

KONTRIBUSI *POWER* LENGAN DAN *POWER* TUNGKAI TERHADAP HASIL DAYUNG NOMOR KAYAK 500 METER

Asep Nurhaedin¹, Rusmiyadi², Sukron Ma'mun³

^{1,2,3}STKIP Syekh Manshur

Surel: asepnurhaedin30@gmail.com, yadirusmi2@gmail.com, sukronmamun219@gmail.com

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Dikirim: 12-05-2025

Perbaikan: 24-05-2025

Diterima: 30-05-2025

Kata kunci:

Power lengan 1,
Power tungkai 2,
Nomor kayak 500 meter 3

Corresponding Author:

Asep Nurhaedin dkk.

ABSTRAK

Olahraga dayung merupakan salah satu cabang olahraga air yang menggunakan peralatan berupa dayung dan perahu. Olahraga dayung dikenal sebagai salah satu olahraga yang memiliki aktivitas fisik yang paling berat. Kayak, Canadian (*canoeing*), *Dragon Boat* (perahu naga tradisional), dan *Slalom*. Salah satu cabang olahraga yang sering dipertandingkan adalah *Canoe Polo*. Olahraga dayung sangat memerlukan yakni kondisi fisik yang cukup kuat bisa ditarik kesimpulan komponen itu yakni daya tahan, kecepatan, kelentukan, dan kekuatan. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan uji korelasi. Instrument dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran yaitu : (1) *power arm fulltest*, (2) *vertical jump*, (3) kecepatan mendayung. Penelitian dilakukan di cabang olahraga dayung PODSI pandeglang, dengan jumlah sampel 21 orang atlet. Teknik analisis data dalam penelitian ini meliputi : (1) mencari nilai rata-rata, (2) menghitung simpangan baku, (3) uji normalitas, (4) uji homogenitas, (5) uji hipotesis. Tujuan Penelitian ini ntuk mengetahui apakah terdapat kontribusi yang signifikan antara *power* lengan dan *power* tungkai terhadap hasil kecepatan mendayung atlet nomor Kayak 500 meter PODSI kabupaten Pandeglang. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu tidak terdapat kontribusi yang signifikan antara *power* lengan terhadap kecepatan mendayung dan terdapat kontribusi yang signifikan antara *power* tungkai terhadap kecepatan mendayung dengan dibuktikan dengan nilai korelasi antara masing-masing variabel bebas yaitu *power* lengan (0,513) terhadap variabel terikat lebih besar dari (0,05), *power* tungkai (0,000) terhadap variabel terikat lebih kecil dari (0,05), sedangkan untuk besarnya kontribusi antara kesuluran variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 75,6%.

@2024: Jurnal Pendidikan dan Penelitian

PENDAHULUAN

Saat ini, banyak orang menjadikan olahraga sebagai kebutuhan yang fundamental. Olahraga menjadi sangat penting karena terkait dengan aktivitas gerak sehari-hari. Olahraga sendiri merupakan serangkaian gerakan terencana untuk memelihara dan meningkatkan mobilitas serta memelihara dan meningkatkan kualitas hidup, bahkan bisa dimanfaatkan

menjadi *alternative* untuk kegiatan rekreasi. Tujuan utama dari olahraga adalah untuk meningkatkan kondisi fisik, seperti kekuatan, daya tahan, kelincahan, dan fleksibilitas. Selain itu, olahraga juga berkontribusi pada kesehatan jantung, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan membantu mengelola berat badan. Di

samping manfaat fisik, olahraga juga memiliki dampak positif pada kesehatan mental, seperti mengurangi stress, kecemasan, dan depresi, serta meningkatkan suasana hati dan rasa percaya diri.

