

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN  
TERHADAP TENDANGAN CANGKUL (NAERYO CHAGI) ATLET  
TAEKWONDO POLRESTA PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai salah satu persyaratan Guna memperoleh  
Gelara Sarjana Pendidikan*



**Oleh :  
MUHAMMAD KASMADI HASAN  
NIM 78526**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI  
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

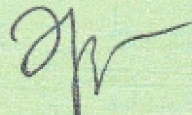
**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN  
TERHADAP TENDANGAN CANGKUL ( *NAERYO CHAGI* ) ATLET  
TAEKWONDO POLRESTA PADANG**

Nama : Muhammad Kasmadi Hasan  
Bp/Nim : 2006/78526  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Keolahragaan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2012

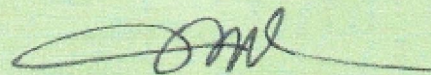
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



**Drs. Hendri Neldi M.Kes AIFO**  
NIP.196205201987031002

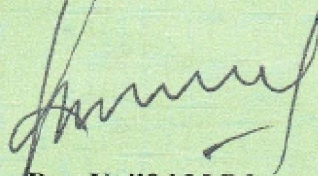
Pembimbing II



**Dr. H. Syahrial B. M.Pd**  
NIP. 19621012121986021002

Mengetahui :

**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs. Yulifri M.Pd**  
NIP. 195907051985031002

## HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

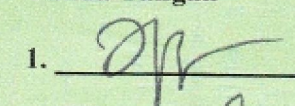
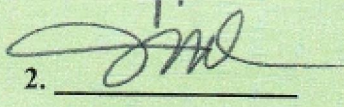

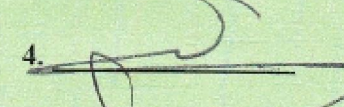
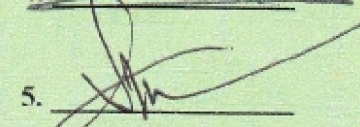
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

### HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN TERHADAP TENDANGAN CANGKUL (*NAERYO CHAGI*) ATLET TAEKWONDO POLRESTA PADANG

Nama : Muhammad Kasmadi Hasan  
NIM : 78526  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 10 Juli 2012

Tim Penguji

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	: Drs. Hendri Neldi M.Kes AIFO	1. 
2. Sekretaris	: Dr. H. Syahril B. M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Nirwandi M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Zalfendi M.Kes	4. 
5. Anggota	: Drs. Ali Asmi M.Pd	5. 

*Kata Persembahan.....*

*Rasulullah SAW bersabda :*

*"Kelebihan orang yang berilmu atas ahli ibadah seperti kelebihan rembulan pada bulan purnama atas seluruh bintang gemintang. Sesungguhnya orang-orang yang berilmu itu adalah para pewaris nabi, mereka (para nabi) tidak mewariskan dinar dan dirham, melainkan hanya mewariskan ilmu. Barang siapa mengambil ilmu itu, berarti ia telah mengambil barang yang banyak (HR. Ibnu Majah dan Hibban)*

*"Ilmu pengetahuan adalah kawan diwaktu sendirian, sahabat diwaktu sunyi, Petunjuk jalan kepada agama, pendorong ketabahan disaat dalam kekarangan dan kesusahan"*

*Ya Allah Ya Rabbi  
Ayahanda yang mulia,*

*Ibunda yang terencana atas doa,  
Air mata dan peluh perjuangannya*

*Telah membawaku memasuki gerbang kesuksesan  
Dari rasa khawatir hingga rasa yakin  
Aku mencoba bertahan atas nama ceritaku  
Aku selalu yakin .... Dengan dukungannya  
Selalu... dan selalu ingin kuceritakan semua  
Tapi aku selalu kehabisan kata-kata*

*Mungkin hanya inilah yang mampu kuaktikan kepadamu  
Bahwa aku tak pernah lupa pada perjuangannya  
Bahwa aku tak pernah lupa pada semangat dukungannya  
Bahwa aku tak pernah lupa pada semangatnya... dan selamanya.*

