

## RINGKASAN

### **Egi Dwi Anggraeni, Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Teknik *Momtong Dolyo Chagi* pada Anggota Klub Taekwondo Kabupaten Pandeglang.**

Tujuan dari penelitian ini adalah ( 1 ) apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil teknik *momtong dolyo chagi* pada anggota klub taekwondo Kabupaten Pandeglang, ( 2 ) apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan hasil teknik *momtong dolyo chagi* pada anggota klub taekwondo Kabupaten Pandeglang, ( 3 ) Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan hasil teknik *momtong dolyo chagi* pada anggota klub taekwondo Kabupaten Pandeglang.

Penelitian ini dimulai 20 November sampai dengan 27 Desember 2012 di Pengda Kabupaten Pandeglang dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan studi korelasi. Sampel penelitian ini sebanyak 20 orang yaitu anggota klub taekwondo kabupaten pandeglang dengan teknik mengukur dan mencatat hasil dari pengukuran yang benar.

Instrumen penelitian ini yaitu tes daya ledak otot tungkai dengan menggunakan tes *Vertical Jump* dengan satuan nilai jarak (cm), Tes keseimbangan dengan menggunakan *Stroks Stand* dengan satuan nilai

waktu (s) dan Tes teknik *momtong dwi chagi* dengan menggunakan format penilaian dengan satuan nilai poin.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi sederhana dan berganda dilanjutkan dengan uji t pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$ , berdasarkan analisis data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut : (1) terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan teknik *momtong dwi chagi* diperoleh nilai korelasi  $r_{X_1Y} = 0,82$  koefisien determinasi = 0,6724 yang berarti sumbangan daya ledak otot tungkai terhadap teknik *momtong dwi chagi* adalah 67,24%,(2) terdapat hubungan antara keseimbangan dengan teknik *momtong dwi chagi* dengan nilai korelasi  $r_{X_2Y} = 0,88$  dan koefisien determinasi 0.7744 yang berarti sumbangan keseimbangan terhadap teknik *momtong dwi chagi* adalah 77,44% dan (3) terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan teknik *momtong dwi chagi* yang diperoleh nilai  $r_{X_1X_2Y} = 0,67$  dan koefisien determinasi = 0.4489 yang berarti sumbangan daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan teknik *momtong dwi chagi* secara bersama-sama adalah 44,89%.

Demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan teknik *momtong dolyo chagi*.

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya serta kekuatan usaha untuk dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Teknik *Momtong Dolyo Chagi* Pada Anggotak Klub Taekwondo Kabupaten Pandeglang. Skripsi ini ditulis guna memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Dengan rasa hormat saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Dr. Bambang Sujiono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Ketua Jurusan Olahraga Pendidikan. Ibu Dra Yusmawati, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, *Sabeum* Fahmy Fachrezzy, M.Pd selaku Dosen Pembimbing, Pembina, Pelatih dan Orang Tua, serta Sahabat bagi saya, Bapak Muchtar Hendra Hasibuan, S.Pd selaku Dosen Pembimbing II, Bapak Drs, Mustara Musa selaku Pembimbing Akademik, *Sabeum Nim* Fiva Zabreno dan *Sabeum Nim* Lee Dong Gee sebagai penguji teknik *momtong dwi chagi* dalam penelitian ini, Bapak dan Ibu Dosen, Karyawan dan Karyawati, Keluarga Besar Taekwondo UNJ dan Aerogym

Estafet Indonesia, teman-teman Glo8e Squad 2008 yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya saya ucapkan terima kasih kepada orang tua saya Bapak Serma Muhidih dan Ibu Surtikah,S.Pd kakak tercinta Eka Mustikawati,M.Pd dan kaka iparku Ridwan Sudirman,M.Pd adik-adikku tersayang Riskha Octrimutia dan M.Satria Akbar Ridawan ( Abay ) serta keluarga besar Cu Mongku karena mereka skripsi ini dapat terselesaikan.

Jakarta, 31 Januari 2013

Egi Dwi Anggraeni