

# ANALISIS EFEKTIVITAS TEKNIK TENDANGAN TERHADAP PEROLEHAN POIN PADA KEJUARAAN XUELANG CLOUD WUXI 2019 WORLD TAEKWONDO GRAND SLAM

Febryota Alivynda Yudo

Pendidikan Ilmu Kepelatihan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[e-mail: febryota.17060474049@unesa.ac.id](mailto:febryota.17060474049@unesa.ac.id)

## Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas tendangan pada pertandingan kejuaraan *Xuelang Cloud Wuxi 2019 World Taekwondo Grand Slam* tahun 2019 terhadap hasil perolehan poin. Metode yang diterapkan adalah kuantitatif dan disajikan secara deskriptif. Teknik pengumpulan data diperoleh dengan melihat pertandingan final yang direkam dan dicopy dalam kanal youtube. Subjek penelitian yakni atlet yang memasuki grand final baik putra maupun putri yang berjumlah 16 orang yang terbagi menjadi 8 atlet putra dan 8 atlet putri. Variabel dalam penelitian ini adalah teknik tendangan *Dollyo Chagi*, *Veta Chagi*, *Checking*, *Ap Huragi*, *Dwi Chagi*. Teknik analisis data menggunakan presentase, *mean*, uji normalitas, uji determinasi serta uji korelasi. Hasil penelitian memperlihatkan teknik *Dolyo Chagi* untuk *point* sebesar 41% dan tendangan sebesar 48%, *Veta Chagi* untuk *point* sebesar 19% dan tendangan sebesar 14%, *Ap Huragi* untuk *point* sebesar 14% dan tendangan sebesar 19%, *Checking* untuk *point* sebesar 21% dan tendangan sebesar 14%, *Dwi Chagi* untuk *point* sebesar 5% dan tendangan sebesar 5%. Simpulan menunjukkan tendangan yang paling efektif yang diterapkan adalah tendangan *Checking*.

**Kata Kunci :** Efektivitas tendangan, perolehan poin, taekwondo.

## Abstract

*This study aims to determine the effectiveness of kicks in the championship match Xuelang Cloud Wuxi 2019 World Taekwondo Grand Slam in 2019 to the points earned. The method applied is quantitative and is presented descriptively. The data collection technique was obtained by watching the final match which was recorded and copied on YouTube. The research subjects were athletes who entered the grand final, both male and female, totaling 16 people, divided into 8 male athletes and 8 female athletes. The variables in this research are kick techniques Dollyo Chagi, Veta Chagi, Checking, Ap Huragi, Dwi Chagi. The data analysis technique used percentage, mean, normality test, determination test. The results showed the technique Dolyo Chagi for points 41% and 48% kicks, Veta Chagi for points 19% and 14% kicks, Ap Huragi for points 14% and 19% kicks, Checking for points 21% and kicks by 14%, Dwi Chagi for points by 5% and kicks by 5%. The conclusion shows that the most effective kick applied is the checking kick.*

**Keyword:** Kick effectiveness, point gain, tekwondo

## PENDAHULUAN

Pada era sekarang ini sudah banyak hal yang menggunakan teknologi sebagai alat bantu agar pekerjaan menjadi lebih mudah termasuk pada bidang olahraga salah satunya adalah cabang olahraga *taekwondo*. Taekwondo sendiri adalah salah satu jenis seni beladiri yang berasal dari negeri ginseng Korea. Beladiri *taekwondo* menggunakan teknik kaki dan tangan untuk menyerang dan bertahan (Wulan Rachmahani, 2017).

