# ABSTRAK

## Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Tendangan *Dollyo Chagi* (Studi Korelasi Pada Atlet Taekwondo *Dojang* Pos Kota Padang)

**Oleh: Prasetya Deharza Venolla**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet taekwondo *dojang* Pos Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelenturan terhadap kemampuan tendangan *dolly ochagi* atlet taek wondo *dojang* Pos Kota Padang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Popolasi penelitian adalah atlet taekwondo *dojang* Pos Kota Padang yang berjumlah 121 orang (71 orang atlet putera dan 50 orang atlet puteri). Sampel penelitian adalah atlet putera usia diatas 15 tahun yang berjumlah 15 orang dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan intrumen *vertical jump test*. Untuk mengukur kelentukan digunakan instrumen*flexiometer test*. Untuk mengukur tendangan *dollyo chagi* digunakan instrument PSS (*Protect Sensor System*). Teknik analisa data menggunakanteknik analisis korelasi sederhana dan ganda dengan menggunakan bantuan program SPSS16.0.

Hasil Penelitian yakni; (1) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai sebesar 52% terhadap kemampuan tendangan *dollyo chagi*atlet taekwondo *dojang* pos Kota Padang. (2) Terdapat kontribusi kelentukan sebesar 28% terhadap kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet taekwondo *dojang* pos Kota Padang. (3) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelentuka secara bersama-sama sebesar 60% terhadap kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet taekwondo *dojang* pos Kota Padang.