

PENYUSUNAN MODEL TES KELINCAHAN TAEKWONDO MAHASISWA UNY

Devi Tirtawirya

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat modifikasi alat tes kelincahan yang baru dan disesuaikan dengan jenis gerak dari taekwondo kyorugi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian Pengembangan model. Penyusunan model tes ini terinspirasi oleh tes kelincahan dengan bentuk huruf "T" lam penyusunan tes ini menggunakan beberapa tahap pengujian dan konsultasi ahli. Pertama kali para ahli didatangkan dan dimintai pendapat tentang model tes yang akan dibuat, kemudian beberapa masukan baik desain maupun cara melakukan model tes. Kemulah itu tes diuji cobakan pada atlet taekwondo UKM UNY. Berdasarkan hasil penelitian, pendapat para ahli dan uji coba dapat ditarik kesimpulan bahwa: model tes kelincahan dengan bentuk "T" dengan gerakan maju, mundur, berputar, geser atau step, kesamping kanan dan kiri dengan memantul-mantulkan satu kaki layak untuk dijadikan alat tes kelincahan khusus taekwondo di lingkungan UNY.

Kata kunci : Mode Tes, Kelincahan, Taekwondo

FIK, 011/PPI/L/2010