam penelitian yang sejenis.