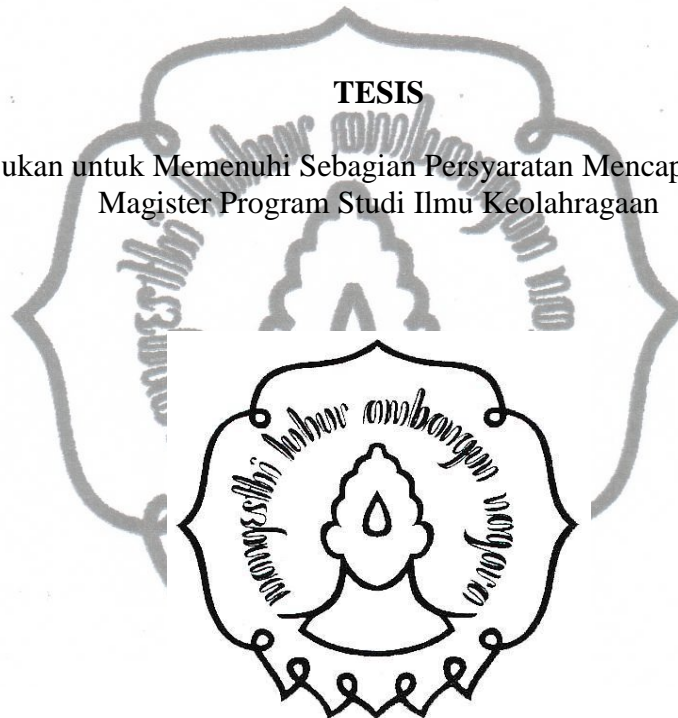


**PREDIKSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI, VOLUME OKSIGEN  
MAKSIMAL, PANJANG TUNGKAI DAN RENTANG LENGAN PADA  
HASIL BELAJAR RENANG 50 METER GAYA CRAWL**

(Studi Korelasional pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Renang SMP  
Negeri 8 Purwokerto dan Peserta Putra Klub Renang Bina Taruna Kabupaten  
Banyumas)

**TESIS**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat  
Magister Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh :

**DINA INDAH RAHMANI  
A. 121108008**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
2017**



**HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS**

**SUMBANGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI,  
VOLUME OKSIGEN MAKSIMAL, PANJANG TUNGKAI DAN  
RENTANG LENGAN PADA PRESTASI RENANG 50 METER  
GAYA CRAWL  
(Studi Korelasi pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Renang  
SMP Negeri 8 Purwokerto dan Peserta Putra Club Renang Bina Taruna  
Kabupaten Banyumas)**

**Disusun Oleh :**

**Dina Indah Rahmani**

**A121108008**

Komisi Pembimbing	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I	Prof. Dr. Sugiyanto NIP.194911081976091001		6-12-2016
Pembimbing II	Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. NIP.196511281990031001		14-12-2016

**Telah dinyatakan memenuhi syarat  
pada tanggal..... 2016**

Kepala Program Studi Ilmu Keolahragaan  
Program Pascasarjana UNS



Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.

NIP. 196511281990031001

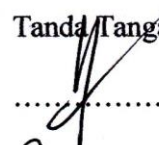



**PREDIKSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI, VOLUME OKSIGEN  
MAKSIMAL, PANJANG TUNGKAI DAN RENTANG LENGAN PADA  
HASIL BELAJAR RENANG 50 METER GAYA CRAWL**

(Studi Korelasional pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Renang SMP  
Negeri 8 Purwokerto dan Peserta Putra Klub Renang Bina Taruna Kabupaten  
Banyumas)

**Disusun oleh:**

**DINA INDAH RAHMANI  
A. 121108008**

Telah disetujui oleh Tim Penguji

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji	Prof. Dr. Kiyatno, dr., PFK., M.Or., AIFO NIP. 19480118 197603 1 002		.....
Sekretaris Penguji	Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., AIFO NIP. 19480531 197603 1 001		.....
Anggota Penguji	1. Prof. Dr. Sugiyanto NIP. 19491108 197609 1 001		.....
	2. Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. NIP. 19651128 19903 1 001		.....