Cabang olahraga ini sudah masuk dan diperkenalkan di Indonesia, perkembangannya sangat pesat hal ini dapat dilihat dari banyaknya anggota yang terdaftar di PBTI (Pengurus Besar Taekwondo Indonesia). Dengan banyaknya anggota yang terdaftar mulailah diadakan kejuaraan *taekwondo* di berbagai kota dan daerah di Indonesia. Karena perkembangannya yang pesat teknologi pun mulai diterapkan pada cabang olahraga ini. Penerapan teknologi pada cabang olahraga *taekwondo* sering terlihat pada saat ajang kejuaraan atau pertandingan. Pada pertandingan *taekwondo* ada dua kategori yang dipertandingkan yaitu serangkaian jurus dan pertarungan atau dalam bahasa korea disebut *poomsae* dan *kyorugi*. Untuk kategori *kyorugi* atau tarung proses penilaiannya sudah menggunakan teknologi bernama *PSS (protector scoring system)*. Untuk *kyorugi* sendiri memiliki kategori kelas yang dipertandingkan, untuk pengelompokannya diambil berdasarkan berat badan. Pengelompokan berat badan pada putra dan putri berbeda, dalam kateagori putra kelas terbagi menjadi *under 56 kg, under 68 kg, under 80 kg, serta over 80 kg*. Sedangkan dalam kategori putri terbagi menjadi *under 49 kg, under 57 kg, under 67 kg, over 67 kg*. Sebelum menggunakan *PSS* kategori *kyorugi* sempat menggunakan *DSS (Digital Scoring System)* pada sistem penilaian *DSS* pun sudah menggunakan teknologi tetapi hanya pada joystick penilaiannya saja. Sedangkan untuk *PSS* teknologi yang digunakan mulai dari *body protector* (pelindung badan), *head protector* (pelindung kepala), *sock* (kaos kaki elektronik), dan *joystick* (stik poin). Dengan adanya teknologi penilaian yang berbasis elektronik ini membuat hasil pada pertandingan atau kejuaraan menjadi lebih akurat dan obyektif (Gardena Irena, 2014).

Karena perkembangan sistem penilaian inilah yang menjadi faktor teknik tendangan dan serangan yang digunakan oleh atlet pada pertandingan mengalami banyak perubahan. Para atlet harus bisa beradaptasi dengan perubahan sistem penilaian ini karena ada kaos kaki yang harus digunakan oleh atlet pada saat pertandingan. Penggunaan kaos kaki ini bertujuan agar atlet saat melakukan tendangan dapat terjadi poin, karena kaos kaki elektronik yang digunakan telah diberi sensor. Agar tendangan atlet dapat menghasilkan poin tendangan harus

mengenai *permitted areas* (area sasaran) pada badan dimana *body protector* (pelindung badan) sudah menggunakan sensor (Udo Moennig, 2017).

Peraturan dalam melakukan serangan ke badan yang menggunakan kaki dan tangan hanya diperbolehkan di bagian yang terlindungi pelindung badan, sedangkan untuk kepala hanya diperbolehkan menggunakan kaki batasnya adalah seluruh bagian di atas tulang selangka. Ada beberapa titik sensor yang terletak pada kaos kaki elektronik, pelindung badan, dan pelindung kepala. Untuk sensor pada kaos kaki elektronik terletak di bagian atas tempurung kaki dan bawah telapak kaki, sedangkan pada pelindung badan terletak hanya di bagian depan dan samping pelindung badan, untuk pelindung kepala terletak pada bagian depan, samping, dan belakang pelindung kepala. Teknik serangan dan bertahan yang diperbolehkan saat pertandingan hanya pukulan dengan kepalan tangan yang erat dan lurus ke arah pelindung badan dan teknik tendangan *idan dollyo chagi* (tendangan meluncur), *dollyo chagi* (tendangan melingkar ke dalam), *ap hurigi* (tendangan mencangkul), *yeop chagi* (tendangan dorong samping), *dwi chagi* (tendangan dorong belakang), *dwi hurigi* (tendangan kait belakang), *narae chagi* (tendangan serong dua kali dengan satu kesatuan), *dolge chagi* ( tendangan berputar) yang mengarah ke pelindung badan dan pelindung kepala (Hardian & Harlianto, 2010).

Penghitungan poin untuk menentukan pemenang dalam pertandingan adalah nilai akhir di rone ketiga, untuk pukulan lurus ke arah pelindung badan menghasilkan poin satu, tendangan ke arah pelindung badan menghasilkan poin dua, tendangan ke arah pelindung kepala menghasilkan poin tiga, tendangan berputar ke arah pelindung badan menghasilkan poin empat, tendangan berputar ke arah pelindung kepala menghasilkan poin lima. Oleh karena itu atlet perlu menggunakan teknik yang tepat pada saat bertanding agar dapat meraih kemenangan, karena jumlah poin yang dihasilkan berbeda. Kekuatan pukulan dan tendangan juga berpengaruh pada poin yang akan muncul karena setiap kelas memiliki standart kekuatan tendangan yang berbeda, dan letak sensor yang berada pada sock kaki juga menjadi faktor untuk mendapatkan poin pada saat pertandingan. (Putri Galang, 2017).