Olahraga prestasi merujuk pada aktivitas fisik yang dilakukan dengan tujuan utama untuk mencapai hasil yang tinggi atau prestasi yang luar biasa dalam kompetisi atau ajang tertentu. Jenis olahraga ini seringkali melibatkan latihan yang intensif dan disiplin yang tinggi untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan atlet. Dalam olahraga prestasi, para atlet berusaha untuk mencapai performa terbaik mereka dan seringkali berkompetisi ditingkat lokal, regional, nasional, atau bahkan internasional. Dalam penelitian ini penulis akan meneliti cabang olahraga air yaitu Olahraga Dayung.

Olahraga dayung dianggap sudah lahir sejak kehidupan nenek moyang, bahkan sebelum adanya aksara atau tulisan. Oleh karena itu tidak ada yang tahu pasti negara mana yang memulai olahraga ini. Olahraga dayung secara kuno sudah diterapkan di Greenland oleh suku eskimo saat upacara berburu. Perahu yang digunakan saat itu adalah kano dan kayak.

Olahraga dayung tersebut adalah cabang olahraga yang atletnya berpacu satu sama lain dengan menggunakan perahu dan dayungan yang berlangsung diatas sungai, danau dan laut. Olahraga dayung terdiri dari

tiga cabang yaitu, *canoeing*, *rowing*, dan *traditional boat race*. Ketiga cabang olahraga dayung tersebut mempunyai induk organisasinya masing-masing, yaitu ICF (*International Canoe Federation*) untuk *canoeing*, FISA (*Federation International Des societies De Aviron* atau *The International Rowing Federation*) untuk *rowing*, dan IDBF (*International Dragon Boat Federation*) untuk *traditional boat race*. Di Indonesia sendiri ketiga cabang tersebut menginduk kepada satu organisasi, yaitu PODSI (Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia).

Sehubungan dengan penelitian ini penulis mengambil sampel pada nomor Kayak 500 Meter. Kayak merupakan nomor lomba dayung dimana pendayung menggunakan satu tungkai dengan dua dayungan kanan dan kiri yang bertujuan mencapai garis *finish* dengan secepat mungkin. Agar dapat mencapai tujuan tersebut sudah pasti harus memperhatikan beberapa faktor, yang pertama yaitu penguasaan teknik dasar dengan baik, selain itu agar dapat melakukan teknik yang baik harus didukung oleh faktor komponen fisik yang baik. peneliti menemukan beberapa permasalahan seperti : beberapa atlet melakukan dayungan yang kurang baik dalam segi teknik mendayung, hal ini mungkin ada kaitannya dengan kurang terlatihnya

teknik dasar mendayung atlet. Ketika melakukan dayungan, beberapa atlet dayungannya kurang *power* serta kaku saat mendayung, hal ini mungkin ada kaitannya dengan *power lengan*. Beberapa pemain memiliki dorongan *power* tungkai kurang tepat dan kurang bertenaga sehingga tidak maksimal pada hasil dayungan, hal ini mungkin ada kaitannya dengan kurang terlatihnya kekuatan otot tungkai atlet.

Berdasarkan pemaparan dan hasil observasi di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan mengangkat judul **Kontribusi *Power Lengan* dan *Power Tungkai* Terhadap Hasil Dayung Nomor Kayak 500 Meter**.

METODE PENELITIAN

Penelitian (Nursalam, 2015) adalah sebuah proses kegiatan mencari kebenaran terhadap suatu fenomena ataupun fakta yang terjadi dengan cara yang terstruktur dan sistematis (Nursalam, 2015). Metode penelitian atau metode ilmiah adalah prosedur langkah-langkah dalam mendapatkan pengetahuan ilmiah atau ilmu (Prof. Dr. Suryana, 2012). Jadi dapat disimpulkan bahwa metode penelitian merupakan cara atau jalan yang di tempuh seorang peneliti untuk meneliti sesuatu fenomena atau permasalahan secara sistematis, terukur dan ilmiah sehingga hasil yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan nilai-nilai kebenarannya.

