

ABSTRAK

HUBUNGAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN *DEOL CHAGI* PADA ATLET NEGERI TAEKWONDO CLUB

Oleh

JENI RAHMAWATI

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan langsung yang terjadi di antara variabel-variabel penelitian. Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif korelasional. Di dalam penelitian ini sample yang peneliti gunakan adalah seluruh dari jumlah populasi, yaitu 30 atlet negeri taekwondo club. Instrumen yang digunakan, *power* otot tungki (*standing broad jump*), keseimbangan (*bass test*), kecepatan tendangan *deol chagi* (analisis kinovea). Hipotesis penelitian 1). Diduga ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. 2). Diduga ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. 3). Diduga ada hubungan langsung yang signifikan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. Hasil penelitian 1). Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. 2). Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. 3). Terdapat hubungan langsung yang signifikan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan *deol chagi* pada atlet negeri taekwondo club. Dengan demikian dari penelitian ini yaitu kecepatan tendangan *deol chagi* dipengaruhi oleh hubungan sinergis antara *power* otot tungkai dan keseimbangan tubuh.

Kata kunci : taekwondo, *power* otot tungkai, keseimbangan, kecepatan, *deol chagi*.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEG MUSCLE POWER AND BALANCE ON THE SPEED OF DEOL CHAGI KICK IN ATHLETES OF NEGERI TAEKWONDO CLUB

By

JENI RAHMAWATI

This study aims to reveal the direct relationship that occurs between the research variables. The research method that will be used in this study is a descriptive correlational research method. In this study, the sample used by the researcher is the entire population, namely 30 taekwondo club athletes. The instruments used are leg muscle power (standing broad jump), balance (bass test), deol chagi kick speed (kinevea analysis). Research hypothesis 1). It is suspected that there is a significant relationship between leg muscle power and deol chagi kick speed in taekwondo club athletes. 2). It is suspected that there is a significant relationship between balance and deol chagi kick speed in taekwondo club athletes. 3). It is suspected that there is a significant direct relationship between leg muscle power and balance and deol chagi kick speed in taekwondo club athletes. 1). It is suspected that there is a significant relationship between leg muscle power and the speed of the deol chagi kick in taekwondo club athletes. 2). It is suspected that there is a significant relationship between balance and the speed of the deol chagi kick in taekwondo club athletes. 3). It is suspected that there is a significant direct relationship between leg muscle power and balance and the speed of the deol chagi kick in taekwondo club athletes. Thus, from this study, the speed of the deol chagi kick is influenced by the synergistic relationship between leg muscle power and body balance.

Keywords: taekwondo, leg muscle power, balance, speed, deol chagi.