

ABSTRAK

TIMBUL PARLUHUTAN TAMPUBOLON. NIM : 609121037. Hubungan Kelentukan dan Kelincahan Terhadap Kecepatan Tendangan *Mawashi Gery Chudan* Pada Karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016.

(Pembimbing Skripsi : RAHMAN SITUMEANG)

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelentukan dan kelincahan terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* pada karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016 yang berjumlah 20 orang. Jumlah sampel 15 orang diperoleh dengan teknik *purposif random sampling* dimana sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah yang telah memiliki sabuk hijau dan biru. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen *sit and reach* untuk kelentukan, instrumen kelincahan dengan *hexagonal obstacle test* dan instrumen kecepatan tendangan *mawashi gery chudan*.

Hasil analisis statistik pertama menunjukkan koefisien korelasi 0,5279 yaitu mempunyai hubungan yang cukup kuat. Koefisien determinasi sebesar 27,87% menjelaskan bahwa kelentukan (X_1) memberikan pengaruh sebesar 27,87% terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* sedangkan 72,13% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji - t dua arah diketahui bahwa $t_{Hitung} > t_{Tabel}$ dimana ($2,24 > 1,77$) sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan dari pada kelentukan (X_1) terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* (Y) pada karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016.

Hasil analisis statistik kedua menunjukkan koefisien korelasi -0,4888 yaitu mempunyai hubungan yang negatif dan cukup kuat. Koefisien determinasi sebesar 23,9% menjelaskan bahwa kelincahan (X_2) memberikan pengaruh sebesar 23,9% terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* sedangkan 76,1% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji - t dua arah diketahui bahwa $t_{Hitung} > t_{Tabel}$ dimana ($-2,02 > 1,77$) sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan dari pada kelincahan (X_2) terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* (Y) pada karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016.

Hasil analisis statistik ketiga menunjukkan koefisien korelasi -0,2424 yaitu mempunyai hubungan yang cukup kuat. Koefisien determinasi sebesar 39,39% menjelaskan bahwa secara simultan kelentukan (X_1) dan kelincahan (X_2) memberikan pengaruh sebesar 39,39% terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* sedangkan 60,61% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji - F diketahui bahwa $F_{hitung} = 3,90 > F_{tabel} 3,88$ pada taraf signifikansi 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa secara simultan terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara kelentukan (X_1) dan kelincahan (X_2) terhadap kecepatan tendangan *mawashi gery chudan* (Y) pada karateka Perguruan Wadokai *Dojo* GOR Sidikalang Tahun 2016.