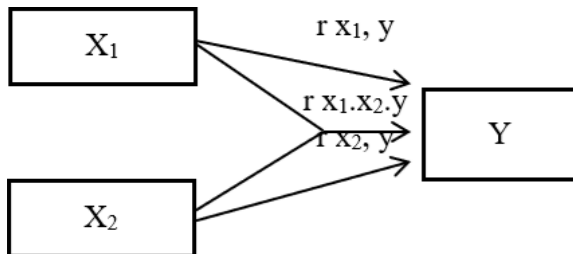
Penelitian ini adalah merupakan penelitian korelasi. Rancangan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Menurut (Muhson, 2006) Analisis korelasional adalah analisis statistik yang berusaha untuk mencari hubungan atau pengaruh antara dua buah variabel atau lebih. Lebih lanjut menurut Arikunto (2014) dalam (Nopaldi & Setiawati, 2018) penelitian korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel, dan apabila ada beberapa erat hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian korelasional adalah analisis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih.

Dalam penelitian ada yang di sebut dengan desain penelitian ini dimaksud agar proses penelitian dapat terarah dan sesuai dengan tujuan yang di terapkan. Menurut (Sekaran, 2006) dalam (Herdiyati & Syahrial, 2019). Desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian, yang membantu penelitian dalam pengumpulan dan menganalisis data.

Sedangkan desain penelitian yang dilakukan penulis adalah sebagai berikut:
(1) Variabel bebas *Power* lengan dan

power tungkai (x_1 dan x_2). (2) Variabel terikat : Hasil kecepatan dayung nomor kayak 500 meter.

Adapun desain penelitian ini dapat dilihat pada bagan di bawah ini:



Gambar 4.1 Desain penelitian

Sumber : Sukardi (2008)

Keterangan :

X_1 : *Power* Lengan

X_2 : *Power* Tungkai

Y : Hasil kecepatan dayung nomor kayak 500 meter

rx_1y : Kontribusi *Power* lengan terhadap hasil dayungan

rx_2y : Kontribusi *power* tungkai terhadap hasil dayungan

rx_1x_2y : kontribusi *power* lengan dan *power* tungkai terhadap hasil dayungan

Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Jadi yang dimaksud dengan populasi individu yang memiliki sifat yang sama walaupun persentase kesamaan itu sedikit, atau dengan kata lain seluruh individu yang akan dijadikan objek penelitian ((Junaidi & Susanti, 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet dayung PODSI Pandeglang untuk 21 orang.

Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi (Purwanza et al., 2022). Sedangkan menurut Arikunto (2013) berpendapat bahwa sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Arikunto dalam (Adnyana, 2021) mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan suatu objek di dalam penelitian yang dialami dan juga dicatat segala bentuk yang ada di lapangan.

Berhubung populasi yang cukup besar, karena keterbatasan dana, ilmu serta kemampuan peneliti, maka peneliti membatasi penggunaan sampel dalam penelitian ini. Dengan menggunakan total sampling. Sesuai dengan pendapat para ahli maka peneliti mengambil jumlah total sampel dalam penelitian ini adalah 21 orang yang terdiri dari 11 orang Atlet putra dan 10 orang Atlet putri.

Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti yaitu menggunakan pengukuran lapangan dengan menggunakan *item* tes. Peneliti mengamati secara langsung pelaksanaan tes dan pengukuran di lapangan.

Instrumen Penelitian

Pengertian Instrumen penelitian (Miftah, 2013) adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam

mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Adapun instrument yang akan peneliti gunakan adalah tes dan pengukuran yang meliputi: (1) Tes pengukuran *power* lengan yaitu dengan menggunakan item tes *power arm fulltest*. (2) Tes pengukuran *power* tungkai dengan menggunakan item *vertical jump*. (3) Tes pengukuran kecepatan mendayung kayak 500 meter

Analisis Data

Untuk mempermudah dalam melakukan analisis data yang diperoleh guna mencari jawaban dari pertanyaan penelitian maka data mentah yang telah diperoleh dianalisis dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solutions (SPSS)*, Pengolahan dilakukan setelah data hasil penelitian diperoleh. Pengolahan data dilakukan berdasarkan metode statistika agar diperoleh hasil perhitungan akhir atau kesimpulan yang benar dengan langkah-langkah sebagai berikut : **Mencari nilai rata-rata dari setiap variabel**, digunakan rumus sebagai berikut :

