

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DENGAN  
KEMAMPUAN *YEOP CHAGI* PADA ATLET PUSAT  
PENDIDIKAN LATIHAN PELAJAR  
SUMATERA BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana*



**Oleh**

**MUTIARA DENANTI**

**NIM. 19086489**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan  
*Yeop Chagi* pada Atlet Pusat Pendidikan Latihan Pelajar  
Sumatera Barat

Nama : Mutiara Denanti

Nim : 19086489

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2023

Disetujui Oleh

Ketua Departemen  
Pendidikan Olahraga



Sepriadi, S.Si, M.Pd  
NIP. 198909012014041002

Pembimbing



Drs. Suwirman, M.Pd  
NIP. 196111191986021001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Mutiara Denanti

NIM : 19086489

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
dengan judul

**Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan *Yeop Chagi* pada Atlet Pusat  
Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat**

Padang, Agustus 2023

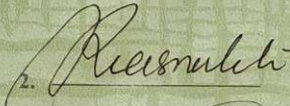
**Tim Penguji**

**Tanda Tangan**

Ketua : Drs. Suwirman, M.Pd

1. 

Anggota : Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd, AIFO-FIT

2. 

Anggota : Frizki Amra, S.Pd, M.Pd

3. 



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan *Yeop Chagi* pada Atlet Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat” adalah hasil karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2023  
Yang Membuat Pernyataan



Mutiara Denanti  
Nim. 19086489

## ABSTRAK

### **Mutiara Denanti. 2023. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan *Yeop Chagi* Pada Atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tendangan *yeop chagi* atlet yang mengakibatkan *impact* pada tendangan yang diberikan tidak Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *yeop chagi* pada atlet putra maupun putri Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.

Jenis Penelitian ini adalah penelitian korelasional yang memiliki populasi berjumlah 32 atlet dengan sampel 30 atlet yang terdiri dari 18 atlet atlet putra dan 12 atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar. Metode pengumpulan data menggunakan tes dan instrumen tes standing board jump dan dengan *Protector Sensor System (PSS)*. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program *Microsoft Excel 2016*.

Berdasarkan analisis diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *yeop chagi* pada atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar yang didapatkan yaitu  $r_{hit}$  (0,978) dengan ketentuan  $r_{tab}$  (0,497) dan terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *yeop chagi* pada atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar yang didapatkan yaitu  $r_{hit}$  (0,965) dengan ketentuan  $r_{tab}$  (0,632).

**Kata kunci:** Hubungan, Daya Ledak Otot Tungkai, *Yeop Chagi*, Taekwondo.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan *Yeop Chagi* pada Atlet Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan, bimbingan dan arahan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis dengan tulus dan ikhlas menyampaikan rasa hormat dan terima kasih pada pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, Terutama kepada :

1. Kepada kedua orang tua, kakak, dan adik yang sangat saya cintai, yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepada saya.
2. Kepada Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Kepada Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.pd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
4. Kepada Drs. Suwirman, M.Pd, selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd, AIFO-FIT dan Frizki Amra, S.Pd, M.Pd, selaku Tim penguji yang dapat memberikan masukan, kritikan, dan saran yang bermanfaat untuk kelanjutan penelitian dan menyelesaikan skripsi ini
6. Kepada seluruh Staff Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.

7. *Sabeum nim* Budi Ilyas dan *Sabeum nim* Yusra yang telah meluangkan waktunya untuk pengambilan data penelitian ini.
8. Kepada Keristin Oktavia Zalukhu, Luthfi Fayiz Amara Army, M. Fajri Husaini, dan seluruh rekan seperjuangan telah membantu dan memberikan motivasi yang tak ternilai kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

Semoga bimbingan, bantuan dan arahan yang telah di berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda di sisi Allah SWT, Amin. Dalam penyusun skripsi ini peneliti telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, hal itu di sebabkan oleh keterbatasan penulis sendiri. Untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan penelitian selanjutnya.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat berserah diri, semoga penulisan ini dapat di terima sebagai amalan yang mendapatkan ridho-Nya serta berguna bagi pembaca, Amin yaa rabbal 'alamin.