Penelitian ini penting dilakukan dikarenakan untuk mengetahui keefektifan tendangan yang diterapkan atlet dalam memperoleh poin. Hal ini dapat dijadikan evaluasi bagi pelatih agar dapat melatih teknik yang diperkirakan lebih efektif dalam memberikan poin khususnya serangan pembuka sehingga dapat merusak konsentrasi lawan, hal ini tentunya dapat memberikan keuntungan. Pembaruan pada penelitian ini adalah lima tendangan yang dianalisis

yaitu *Dholyo Chagi* (DC), *Veta Chagi* (VC), *Ap Hurigi* (AH), *Checking* (CK) serta *Dwi Chagi* (DC). Iya m

## METODE

Metode dalam penelitian ini berjenis kuantitatif dan disajikan secara diskriptif. Sasaran pada penelitian ini berjumlah 16 atlet yang terbagi menjadi 8 atlet putra dan 8 atlet putri. Instrumen yang digunakan diantaranya kamera, laptop, internet serta *speaker* aktif. Teknik analisis data terbagi menjadi *mean*, presentase, standar deviasi, nilai *minimal*, *nilai maximal*, uji normalitas serta uji determinasi Alur pengambilan data dimulai dari tahap screening data kemudian dilanjutkan pada koding atau identifikasi dan pembagian variabel, dilanjutkan dengan tahap tabulasi yaitu data diletakkan pada tabel penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan tahap uji data. Data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari kanal youtube *ET Grand Slam* sehingga terjamin keaslian karena berupa video siaran langsung. Dan yang terakhir tahap diskripsi data. Setelah data diperoleh pada tahapan ini data akan disajikan dalam bentuk seperti frekuensi, grafik, tabel hingga diagram. Analisis data menggunakan program SPSS 22.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

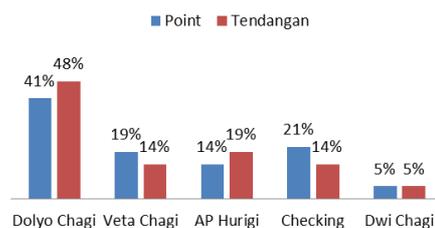
Berdasarkan hasil penelitian yang diterapkan pada kejuaraan *Grand Slam Taekwondo World 2019* diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Pengamatan Menggunakan Kamera**

Usia	DC		VC		AH		CK		DC		
	P	T	P	T	P	T	P	T	P	T	
U 58	36	7	4	0	19	12	22	4	2	0	
U 68	37	6	26	2	3	0	20	2	8	0	
U 80	23	12	15	8	14	0	7	3	1	4	
U 80	25	14	10	2	4	3	15	2	4	0	
Mean	U 72	30	10	14	3	10	4	16	3	4	1
Min	U 58	23	7	4	0	3	0	7	2	1	0
Max	U 80	36	14	26	8	19	12	22	4	8	4

Berdasarkan hasil dari tabel diatas menunjukkan pada pemain taekwondo putra memiliki rata-rata pada teknik tendangan *Dholyo Chagi* (DC) 30 *point* dengan rata-rata tendangan 10 kali, teknik tendangan *Veta Chagi* (VC) 14 *point* dengan rata-rata tendangan 3 kali, teknik tendangan *Ap Hurigi* (AH) *point* 10 dengan rata-rata teknik tendangan 4 kali, *Checking* (CK) 16 *point* dengan rata-rata tendangan 3 kali, *Dwi Chagi* (DC) 4 *point* dengan rata-rata tendangan 1 kali.