Rumus statistik (Triawan et al., 2019).

$$\bar{x} = \frac{\sum x^1}{n}$$

Keterangan :

$\bar{x}$ = nilai rata-rata yang dicari

$\sum$ = jumlah dari

x = skor mentah

N = Jumlah sampel

Untuk menghitung simpangan baku dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (X_1 - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

Keterangan :

S = Simpangan baku yang dicari

$\sum$ = Jumlah dari

X_1 = Nilai data mentah

N = Jumlah sampel

Menguji normalitas data menggunakan uji Shapiro Wilk

dikeranakan subjek penelitian ini <30 maka uji normalitas dengan menggunakan uji normalitas *Shapiro Wilk* (Pradina. A.L & Wahyudi. H, 2020). Sebelum dilakukan analisis korelasi, maka terlebih dahulu dilakukan perhitungan normalitas dari setiap butir tes yang bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau sebaliknya. Rumus yang digunakan yaitu dengan uji kenormalan secara non parametrik atau disebut uji *Shapiro Wilk*.

Menguji homogenitas dengan menggunakan rumus :

$$F = \frac{\text{variasi terbesar}}{\text{variasi terkecil}}$$

Terima H_0 jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$

Tolak H_0 jika $F_{hitung} > F_{tabel}$

Uji t dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{B}{SB/\sqrt{n}}$$

Keterangan rumus :

t : nilai kritis untuk menguji signifikasi beda

B : Rata-rata

SB : Simpangan baku beda

n : Jumlah responden

$t_{hitung} < t_{tabel}$: Ho diterima

$t_{hitung} > t_{tabel}$: Ho ditolak

Uji kesamaan dua rata-rata satu pihak

dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 > \mu_2$$

Hipotesis Statistik

Hipotesis statistiknya adalah:

Pendekatan statistika

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S_{gab} \sqrt{\frac{1}{n} + \frac{1}{n}}}$$

$$S_{gab} = \frac{\sqrt{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}}{n_1 + n_2 - 2}$$

Keterangan :

$\bar{X}_1$ = nilai rata-rata

$\bar{X}_2$ = nilai rata-rata

N_1 = nilai sampel

N_2 = nilai sampel

S_1 = simpangan baku

S_2 = simpangan baku

HASIL DAN PEMBAHASAN

Olahraga dayung adalah salah satu cabang olahraga dengan ketangkasan, menggunakan perahu di atas air, baik di sungai, danau maupun laut, tergantung pada jenis perlombaan dan dilakukan dengan disiplin (Musawira, 2023). Olahraga dayung dikenal sebagai salah satu olahraga yang memiliki aktivitas fisik yang paling berat. Macam dan jenis perahu sangat bervariasi, mulai dari

bentuk struktur perahu sampai ukuran yang disesuaikan dengan event yang dilombakan, yaitu meliputi Rowing, Kayak, Canadian (*canoeing*), *Dragon Boat* (perahu naga tradisional), dan *Slaloam*. Salah satu cabang olahraga yang sering dipertandingkan adalah *Canoe Polo*. (Zainuddin, 2016).

Dalam tataran dunia internasional, ketiga cabang olahraga tersebut memiliki induk organisasi internasional tersendiri, yaitu *Federation International Societes de Aviron* (FISA) untuk Rowing, *International Canoe Federation* (ICF) untuk *Canoeing*, dan *International Dragon Boat Federation* (IDBF) untuk *Traditional Boat Race*. Di Indonesia ketiga cabang olahraga dayung bernaung di bawah satu induk organisasi yaitu Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI). (Haris et al., 2022).

Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI) sebagai induk organisasi dayung di Indonesia, dalam memajukan prestasi atletnya yaitu dengan mengadakan kejuaraan antar kelompok umur dengan cara pemilihan bibit pemain dengan baik melalui organisasi olahraga dayung di daerah-daerah. Keadaan dan permasalahan olahraga dayung di Banten mengenai pelaksanaan pembinaan, pembibitan pemain, sarana dan prasarana serta prestasi atlet dayung yang merupakan hasil pembinaan belum sesuai dengan apa yang diharapkan dan salah

satu daerah tersebut adalah Kab. Pandeglang. Dengan adanya PODSI di beberapa daerah, diharapkan dapat meningkatkan pembinaan olahraga dayung terutama di Kab. Pandeglang. Sehingga prestasi olahraga dayung di Kab. Pandeglang dapat dibanggakan di Indonesia atau bahkan lebih baiknya lagi di tingkat Dunia. Setiap olahraga yang bertujuan untuk peningkatan prestasi diperlukan sarana penunjang yang meliputi faktor bakat, kesehatan gizi, organisasi, fasilitas, lingkungan dan pembinaan.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *power* lengan dan *power* tungkai terhadap hasil dayung nomor kayak 500 meter pada atlet dayung PODSI kabupaten Pandeglang. Untuk mengetahui hal tersebut maka dilakukan penelitian dengan menggunakan tes untuk variabel bebas pertama (X_1) yaitu *power* lengan dengan menggunakan tes *power arm fulltes* dan untuk variabel bebas kedua (X_2) yaitu tes *power* tungkai menggunakan tes *vertical jump* serta tes untuk variabel terikat (Y) yaitu tes kecepatan mendayung.

Dari hasil perhitungan diperoleh hasil (1) Nilai rata-rata *power* lengan sebesar 8,6254, sedangkan untuk nilai simpangan baku sebesar 1,82455. (2) Nilai rata-rata untuk *power* tungkai sebesar 41 sedangkan untuk nilai simpangan baku sebesar 11,64045. (3) Nilai rata-rata untuk kecepatan mendayung kayak

500 meter sebesar 655,9824, sedangkan untuk nilai simpangan baku sebesar , 2,65590.

Setelah diketahui nilai rata-rata dan simpangan baku dari ketiga variabel, langkah selanjutnya adalah menguji normalitas dari setiap variabel. Pengujian normalitas ini menggunakan uji normalitas .

Hasil Uji Prasyarat

Analisis data untuk menguji hipotesis memerlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggung jawabkan. Uji persyaratan analisis meliputi :

Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data menggunakan uji normalitas Shapiro wilk, hasil dari pengujian ini adalah untuk mengetahui pendekatan selanjutnya dalam menganalisis data, apakah menggunakan statistik parametrik atau non parametrik . Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 5.3 berikut ini :

Tabel. 5.3 Uji Normalitas

Variabel	Shapiro - Wilk			Ket
	Statistik	Df	sig	
Power lengan	0,966	21	0,64	Normal
Power tungkai	0,966	21	0,63	Normal
Kecepatan mendayung	0,888	21	0,021	Normal

Dari hasil perhitungan uji distribusi normal pada tabel 4.3 diperoleh harga terbesar pada masing-masing butir tes pengukuran, yaitu untuk nilai signifikansi hasil pengukuran *power* lengan sebesar 0,647 nilai signifikansi hasil pengukuran *power* tungkai sebesar 0,634 dan nilai signifikansi hasil kecepatan kayak 500 meter sebesar 0,021. Kemudian nilai-nilai tersebut penulis bandingkan dengan nilai pengambilan keputusan uji normalitas *Shapiro Wilk* yaitu jika nilai signifikansi $>0,05$ maka nilai data tersebut normal, dan jika nilai signifikansi $<0,05$ maka nilai data tersebut tidak normal. Dari hasil pengujian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa data dari variabel normal, sehingga pendekatan statistik selanjutnya menggunakan pendekatan statistik parametrik.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *independent* sampel *t test* dan Anova. Asumsi yang mendasari dalam analisis varian (Anova) adalah bahwa varian dari populasi adalah sama. Uji kesamaan dua varian digunakan

untuk menguji apakah sebaran data tersebut homogen atau tidak, yaitu dengan membandingkan kedua variannya. Dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka distribusi data adalah homogen dan sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka distribusi data adalah tidak homogen. Adapun hasil dari uji homogenitas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel. 5.4 Uji Homogenitas