Padang, Agustus 2023



Penulis

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN</b> .....	9
A. Taekwondo.....	9
B. Teknik Dasar Tendangan Taekwondo.....	10
C. Struktur Dasar Gerak Tendangan Yeop Chagi.....	17
D. Daya Ledak Otot Tungkai.....	20
E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Daya Ledak Otot Tungkai.....	22
F. Peranan Daya Ledak Otot Tungkai.....	23
G. Kerangka Konseptual.....	23
H. Hipotesis Penelitian.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	25
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Definisi Operasional.....	25



C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
E. Jenis dan Sumber Data.....	27
F. Instrumen Penelitian.....	27
G. Teknik Pengumpulan Data.....	30
H. Teknik Analisis Data.....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
A. Deskripsi Data.....	34
B. Analisis Data.....	40
C. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	42
D. Pembahasan.....	44
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>46</b>
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>52</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Ap Chagi</i> .....	11
Gambar 2. <i>Eolgol Dollyo Chagi</i> .....	12
Gambar 3. <i>Naeryo Chagi</i> .....	12
Gambar 4. <i>Yeop Chagi</i> .....	13
Gambar 5. <i>Dwi Chagi</i> .....	14
Gambar 6. <i>Dwi Huryeo Chagi</i> .....	15
Gambar 7. <i>Nare Chagi</i> .....	16
Gambar 8. <i>Dolge Chagi</i> .....	17
Gambar 9. Teknik tendangan <i>yeop chagi</i> .....	18
Gambar 10. Struktur otot tungkai.....	21
Gambar 11. Kerangka Konseptual.....	24
Gambar 12. Histogram grafik distribusi frekuensi daya ledak otot tungkai atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	35
Gambar 13. Histogram grafik distribusi frekuensi daya ledak otot tungkai atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	37
Gambar 14. Histogram grafik distribusi frekuensi kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	38
Gambar 15. Histogram grafik distribusi frekuensi kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	40

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi frekuensi hasil data daya ledak otot tungkai atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	35
Tabel 2. Distribusi frekuensi hasil data daya ledak otot tungkai atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	36
Tabel 3. Disitribusi frekuensi hasil data kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	37
Tabel 4. Disitribusi frekuensi hasil data kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	39
Tabel 5. Hasil uji normalitas data atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	41
Tabel 6. Hasil uji normalitas data atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	41
Tabel 7. Korelasi daya ledak otot tungkai dengan kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putra Taekwondo PPLP Sumbar.....	42
Tabel 8. Korelasi daya ledak otot tungkai dengan kemampuan <i>yeop chagi</i> atlet putri Taekwondo PPLP Sumbar.....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Populasi atlet pada Taekwondo PPLP Sumatera Barat.....	52
Lampiran 2. Data Mentah Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai (X) dan Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> pada Atlet Putra Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	53
Lampiran 3. Data Mentah Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai (X) dan Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> pada Atlet Putri Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	54
Lampiran 4. Hasil Pengujian Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Putra Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	55
Lampiran 5. Hasil Pengujian Normalitas Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> Atlet Putra Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	56
Lampiran 6. Hasil Pengujian Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Putri Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	56
Lampiran 7. Hasil Pengujian Normalitas Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> Atlet Putri Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	57
Lampiran 8. Analisis Hubungan antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> Atlet Putra Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	58
Lampiran 9. Analisis Hubungan antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan <i>Yeop Chagi</i> Atlet Putri Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.....	59
Lampiran 10. Tabel Luas Kurva Normal (LKN) Standar.....	60
Lampiran 11. Daftar Nilai Kritis L untuk Uji Liliefors.....	61
Lampiran 12. Tabel Nilai Kritis untuk Korelasi r Product Moment.....	62
Lampiran 13. Nilai Persentil untuk Distribusi t.....	63

Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	64
Lampiran 15. Surat Balasan Penelitian.....	66
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian.....	68





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Taekwondo merupakan salah satu jenis olahraga yang berasal dari Korea dan juga olahraga yang paling populer sejak dipertandingkan pada Olympics pada tahun 2000 (Guyeol, 2023 : 1). Menurut Rarasti dkk (2019 : 101) dalam bela diri Taekwondo yang sering dipertandingkan adalah kategori *Poomsae* dan *Kyorugi*. Hal ini sejalan dengan pengamatan peneliti selama mengikuti kegiatan Taekwondo bahwa dalam kejuaraan atau *event* yang sering dipertandingkan Taekwondo ialah *Poomsae* dan *Kyorugi*.

Ada tiga materi terpenting menurut Arief (2021 : 1-2) dalam berlatih Taekwondo yaitu *Poomsae* (jurus), *Kyorugi* (bertarung) dan *Kyukpa* (pemecahan). Beladiri Taekwondo membutuhkan teknik yang baik dalam setiap jenisnya, *Poomsae* lebih mempelajari gerakan jurus - jurus Taekwondo. Sedangkan *Kyorugi* mempelajari gerakan Taekwondo untuk menumbangkan lawan. Lalu *Kyukpa* mempelajari teknik pemecahan terhadap benda keras untuk mengukur kemampuan dan ketepatan tekniknya.

Pada umumnya, teknik dasar atau gerakan dasar Taekwondo hampir mirip dengan olahraga beladiri lainnya yaitu tendangan, pukulan dan tangkisan. Sesuai dengan pemaparan Kyong Myong Lee (2016 : 62) bahwa pukulan, tangkisan, tendangan, dan penghindaran adalah metode dasar yang digunakan dalam menyerang dan bertahan pada gerakan Taekwondo. Pada pertandingan *kyorugi*,

tendangan merupakan komponen paling penting dalam Taekwondo. Menurut Savoie (2022 : 43) Beberapa tendangan yang paling umum dalam Taekwondo yaitu *dollyo chagi, ap chagi, yeop chagi, deol chagi, dwi hurigi, dan dwi chagi*.

Salah satu tendangan yang populer digunakan saat pertandingan Taekwondo ialah *yeop chagi*. Menurut Mansur (2015 : 4-5) *yeop chagi* mempunyai keunggulan untuk memberikan serangan mengenai sasaran kepala dan badan, serta melindungi diri dari serangan lawan. *Yeop chagi* adalah teknik tendangan dengan posisi bertumpu pada satu kaki dan kaki lainnya diangkat minimal setinggi pinggang ke samping kanan atau kiri, posisi badan menjauh dari titik berat badan yang akan menjauhkan diri dari serangan lawan. Menurut Wasik (2015 : 42) memaparkan kaki yang lebih dekat dengan sasaran lawan akan memungkinkan tendangan lebih cepat dan lebih tepat sesuai sasaran yang diinginkan.

Mengutip dalam (World Taekwondo Federation Competition Rules & Interpretation, 2023) tentang *valid points* yaitu :

*“one (1) point awarded for every one “Gam-jeom” given to the opponent contestan”.*

Berdasarkan kutipan tersebut, peneliti menerjemahkan bahwa satu poin akan diberikan kepada penendang bila lawan diberikan “*Gam-jeom*” atau pinalti. Yang termasuk dalam “*Gam-jeom*” menurut (World Taekwondo Federation Competition Rules & Interpretation, 2023) pada *prohibited acts* yaitu :

*“The following acts shall be classified as prohibited acts, and “Gam-jeom” shall be declared. Crossing the Boundary Line, Falling down, Avoiding or delaying the match, Grabbing or pushing the opponent”.*

Maka dari itu, dengan tendangan *yeop chagi* berguna untuk mendorong lawan agar keluar dari arena pertandingan “*crossing the boundary line*” atau menjatuhkan

lawan “*falling down*” sehingga memberikan *gam jeom* atau pinalti yang menyebabkan potongan nilai satu bagi lawan dan keuntungan penambahan nilai satu bagi penendang.