**Teknik Tendangan Taekwondo Putra**



**Diagram 1. Teknik Tendangan Taekwondo Putra**

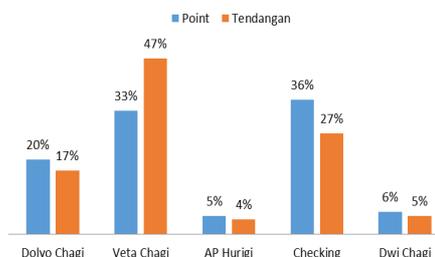
Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukkan jumlah persentase pada teknik *Dholyo Chagi* untuk *point* sebesar 41% dan tendangan sebesar 48%, *Veta Chagi* untuk *point* sebesar 19% dan tendangan sebesar 14%, *Ap Hurigi* untuk *point* sebesar 14% dan tendangan sebesar 19%, *Checking* untuk *point* sebesar 21% dan tendangan sebesar 14%, *Dwi Chagi* untuk *point* sebesar 5% dan tendangan sebesar 5%.

**Tabel 2. Hasil Pengamatan Menggunakan Kamera**

Usia	DC		VC		AH		CK		DC		
	P	T	P	T	P	T	P	T	P	T	
U 49	4	2	22	10	3	0	14	4	2	0	
U 57	14	4	25	15	1	0	34	8	8	0	
U 67	20	4	12	6	5	3	10	2	1	4	
U 67	12	4	23	8	3	0	30	8	4	0	
Mean	U 13	4	21	10	3	1	22	6	4	1	
SD	7,5	5,7	0,8	5,0	3,3	1,4	1,2	10,1	2,5	2,6	1,7
	49	22	66	24	44	14	99	98	98	80	32
Min	U 4	2	12	6	1	0	10	2	1	0	
Max	U 20	4	25	15	5	3	34	8	8	4	

Berdasarkan hasil dari tabel diatas menunjukkan pada pemain taekwondo putri dengan rata-rata usia *Under 60* memiliki rata-rata pada teknik tendangan *Dholyo Chagi* (DC) 13 *point* dengan rata-rata tendangan 4 kali, teknik tendangan *Veta Chagi* (VC) 21 *point* dengan rata-rata tendangan 10 kali, teknik tendangan *Ap Hurigi* (AH) *point* 3 dengan rata-rata teknik tendangan 1 kali, *Checking* (CK) 22 *point* dengan rata-rata tendangan 6 kali, *Dwi Chagi* (DC) 4 *point* dengan rata-rata tendangan 1 kali.

**Teknik Tendangan Taekwondo Putri**



**Diagram 1. Teknik Tendangan Taekwondo Putra**

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukkan jumlah persentase pada teknik *Dholyo Chagi* untuk *point* sebesar 20% dan tendangan sebesar 17%, *Veta Chagi*

untuk *point* sebesar 33% dan tendangan sebesar 47%, *Ap Huragi* untuk *point* sebesar 5% dan tendangan sebesar 4%, *Checking* untuk *point* sebesar 36% dan tendangan sebesar 27%, *Dwi Chagi* untuk *point* sebesar 6% dan tendangan sebesar 5%.

**Tabel 4. Uji Normalitas Kolmogrov**

Normalitas	Sig (-2)
0,05	0,365

Menurut Maksim (2006) apabila hasil pada uji normalitas menunjukkan angka  $P > 0,05$  atau nilai  $P$  lebih besar daripada 0,05 maka distribusi dikatakan normal, dan apabila hasil pada nilai  $p < 0,05$  atau nilai  $P$  lebih kecil daripada 0,05 maka distribusi dikatakan error atau tidak normal. Berdasarkan hasil dari tabel diatas menunjukkan pada nilai  $P$  (**0,365**)  $> 0,05$  atau nilai  $p$  (**0,365**) lebih besar daripada 0,05 maka distribusi dikatakan normal.

**Tabel 5. Uji determinasi**

Nilai R	Sig (-2)
1,0	0,674

Jika nilai pada uji determinasi mempunyai range skor yang mendekati angka 1 maka hubungan antar variabel satu dengan yang lain sangat kuat. Sedangkan jika range skor memperlihatkan angka mendekati 0 maka hubungan antar variabel cenderung lemah (Kuncoro, 2013). Berdasarkan teori sebelumnya maka dapat dianalisis bahwasannya tabel diatas memperlihatkan nilai Sig (-2) ada uji determinasi sebesar (**0,674**) yang artinya hubungan antara teknik tendangan taekwondo terhadap tingkat kemenangan cenderung lemah.