**Mengetahui,**



**Prof. Dr. H. M. Furqon H., M.Pd**  
NIP. 19600727 198702 1 002

Kepala Program Studi Ilmu  
Keolahragaan



**Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.**  
NIP. 19651128 199003 1 001

## PERNYATAAN KEASLIAN DAN PERSYARATAN PUBLIKASI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Tesis yang berjudul: “Prediksi Kekuatan Otot Tungkai, Volume Oksigen Maksimal, Panjang Tungkai dan Rentang Lengan pada Prestasi Renang 50 Meter Gaya *Crawl* Perenang Putra SMP (Studi Korelasi pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Renang SMP Negeri 8 Purwokerto dan Peserta Putra Klub Renang Bina Taruna Kabupaten Banyumas)” ini adalah karya penelitian saya sendiri dan tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik serta tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang tertulis dengan acuan yang disebutkan sumbernya, baik dalam naskah karangan dan daftar pustaka. Apabila ternyata di dalam naskah tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiarasi, maka saya bersedia menerima sanksi, baik tesis beserta gelar magister saya dibatalkan serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.
2. Publikasi sebagian atau keseluruhan isi tesis pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim promotor sebagai *author* dan PPs-UNS sebagai institusinya. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi ini, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Purwokerto, Desember 2016

Mahasiswa,  


Dina Indah Rahmani

A. 121108008

## MOTTO

**“Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya”.**

**(Q.S. At Taubah: 122)**

**“Selalu lakukan kebaikan dengan cara yang terbaik, karena dengan cara tersebut akan tercipta kehidupan yang nyaman dan damai”.**

**(Penulis)**

## PERSEMBAHAN

Karya tulis ini dipersembahkan kepada:

- ❖ Bapak dan Ibu penulis (Alm. H. Poedjadi dan Hj. Sobarijah) yang telah mendidik dengan penuh kesederhanaan, kasih sayang dengan toleransi dan kesabaran atas semua do'a serta pengorbanan tiada batasnya yang senantiasa beliau berikan kepada penulis.
- ❖ Alm. Yanuar Arifin atas segala pengertian, bimbingan dan arahnya dengan penuh kesabaran dan kasih sayang.
- ❖ Suami penulis (Adi Risdiyanto) yang selalu memberikan dukungan dengan tulus dan penuh kesabaran dalam menunggu proses studi ini dan selalu memberikan semangat dengan penuh kesetiaan.
- ❖ Anak-anak penulis (Arkhan dan Rayyan) yang selalu memberikan kehangatan, motivasi dengan segala canda tawanya, membuat hidupku lebih indah.
- ❖ Kakak-kakak penulis (Sjaiful, Ratna, Ening, dan Umi) yang selalu memberikan dukungan dengan tulus dan penuh kesabaran dalam menunggu proses studi ini dan selalu memberikan semangat dengan penuh kesetiaan.
- ❖ Saudara-saudara mahasiswa Pascasarjana Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Sebelas Maret yang telah bersama-sama berbagi suka dan duka selama kuliah.

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan karunia Allah Yang Maha Kuasa. Karena berkat Rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul “Prediksi Kekuatan Otot Tungkai, Volume Oksigen Maksimal, Panjang Tungkai dan Rentang Lengan pada Hasil Belajar Renang 50 Meter Gaya *Crawl* (Studi Korelasional pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Renang SMP Negeri 8 Purwokerto dan Peserta Putra Klub Renang Bina Taruna Kabupaten Banyumas)”.

Pada kesempatan ini, penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ravik Karsidi, M.S., selaku Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan di Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Prof. Dr. H. M. Furqon H., M.Pd., selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam rangka memenuhi tugas akhir.
3. Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd., selaku Kepala Program Studi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Sebelas Maret, sekaligus selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan, serta bimbingan dalam penyusunan tesis.
4. Prof. Dr. Sugiyanto, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan, serta bimbingan dalam penyusunan tesis.
5. Drs. Anggoro Tri Mulyarto, M.Pd., selaku Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Purwokerto yang memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Guru Olahraga Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Purwokerto yang membantu penulis untuk melakukan penelitian.

7. Pelatih klub renang Bina Taruna Kabupaten Banyumas yang memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
8. Semua pihak yang banyak membantu dalam penyelesaian tesis ini dan tidak dapat penulis paparkan satu persatu.

Perhatian dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis akan diberikan balasan yang setimpal oleh Allah Yang Maha Kuasa serta menjadi amal dan kemuliaan bagi kita semua. Amin

Purwokerto, 24 Januari 2017

Dina Indah Rahmani