*Kuhadiahkan sedikit kebahagiaan kepada yang tersayang Ayahanda Hasan Basri dan Ibunda Markim serta yang terkasih kakanda Syaiful Hasan, Hani Han, Endryani Hasan dan Efri Endryadi Hasan yang telah banyak memberi dorongan semangat dan dukungan dalam mencapai cita-cita, serta keluarga sanak dan family.*

*Terima kasih juga yang tak terhingga atas segala bantuan kepada Dekan Fik bapak Arsil, Staf Dosen, Ketua Jurusan Bapak Yulifri, Pak Hendri Neldi selaku pembimbing, Pak Syahril, Pak Madri, Pak Nirwandi, Pak Ali Asmi, Pak Zalfendi dan Bapak lainnya dikampus. Dojang Polresta Padang, Para pelatih khususnya (Sabam nim) Hanes Martius, (Sabam nim) Anton, (Sabam nim) Efri, (Sabam nim) Mathias, (Sabam nim) Hendrianto Dan rekan-rekan seperjuangan di Dojang Polresta Padang.*

*Dan tidak lupa juga My best friend Dan Penjas Angkatan 2006 Angga, pak Jon, Fundi, Tulus, Hendra Cik gini, Ando, Aidil, Billy, Wito, Dedi, Johan dani, Alex, Dede, Ade botak, Roni, Fera Dan Semoga*

*kesuksesan selalu menyertai kalian.*

*Amin..... By: Kasmadi*

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2012  
Yang menyatakan,

**Muhammad Kasmadi Hasan**

## ABSTRAK

**Muhammad kasmadi hasan (2012)** :Hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap tendangan cangkul ( *naeryo chagi* ) atlet tae kwon do polresta padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah atlet taekwondo di Dojang Polresta Padang khususnya bagi atlet putra dalam berlatih dan uji coba bertanding masih ditemukan hasil tendangan cangkul (*naeryo chagi*) kurang efektif, dimana setiap melakukan tendangan *naeryo chagi* belum sepenuhnya diiringi secara bersama antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengungkap Hubungan secara bersama antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan dengan kemampuan tendangan cangkul (*naeryo chagi*) pada cabang olahraga beladiri Tae kwon do.

Sample dalam penelitian ini adalah atlet dojang polresta padang yang berjumlah 15 orang. Teknik penarikan sample ini adalah teknik total sampling yakni semua sample diperlukan. penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasi yang bertujuan mengetahui seberapa besar hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap tendangan cangkul. Data dalam penelitian ini ada 3 variabel yaitu daya ledak otot tungkai (X1) dan kelincahan (X2) serta keterampilan tendangan cangkul (Y). Pengambilan data dalam penelitian ini berupa pengukuran vertical jump test untuk mengukur daya ledak otot tungkai, lari bolak-balik untuk mengukur kelincahan dan tes keterampilan tendangan cangkul untuk mengukur hasil tendangan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap tendangan cangkul ( *naeryo chagi* ) pada olahraga beladiri tae kwon do.

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang menggunakan analisis Regresi ganda menyimpulkan bahwa daya ledak otot tungkai berpengaruh terhadap tendangan cangkul dengan nilai  $r_{1y} = 0.518 > r\text{-tab } 0.514$ , berarti hubungan daya ledak otot tungkai kuat dan searah. kelincahan berpengaruh kepada tendangan cangkul dengan nilai  $r_{2y} = 0.561 > r\text{-tab } 0.514$ , dan daya ledak otot tungkai dan kelincahan berpengaruh terhadap tendangan cangkul dengan nilai  $r_{1,2y} = 0.709 > r\text{-tab } 0.514$ .