## PEMBAHASAN

Setelah dilakukannya determinasi dan diketahui tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil poin dan tendangan yang dilakukan atlet putra maupun putri. Hal ini menandakan bahwasannya efektifitas teknik tendangan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada kejuaraan *Xuelang Cloud Wuxi 2019 World Taekwondo Grand Slam* terdapat lima teknik tendangan yang diterapkan diantaranya: *Dolyo Chagi*, *Veta Chagi*, *Ap Huragi*, *Checking*, serta *Dwi Chagi*. Tentunya teknik ini memiliki tingkat efektifitas masing-masing. Hal ini juga selaras dengan penelitian Tri Dicky Juniar (2017) bahwasannya  $t_{hitung} = 3,96$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,02$  yang berarti tendangan terdapat perbedaan tendangan *dollyo chagi* dan *naeryo chagi*. Keefektifan teknik *dollyo chagi* terletak pada teknik tendangan yang mudah diterapkan dalam berbagai posisi dan situasi. Karakteristik teknik ini adalah kuat dan cepat. Selain itu sasaran dapat dilakukan pada dua arah yaitu arah perut dan kepala. Keseimbangan sangat diperluakn dalam teknik ini. Sama halnya dengan teknik *dollyo chagi*, *naeryo chagi* juga efektif dalam memperoleh poin dikarenakan tidak memerlukan tenaga yang besar. Apabila mengenai sasaran dengan tepat tiga poin dapat dikantongi. Pada teknik ini dibutuhkan kecepatan, ketepatan serta fleksibilitas. Sehingga tugas pelatih mengasah teknik ini dalam latihan.

Dalam meningkatkan kecepatan tendangan *dollyo chagi* dapat menerapkan modifikasi gawang menggunakan *pyongyo*. Hal ini didukung Distin et al (2021) melalui penelitiannya menyampaikan bahwasannya terdapat pengaruh latihan modifiikasi gawang menggunakan *pyongyo* terhadap kecepatan tendangann *dollyo chagi* pada atlet dojang SMAN 1 Gerung. Hal ini juga diperkuat oleh Budi Deden (2017) dalam penelitiannya menyampaikan bahwasannya latihan sirkuit lebih baik daripada metode interval pada tendangan *dollyo chagi*. Daya ledak taekwodo memiliki kecepatan lebih tinggi saat dilatih dengan latihan sirkuit.

Selain teknik *Dollyo Chagi*, teknik tendangan *ap huragi* juggle menjadi tendangan yang mendominasi arena pertandingan. Tujuan teknik ini adalah mengenai kepala lawan. Efektivitas teknik ini adalah mudah memperoleh poin maksimal yaitu sarea kepala. Teknik ini biasa disebut teknik tendangan atas yang dapat diterapkan baik saat *attack* maupun *counter attack*. Pentingnya teknik ni diterapkan baik latihan maupun pertandingan sehingga banyak pelatih mengembangkan teknik ini hingga memodifikasi. Karakteristik teknik ini biasanya dilakukan pada lawan yang memiliki akurasi yang baik serta tanggap terhadap serangan (Tatya Ayub, 2015).

Selain *Dollyo Chagi* dan *Ap Huragi*, tendangan *Dwi Chagi* juga efektif digunakan dalam pertandingan taekwondo. Dalam sistem penilaian tendangan ini memperoleh poin yang tinggi. Hal ini juga selaras dengan gerakan yang terbilang sulit sehingga membutuhkan keseimbangan dan daya ledak. Apabila tidak memiliki daya tahan saat melakukan tendangan poin tidak akan bertambah dan lawan tidak akan terjatuh. Dalam memperoleh tendangan *Dwi Chagi* yang baik dibutuhkan program latihan fisik dan teknik yang sesuai dengan kebutuhan atlet. Hal ini menjadi tugas pelatih dalam menganalisis kemampuan atletnya sehingga diharapkan program latihan yang dilakukan dapat tepat sasaran (Sujana & Nurmala, 2019). Dalam penelitian Rozaqul & Waluyo (2014) menyampaikan bahwasannya metode menggunakan dinding dapat membantu meningkatkan hasil tendangan *dwi huragi*.