Variabel	Signifikansi	Kesimpulan
Power Lengan	0,112	Homogen
Power Tungkai	0,279	Homogen

Dari hasil perhitungan uji homogenitas pada tabel 4.4 dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 *version*, diketahui nilai signifikansi *power* lengan terhadap kecepatan mendayung sebesar 0,112, dan untuk nilai signifikansi *power* tungkai terhadap kecepatan mendayung sebesar 0,270. Sesuai dengan pengambilan keputusan nilai signifikansi jika nilai signifikansi $>0,05$ maka data tersebut berdistribusi homogen. Dari hasil pengujian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa data dari variabel homogen.

Tabel. 5.5 Uji Korelasi

		<i>Person Correlation</i>	<i>Sig. (2- tailed)</i>	<i>Ket</i>
Kecepatan Mendayung	<i>Power lengan</i>	-0,151	0,513	Tdk sig.
	<i>Power tungkai</i>	-0,755	0,000	Sig.
	N	21	21	

Power lengan

Berdasarkan tabel. 5.5 Dapat dilihat bahwa hubungan korelasi *power* lengan dengan kecepatan mendayung memiliki nilai korelasi sebesar -0,150 jika di persentasekan maka didapat nilai sebesar 15% dan nilai signifikan sebesar 0,513. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa *power* lengan memiliki hubungan korelasi yang tidak signifikan, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi (0,513) lebih besar dari ($<0,05$). Sesuai dengan pengambilan keputusan nilai signifikansi korelasional jika nilai signifikansi $<0,05$ maka data tersebut berkorelasi dan jika nilai signifikansi $>0,05$ maka data tersebut tidak cukup berkorelasi.

Power tungkai

Berdasarkan tabel 5.5. Dapat dilihat bahwa hubungan korelasi *power* tungkai dengan kecepatan mendayung memiliki nilai korelasi sebesar -0,755 jika dipersentasekan maka didapat nilai sebesar 76% dan nilai signifikan sebesar 0,000. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa *power* tungkai memiliki hubungan korelasi yang signifikan, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi (0,000) lebih kecil dari ($<0,05$). Sesuai dengan pengambilan keputusan nilai signifikansi korelasional jika nilai signifikansi $<0,05$ maka data tersebut berkorelasi dan jika nilai

signifikansi $>0,05$ maka data tersebut tidak berkorelasi.

Tabel. 5.6 Uji Korelasi Berganda

Model	df	F	Sig
<i>Regression</i>	3		
<i>Residual</i>	18	12,031	0,000
Total	21		

Berdasarkan tabel.5.6, dapat dilihat bahwa nilai signifikan (0,000) lebih kecil dari ($<0,05$), hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan korelasi yang kuat antara variabel bebas yaitu *power* lengan (X_1) dan *power* tungkai (X_2) terhadap variabel terikat kecepatan mendayung (Y).

Tabel. 5.7 Uji Koefisien Determinasi

Variabel	R	persentase	Prosentasi kontribusi
<i>Power lengan</i>	0,756	100%	75,6%
<i>Power tungkai</i>			
Variabel yang tidak diteliti oleh penulis			24,4%
Total		100%	