Kata kunci : Hubungan daya ledak otot tungkai

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah kepada Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat-Nya berupa kesehatan, kekuatan, kesempatan dan kesabaran serta hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan pembuatan skripsi ini dengan judul : “ Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Tendangan Cangkul (*Naeryo Chagi*) Atlet Tae Kwon Do Polresta Padang “. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata satu (S1) pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Untuk itu, dengan hati yang tulus penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

- 1) Drs. Arsil M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menempuh pendidikan di FIK UNP.
- 2) Drs.Yulifri M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan dorongan, masukan dalam penyelesaian studi pada jurusan pendidikan olahraga Universitas Negeri Padang.
- 3) Drs. Hendri Neldi M.kes.AIFO selaku pembimbing I dan Dr. H.Syahrial B. M.pd selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, dorongan, semangat, pemikiran dan pengorbanan waktu sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

- 4) Drs. Zalfendi M.Kes, Drs. Nirwandi M.Pd, Drs. Ali Asmi M.Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan, saran dan kritikan sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik.
- 5) Bapak/Ibu Dosen Staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- 6) Pelatih dojang Taekwondo Polresta Padang yang telah memberikan izin penelitian dalam pengambilan data.
- 7) Teristimewa kepada Ayahanda (Hasan Basri) dan Ibunda (Markim) tercinta beserta keluarga penulis, yang telah memberikan dukungan moril dan materil serta do'a yang selalu mengiringi.
- 8) Seluruh rekan-rekan mahasiswa penjaskesrek BP 2006 Fakultas ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang Bapak/Ibu dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari dengan keterbatasan kemampuan penulis, skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Sehingga pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Padang, Juli 2012

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN SRIPSI</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Hakikat Taekwondo.....	7
2. Kondisi Fisik.....	10

3. Daya Ledak Otot Tungkai.....	13
4. Kelincahan .....	14
5. Tendangan cangkul ( <i>naeryo chagi</i> ) .....	16
B. Kerangka Konseptual .....	18
C. Hipotesis .....	19

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	20
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	20
C. Populasi Dan Sampel .....	20
1. Populasi.....	20
2. Sampel .....	20
D. Jenis dan Sumber Data .....	21
1. Jenis Data.....	21
2. Sumber Data .....	21
E. Teknik Pengumpulan Data .....	21
F. Instrumen Penelitian.....	21
1. Tes Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai.....	22
2. Pengukuran Kelincahan .....	23
3. Pengukuran Keterampilan Tendangan cangkul ( <i>naeryo chagi</i> ).....	26
G. Teknik Analisis Data .....	28

### **BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data Penelitian .....	29
1. Daya Ledak Otot Tungkai .....	29
2. Kelincahan.....	31

3. Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi) .....	32
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	34
1. Uji Normalitas .....	34
2. Uji Homogenitas .....	34
C. Analisis dan Hasil Penelitian.....	35
1. Terdapat Hubungan yang Berarti antara Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) dengan Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi)(Y).....	35
2. Terdapat Hubungan yang Berarti antara Kelincahan ( $X_2$ ) dengan Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi) (Y).....	36
3. Terdapat Hubungan yang Berarti Secara Bersama Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) dan Kelincahan ( $X_2$ ) dengan Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi) (Y) .....	38
D. Pembahasan .....	40
1. Terdapat Hubungan yang Signifikan (berarti) Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) dengan Tendangan Cangkul ( <i>Naeryo     Chagi</i> ).....	41
2. Terdapat Hubungan yang Signifikan (berarti) Kelincahan ( $X_2$ ) terhadap Tendangan Cangkul (Y).....	42
3. Terdapat Hubungan bersama Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) dan Kelincahan ( $X_2$ ) dengan Tendangan Cangkul(Y) .....	43

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	45
B. Saran .....	45

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

### *Gambar*

1. Rangkaian gerakan Tendangan cangkul (naeryo chagi) Sumber Tae kwondo do Poomse tae geuk 2003 :36.....	17
2. Rangkaian gerakan Tendangan cangkul (naeryo chagi) Sumber Tae kwondo do Poomse tae geuk 2003 :36.....	17
3. Kerangka Konsep Penelitian .....	18
4. Lintasan untuk mengukur Kelincahan .....	24
5. Garis Star Pengukuran Kelincahan .....	25
6. Garis Batas Pengambilan Balok .....	25
7. Garis Batas Meletakkan Balok .....	26
8. Histogram Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	30
9. Histogram Data Kelincahan.....	31
10. Histogram Data Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi).....	33