Mengamati peraturan pertandingan *kyorugi* dalam *duration of contest* (World Taekwondo Federation Competition Rules & Interpretation, 2023) yaitu :

*“The duration of each round may be adjusted to 1 minute x 3 rounds, 1 minute 30 seconds x 3 rounds, 2 minutes x 2 rounds or 5 minute x 1 round (with 1 time out for 30 seconds to each contestant) upon the decision of the Technical Delegate for the pertinent championships”.*

Pada kutipan tersebut mengatakan bahwa dalam satu pertandingan dapat diatur dalam waktu 1 menit per 3 babak, 1 menit 30 detik per 3 babak, 2 menit per 2 babak, atau 5 menit untuk 1 babak tergantung dari peraturan teknis di setiap tempat pertandingannya. Dalam hal ini, melalui pengamatan peneliti saat mengikuti pertandingan *kyorugi* Taekwondo biasanya pertandingan dibutuhkan 2 menit dalam 1 babak. Oleh karena itu seorang atlet harus dapat melancarkan serangan dengan kuat dan cepat serta tepat sasaran kearah badan ataupun kepala agar poin tendangan yg masuk efektif selama pertandingan yang berlangsung. Maka dari itu seorang atlet membutuhkan daya ledak otot tungkai yang baik.

Pada penelitian ini, peneliti akan merencanakan penelitian pada Atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) Sumatera Barat. Berdasarkan informasi yang peneliti ambil dari pelatih Budi Ilyas pada hari Minggu 14 Mei 2023 di dojang Koto Tengah, *sabeum nim* Budi Ilyas menyarankan untuk mengambil penelitian di Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat yang berlokasi di Jalan By Pass Sungai Sapih, Kuranji, Kota Padang. Taekwondo Pusat Pendidikan

Latihan Pelajar Sumatera Barat memiliki pelatih sekaligus Pengurus Provinsi yang bernama Budi Ilyas dan Yusra. Menurut *sabeum nim* Yusra, awal mula Taekwondo diadakan di Pusat Pendidikan Latihan Pelajar pada tahun 2010 hingga sekarang dengan jadwal latihan atlet Taekwondo PPLP Sumbar yaitu setiap hari pukul 15.00-18.00 di dalam gedung utama PPLP Sumbar. Telah banyak prestasi yang tercatat dari atlet Taekwondo PPLP Sumbar, salah satunya yaitu pernah menjadi peringkat ke-3 dalam Kejurnas Taekwondo antar PPLP Se-Indonesia Tahun 2013.

Berdasarkan hasil observasi serta pengamatan peneliti pada hari Senin 15 Mei 2023 pukul 15.00 di gedung utama PPLP Sumbar. Pada saat atlet Taekwondo PPLP Sumbar sedang berlatih, atlet melakukan tendangan *yeop chagi* dengan gerakan tendangan yang tidak akurat dalam mengenai sasaran. Hal ini dibuktikan saat atlet tersebut melakukan *yeop chagi* dalam mengenai *target* tidak tepat sasaran ke tengah sehingga menghambat keluarnya *impact* dari tendangan *yeop chagi*. Tendangan *yeop chagi* atlet juga menurun kekuatannya dilihat pada saat atlet menendang *yeop chagi* ke arah *target* dengan hasil tendangan yang *impact*-nya tidak sampai mendorong target dengan kuat. Serta atlet tidak dapat mengontrol kekuatan maupun kecepatan dengan baik. Hal ini tidak sesuai dengan pemaparan Wasik (2015 : 42) memaparkan kaki yang lebih dekat dengan sasaran lawan akan memungkinkan tendangan lebih cepat dan lebih tepat sesuai sasaran yang diinginkan. Padahal tendangan *yeop chagi* ini sangat tinggi poinnya pada saat di pertandingan bila terkena tepat sasaran dan berdampak besar terhadap lawan jika mengenai bagian *eolgul* atau bagian atas (kepala), serta tendangan ini dapat menjatuhkan lawan yang akan menambah nilai plus poin yang akan didapatkan sesuai dalam (World