Dari tabel. 5.7 Dapat diketahui prosentasi kontribusi *variabel* bebas dalam kecepatan mendayung pada atlet dayung nomor kayak 500 meter PODSI kabupaten Pandeglang, *power* lengan dan *power* tungkai memiliki kontribusi sebesar 75,6%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap atlet nomor kayak 500 meter PODSI kabupaten Pandeglang, dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Kontribusi *power* lengan (X_1) terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter atlet PODSI kabupaten Pandeglang mempunyai korelasi sebesar -0,151 jika di persentasekan maka didapat nilai sebesar 15,1% dan nilai signifikansi yang didapat sebesar (0,513) dengan tidak terdapatnya kontribusi yang signifikan antara *power* lengan terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter atlet PODSI kabupaten Pandeglang. (2) Kontribusi *power* tungkai (X_2) terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter atlet PODSI kabupaten Pandeglang mempunyai korelasi sebesar -0,755 jika dipersentasekan maka didapat nilai sebesar 75,6% dan nilai signifikan sebesar (0,000) dengan terdapatnya kontribusi yang signifikan antara *power* tungkai terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter atlet PODSI kabupaten Pandeglang. (3) Terdapat kontribusi yang signifikan antara *power* lengan dan *power* tungkai terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter. Kesimpulan tersebut dibuktikan dari hasil perhitungan korelasi berganda dengan nilai signifikansi (0,000) yang lebih kecil dari nilai pengambilan keputusan ($<0,05$).

Besarnya kontribusi *power* lengan dan *power* tungkai terhadap hasil kecepatan mendayung nomor kayak 500 meter atlet

PODSI kabupaten Pandeglang adalah sebesar 75,6%.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, 14(1), 103–116.
- Herdayati, S. Pd, S. Pd, and S. T. Syahrial. "Desain Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian." ISSN 2502-3632 ISSN 2356-0304 J. Online Int. Nas. Vol. 7 No. 1, Januari–Juni 2019 Univ. 17 Agustus 1945 Jakarta 53.9 (2019): 1689-1699.
- Haris, I., Nur, S., Kahar, I., Glasser, J. P., & Lengan, K. (2022). Pengaruh kekuatan lengan dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan mendayung pada atlet dayung kota palopo. 3.
- Junaidi, R., & Susanti, F. (2017). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Pegawai Pada Uptd Baltekkomdik Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat. Jurnal Manajemen Dan Informasi, 2(3), 13.
- Musawira, (2023). Hubungan Kondisi Fisik Kekuatan Otot Lengan Pada Atlet Dayung Nomor Dragom Boat Binaan KONI Aceh Besar. Banda Aceh : Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh
- Miftah, M. (2013). Model Dan Format Instrumen Preview Program Multimedia Pembelajaran Interaktif. Jurnal Teknodik, 107–116. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.12>
- Muhson, A. (2006). Teknik Analisis Kualitatif. Universitas Negeri Yogyakarta, 1–7. <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132232818/pendidikan/Analisis+Kuantitatif.pdf>
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian:

- Metodologi penelitian Skripsi. Rake Sarasin, 36.
- Nopaldi, A., & Setiawati, S. (2018). Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Warga Binaan pada Keterampilan Menjahit di Panti Sosial Karya Wanita Andam Dewi Solok. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 6(4), 400. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v1i4.101463>
- Pradina, A.L., & Wahyudi, H. (2020). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Ketepatan Shooting Bola Tangan Putra Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya, *UNESA : Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol. 08 No.02.
- Purwanza, S. W., Wardhana, A., Mufidah, A., Renggo, Y. R., Hudang, A. K., Setiawan, J., & Darwin. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi. In *Media Sains Indonesia* (Issue March).
- Sukardi. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Tindakan*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Suryana, Ms. (2012). *Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Universitas Pendidikan Indonesia, 1–243. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7>.
- Triawan, A., Abdurrahman, & Ifwandi. (2019). Kontribusi Power Otot Lengan dan Daya Tahan Otot Lengan Terhadap Kecepatan Mendayung Dragon Boat Jarak 200 Meter Pada Atlet Dayung Kota Banda Aceh Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(1), 7–13.
- Zainuddin, M. (2016). Evaluasi Penerapan Program Pembinaan DAYUNG. 1–55.