## DAFTAR TABEL

### Tabel

1. Deskripsi Data Penelitian .....	29
2. Distribusi Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	29
3. Distribusi Frekuensi Data Kelincahan .....	31
4. Distribusi Frekuensi Data Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi).....	32
5. Uji Normalitas Data Penelitian.....	34
6. Uji Homogenitas Data Penelitian.....	34

## DAFTAR GRAFIK

1. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Tendangan Cangkul ..... 36
2. Hubungan Kelincahan dengan Tendangan Cangkul..... 38
3. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan dan Tendangan Cangkul . 40

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Data Penelitian .....	47
2. Uji Normalitas Data Penelitian .....	48
3. Uji Homogenitas Data Penelitian .....	49
4. Analisis Regresi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai (X1) terhadap Tendangan Cangkul .....	50
5. Analisis Regresi Variabel Kelincahan (X2) terhadap Tendangan cangkul (Naeryo Chagi) (Y).....	52
6. Analisis Regresi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai (X1) Secara Bersama dengan Kelincahan (X2) terhadap Tendangan Cangkul (Naeryo Chagi)(Y).....	54
7. Tabel r .....	56
8. Dokumentasi Penelitian .....	57
9. Surat-surat Penelitian .....	58

# BAB I

## PENDAHULUAN

### **G. Latar Belakang Masalah**

Taekwondo merupakan olahraga beladiri yang berakar pada beladiri tradisional Korea. Taekwondo memiliki banyak kelebihan dan tidak hanya mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian bertarung, melainkan juga sangat menekankan pengajaran aspek disiplin mental. Orang yang menjadi anggota taekwondo disebut Taekwondoin. Untuk menjadi taekwondoin yang handal harus menguasai teknik dasar taekwondo yang terdiri atas 1. Kuda-kuda atau *Seogi*, 2. Teknik serangan atau *Kongkyok Kisul* yang terdiri dari : pukulan atau *Jierugi*, tusukan atau *Chierugi* dan tendangan atau *chagi*, 3. Tangkisan atau *Makki*, 4. Bagian tubuh yang menjadi sasaran atau *Keup So*, 5. Bagian tubuh yang digunakan untuk menyerang atau bertahan (Suryadi, 2003: 9).

Teknik tendangan atau *chagi* ada beberapa macam diantaranya adalah 1. *Ap chagi* atau tendangan depan, 2. *Dolyo chagi* atau tendangan memutar, 3. *Yeop chagi* atau tendangan samping, 4. *Dwi chagi* atau tendangan belakang, 5. *Naeryo chagi* atau tendangan mencangkul (Suryadi, 2003: 33-36). Bagian tubuh yang menjadi sasaran menurut Suryadi (2002: 11) dapat dibagi menjadi tiga bagian pokok yaitu :



1. Bagian kepala dan muka (*Eolgot*)

Yang termasuk bagian ini adalah tulang belikat ke atas dan seluruh bagian wajah. Titik kelemahan yang pokok terletak pada alur garis tegak lurus tepat simetris pada wajah seperti dagu, jakun, tulang di antara mata, bagian atas dan bagian bawah bibir.

2. Bagian tengah badan (*Momtong*)

Yang termasuk bagian ini adalah daerah batas pusar ke atas hingga tulang belikat. Titik pokok kelemahan pada bagian ini terletak pada ulu hati, rusuk atau tulang iga serta bawah tulang rusuk dimana ginjal terletak di dalamnya.

3. Bagian bawah tubuh (*Arae*)

Yang termasuk bagian ini adalah dari pusar ke bawah meliputi selangkang. Titik-titik pokok kelemahannya terletak pada rongga bawah perut dan kemaluan.

Dalam suatu pertandingan, dari sekian teknik tendangan *naeryo chagi* atau tendangan cangkul merupakan teknik yang paling sering menghasilkan *point* atau nilai. Tendangan cangkul (*naeryo chagi*) ini dapat dilakukan dengan mengangkat kaki setinggi mungkin lewat luar, dalam atau langsung keatas dan dijatuhkan sekuat mungkin ke arah sasaran. Sasaran tendangan adalah kepala, tulang belikat, dan dada. Saat melakukan hentakan ke bawah, pandangan tetap ke arah depan dan jagalah badan tetap seimbang.