Taekwondo Federation Competition Rules & Interpretation, 2023) tentang *valid points* dan *prohibited acts*. Dengan hasil tendangan *yeop chagi* yang tidak sempurna, atlet akan menyalakan kesempatan dalam mencuri poin yang memicu kekalahan dan terhambatnya prestasi yang diperoleh saat ajang pertandingan atau event kejuaraan. Hal ini dikarenakan banyak faktor seperti penurunan kondisi fisik yang dialami atlet, kemampuan teknik *yeop chagi* yang tidak sempurna, dan dari segi taktik saat menendang *yeop chagi* dengan jarak kurang diperhatikan. Adapun permasalahan yang menjadi pusat perhatian peneliti adalah segi kondisi fisik yang salah satunya daya ledak otot tungkai atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat yang mengakibatkan penurunan kualitas tendangan sehingga mempengaruhi penampilan atlet dalam bertanding.

Jika hal ini terus dibiarkan, maka ditakutkan akan menimbulkan permasalahan baru dalam kemampuan tendangan atlet. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengambil data secara ilmiah daya ledak otot tungkai dan kemampuan *yeop chagi* pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat. Perlunya penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah antisipatif bagi peningkatan prestasi atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat ke depan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan diantaranya yaitu :

1. Atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat mengalami penurunan kondisi fisik.
2. Atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat melakukan teknik tendangan *yeop chagi* yang kurang sempurna.
3. Atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat tidak menerapkan taktik yang baik dalam melakukan tendangan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah ini bertujuan untuk membatasi pembahasan di luar penelitian yang akan dilakukan peneliti. Mengingat adanya permasalahan yang mendasar, serta pembahasan tidak menyebar luas, maka peneliti hanya akan meneliti besaran daya ledak otot tungkai, kemampuan *yeop chagi*, hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *yeop chagi* atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.

### **D. Rumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Seberapa besar nilai daya ledak otot tungkai pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat?
2. Seberapa besar nilai kemampuan tendangan *yeop chagi* pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat?
3. Adakah hubungan terhadap daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan *yeop chagi* pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat?

### **E. Tujuan Penelitian**

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, maka yang menjadi tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa besar nilai daya ledak otot tungkai pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.
2. Untuk mengetahui besaran nilai kemampuan tendangan *yeop chagi* pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.
3. Untuk mengetahui seberapa besar tingkatan hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan *yeop chagi* pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.

### **F. Manfaat Penelitian**

Pada dasarnya setiap penelitian ilmiah diharapkan mempunyai kegunaan baik pada pengembangan ilmu pengetahuan dibidang olahraga. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat :

1. Menjadi bahan informasi kepada pelatih tentang kondisi fisik yang harus diperhatikan terutama pada atlet Taekwondo Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Barat.
2. Agar setiap atlet yang berada di dojang maupun kegiatan Taekwondo dapat mengetahui yang ada pada dirinya guna memperbaiki gerakan tendangan saat latihan.
3. Agar pembina dan pelatih dapat mengembangkan potensi prestasi yang akan didapatkan dari atlet selama mengikuti kegiatan Taekwondo.

4. Menjadi bahan informasi dan masukan bagi peneliti dalam pengembangan ilmu keolahragaan maupun pendidikan keolahragaan yang telah diperoleh selama perkuliahan.
5. Menjadi bahan bacaan untuk umum dan diharapkan bisa menjadi bahan acuan untuk peneliti yang lain dalam mengembangkan ilmu keolahragannya pada penelitian khususnya cabang olahraga Taekwondo.