

ABSTRAK

Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Tendangan *Dollyo Chagi* Atlet Taekwondo Padang Pariaman

OLEH : Ria Sartika

Dalam penelitian ini terdapat penyebab masalah yaitu daya tahan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan atlet taekwondo Padang Pariaman belum secara maksimal terlatih, itu terlihat pada saat para atlet mengikuti pertandingan dan uji coba peragaan teknik, terlihat kurang cepatnya teknik tendangan *dollyo chagi* yang dilepaskan kelawan mengakibatkan tendangan *dollyo chagi* tersebut kurang bertenaga sehingga tendangan yang dilontarkan tidak menghasilkan point dan juga gerakan dalam melakukan tendangan tersebut masih terlihat kaku. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet taekwondo Kabupaten Padang Pariaman.

Penelitian ini bersifat Korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar sumbangan variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu sampel diambil atlet putra saja. Pengumpulan datanya dengan menggunakan tes squart jump untuk daya tahan kekuatan otot tungkai, tes stork stand untuk keseimbangan dan tes melakukan tendangan *dollyo chagi* yang menggunakan target atau sasaran dan diberi waktu selama 60 detik dilaksanakan ditempat latihan Tae Kwon Do.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel daya tahan kekuatan otot tungkai memberikan kontribusi sebesar 49.98%, variabel keseimbangan memberikan kontribusi sebesar 27.46%, terdapat hubungan yang signifikan daya tahan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet Tae Kwon Do Padang Pariaman yang diperoleh $R_{hitung} = 0,761$ yang diperoleh $F_{hitung} = 8,26 > F_{tabel} = 3,88$. Dan kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan tendangan *dollyo chagi* atlet Tae kwon Do Padang Pariaman sebesar 57,91%.