Diantara keempat tendangan sebelumnya teknik *checking yeop chagi* memberikan kelebihan pada saat pertandingan khususnya penguasaan area. Pada teknik ini dilakukan pada serangan ataupun balasan serangan balik sehingga membutuhkan tenaga hentak dan dorongan maksimal. Aksi reaksi sangat penting dalam teknik ini untuk memancing/merangsang gerakan lawan agar atlet dapat menerapkan serangan pembuka khususnya tepat sasaran saat pertandingan. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan pada kejuaraan *Xuelang Cloud Wuxi 2019 World Taekwondo Grand Slam* yang memperlihatkan bahwasannya teknik *Checking Yeop Chagi* memperoleh nilai tertinggi dngan jumlah tendangan yang minim tetapi memperoleh poin yang tinggi. Hal ini juga berlaku baik atlet putra maupun putri. Dalam memperoleh poin membutuhkan gabungan ketahanan fisik, teknik dan mental

yang membutuhkan asahan saat berlatih *taekwondo kyurogi* agar dapat memperoleh hasil yang maksimal 2017).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa: Hubungan antar variabel pada uji korelasi cenderung lemah, akan tetapi pada perbedaan efisiensi untuk teknik tendangan taekwondo putra, teknik checking sangat baik digunakan karena memiliki jumlah tendangan yang minim sebesar 14% tetapi memiliki skor yang tinggi sebesar 21%. Pada teknik tendangan taekwondo putri teknik tendangan checking juga memiliki keunggulan karena dalam melakukan tendangan yang sangat minim sebesar 27% dengan jumlah *point* yang tinggi sebesar 36%. Pada kejuaraan Xuelang Cloud Wuxi 2019 World Taekwondo Grand Slam, teknik tendangan checking sangat baik untuk digunakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Budi Deden Rosman. Pengaruh Metode Latihan Dan Kecepatan Terhadap Daya Ledak Tendangan Dolyo Chagi Pada Bela Diri Taekwondo. *BIORMATIKA: Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*. 2017.
- Distin Della Wathoni., Wibawa Elya., Intan Kusumawardhani. Pengaruh Latihan Modifikasi Gawang Menggunakan Pyongyo Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet Dojang. 2021
- Hardian S.U., Harlianto T., Yanto Yori. Alat Bnatu Perwasitan Pada Pertandingan Taekwondo. *TESLA: Jurnal Teknik Elektro UNTAR*. 2010.
- Irene Gardena. Profil Teknik Tendangan Yang Dominan Menghasilkan Poin Dalam Pertadningan Cabang Olahraga Taekwondo Menggunakan Protector Scoring System (PSS): Studi Diskriptif Pada Atlet Taekwondo Babak Kualifikasi PORDA JABAR XII. *Repository UPI*. 2014
- Putri Galang Pratiwi. Kelebihan dan Kekurangan Kuda-Kuda anjang dan Pendek Pada Kecepatan Tendangan Dolyo Chagi Siswa Ekstrakulikuler Taekwondo DO SMPNN 2 Ggamping. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi*. 2017
- Rachmani Wulan. Efektivitas Tendangan *Checking Yeop Chagi, Dolyo Chagi dan Idan Dolyo Chagi* Dalam Membuka Serangan Pada Pertandingan Taekwondo *Kyorugi* Kelas Senior Di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016. *Lambung Oustaka Universittas Negeri Yogyakarta*. 2017.
- Rozaqul Ahmad Alfani., Waluyo Musyafari. Pengaruh Latihan Menggunakan Media Dinding Terhadap Peningkatan Hasil Tendangan Dwi Hurugi Papa Beladiri Taekwondo. *Journal of Sport Science And Fitness*. 2014.
- Sujana Asep Wahyuri., Nurmal Erizal., Emral. Pengaruh Latihan Naik Turun Tangga Terhadap Kemampuan Tendangan Dwi Chagi Atlet Taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatra Barat. *Jurnal Mensanna*. 2019..
- Tatya Ayub Admaja. Pengembangan Model Tes Keterampilan Tendangan Taekwondo *Ap Huragi* Pada Atlet *Kyurogi* Taekwondo. *Jurnal Kejaora: Jurnal Jasmani dan Olahraga*. 2015.
- Tri Dicky Januar. Perbandingan Efektifitas Serangan Antara Dolyo Chagi Dengan Neryo Chagi Terhadap Hasil PON. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*. 2017.