

**ABSTRAK**  
**DUKUNGAN KEMAMPUAN AGILITY TERHADAP KETERAMPILAN**  
***POOMSAE BASIC* SATU EKSTRAKURIKULER TAEKWONDO**  
**SMAN 1 LEMBANG**

Pembimbing : 1. Dr. Mulyana, M.Pd.  
2. Sagitarius, M.Pd.

Eka Pusvita D \*

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui ada atau tidak adanya dukungan kemampuan *agility* terhadap keterampilan *poomsae basic* satu pada ekstrakurikuler taekwondo. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, untuk mencari pengaruh perlakuan latihan kemampuan *agility* terhadap keterampilan *poomsae basic* satu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes keterampilan *poomsae basic* satu yang dilakukan di awal dan di akhir penelitian. Subjek penelitian ini adalah siswi ekstrakurikuler taekwondo di SMAN 1 Lembang, dengan pengambilan menggunakan teknik *total sampling* artinya teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota subjek penelitian sebagai responden atau sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi ekstrakurikuler taekwondo sabuk putih, usia 15 tahun dan 16 tahun yang berjumlah 12 orang. Hasil pengujian uji jenjang bertanda wilcoxon (Wilcoxon Signed Rank Test) menyatakan bahwa T-Hitung = 0 dan T-Tabel dengan taraf nyata  $\alpha = 0.05$  adalah 14. Diketahui penerimaan hipotesis ( $H_1$ ) uji Wilcoxon jika  $H_0$  ditolak dengan T-hitung < T-tabel. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa kemampuan *agility* memberikan dukungan terhadap keterampilan *poomsae basic* satu.

**\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Angkatan 2009.**

Eka Pusvita D, 2014

*Dukungan Kemampuan Agility Terhadap Keterampilan Poomsae Basic Satu Ekstrakurikuler Taekwondo SMAN 1 Lembang*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu