

## ABSTRAK

### PENGARUH GAYA STRADLE TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN DWI HURIGI PADA BELADIRI TAEKWONDO ATLET TAEKWONDO HARPER KING SCHOOL LAMPUNG

Oleh

**Ziko Fajar Ramadhan**

Masalah dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *gaya straddle* terhadap peningkatan *kecepatan* tendangan dwi hurigi pada atlet taekwondo harper king school lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen (*true experiment*), sedangkan desain penelitian yang digunakan yakni *pre test-post test control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah atlet taekwondo harper king school lampung dengan sampel yang digunakan keseluruhan jumlah populasi sebanyak 24 atlet dari total sampel sehingga penelitian ini disebut penelitian populasi yang dibagi menjadi 2 kelompok. Teknik pengambilan data untuk kecepatan tendangan dwi hurigi ini menggunakan waktu (stop watch)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari latihan gaya straddle terhadap peningkatan kecepatan tendangan dwi hurigi sebesar 1,04667 sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan peningkatan kecepatan tendangan dwi hurigi kelompok kontrol sebesar 0,2225 pada atlet taekwondo harper king school lampung, di lihat dari perhitungan yang menunjukkan  $t_{hitung} > t_{tabel}$ .

Kesimpulan dari penelitian ini adalah latihan gaya straddle memberikan pengaruh yang signifikan sedangkan kelompok kontrol tidak memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kecepatan tendangan dwi hurigi.

**Kata Kunci** : Pengaruh latihan gaya straddle, *kecepatan* tendangan dwi hurigi .