*Naeryo chagi* melibatkan dua komponen kondisi fisik yang mutlak di perlukan yaitu daya ledak otot tungkai dan kelincahan, karena sasaran

tendangan *naeryo chagi* mengharuskan seorang taekwondoin mempunyai keluasaan gerak. Menurut Dwikusworo (2000:3) Daya ledak otot tungkai adalah “ kemampuan otot seseorang untuk melakukan suatu kerja dengan kekuatan maksimal dalam waktu secepat-cepatnya. Peran daya ledak pada tungkai kaki sangat berpengaruh dikarenakan daya ledak adalah kombinasi dari kekuatan dan kecepatan yaitu hasil otot untuk menerapkan dan mengerahkan tenaga dengan kuat dan kecepatan yang tinggi dalam suatu gerakan untuk mencapai yang diinginkan dalam hal ini adalah *naeryo chagi* (tendangan cangkul). Menurut Suharno (1988: 32) kelincahan adalah “ Kemampuan untuk merubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dikehendaki ”. dengan demikian orang yang lincah adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk merubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuh. Dengan mempunyai daya ledak otot tungkai dan kelincahan yang tinggi seorang taekwondoin diharapkan dapat melakukan *naeryo chagi* dengan cepat dan tepat sasaran.

Namun berdasarkan observasi dan pantauan peneliti dilapangan atlet taekwondo di Dojang Polresta Padang khususnya bagi atlet putra dalam berlatih dan uji coba bertanding masih ditemukan hasil tendangan cangkul (*naeryo chagi*) kurang efektif, dimana setiap melakukan tendangan *naeryo chagi* belum sepenuhnya diiringi secara bersama antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan.

Oleh sebab itu penelitian ini dibuat untuk mendapatkan gambaran yang pasti terhadap besarnya hubungan dari kedua komponen kondisi fisik pada atlet dalam melakukan tendangan *naeryo chagi*. Di sisi lain penelitian ini diharapkan bisa memberikan literatur yang baru sebagai bahan acuan.

#### **H. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Daya ledak otot tungkai dalam keberhasilan melakukan *naeryo chagi*
2. Kelincahan
3. Ketepatan
4. Keseimbangan
5. Kelentukan.
6. Kekuatan.

#### **I. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kemampuan *naeryo chagi*, serta terbatasnya referensi yang di miliki, maka penelitian ini di batasi hanya melihat hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan dalam melakukan *naeryo chagi*.

#### **J. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai terhadap *naeryo chagi* pada olahraga beladiri taekwondo.
2. Apakah ada hubungan kelincahan terhadap *naeryo chagi* pada olahraga beladiri taekwondo.
3. Apakah ada hubungan bersama antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap *naeryo chagi* pada olahraga beladiri taekwondo.

#### **K. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengungkap :

1. Hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan tendangan cangkul (*naeryo chagi*) pada cabang olahraga beladiri Tae kwon do.
2. Hubungan kelincahan dengan kemampuan tendangan cangkul (*naeryo chagi*) pada cabang olahraga beladiri Tae kwon do.
3. Hubungan secara bersama antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan dengan kemampuan tendangan cangkul (*naeryo chagi*) pada cabang olahraga beladiri Tae kwon do.

#### **L. Kegunaan Penelitian**

Untuk mengetahui tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, maka penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Menambah pengetahuan bagi peneliti bila peneliti menjadi seorang pelatih di bidang olahraga beladiri taekwondo.

2. Sebagai tambahan pengetahuan bagi atlet taekwondo, sehingga diharapkan dapat dijadikan bahan perbandingan untuk kemajuan dan perkembangan prestasi mereka.
3. Bagi peneliti yang akan datang, sebagai acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.
4. Untuk Fakultas Ilmu Keolahragaan menambah referensi perpustakaan.