

## ABSTRAK

MAORIGITA SALSA SABILA SUHADA. 2022. **Kontribusi *Power Otot Tungkai* dan Kecepatan Reaksi (Kaki) Terhadap Tendangan *Mawashi Geri* Atlet UKM Karate Universitas Siliwangi.** Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi.

Teknik tendangan *mawashi geri* yang dilakukan oleh atlet UKM Karate Universitas Siliwangi yaitu kurangnya *power* dan kecepatan sehingga tendangan yang dihasilkan kurang maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai, kecepatan reaksi (kaki) dan keduanya secara bersama-sama terhadap tendangan *mawashi geri* atlet UKM Karate Universitas Siliwangi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan korelasional, kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang atlet *kumite* UKM Karate Universitas Siliwangi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Power* otot tungkai memiliki kontribusi yang signifikan terhadap tendangan *mawashi geri* sebesar 41%, Kecepatan reaksi (kaki) memiliki kontribusi yang signifikan terhadap tendangan *mawashi geri* sebesar 67%, dan *Power* otot tungkai dan kecepatan reaksi (kaki) secara bersama-sama memiliki kontribusi yang signifikan terhadap tendangan *mawashi geri* sebesar 71%.

**Kata Kunci :** Kecepatan Reaksi (Kaki), *Power Otot Tungkai*, Tendangan *Mawashi Geri*

## **ABSTRACT**

**MAORIGITA SALSA SABILA SUHADA. 2022. *Contribution of Legs Muscle Power and Reaction Speed (Leg) to Mawashi Geri Kick UKM Karate Athletes of Siliwangi University.* Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education. Siliwangi University.**

*The mawashi geri kick technique performed by the UKM Karate athletes at Siliwangi University is a lack of power and speed so that the resulting kick is not optimal. This study aims to determine how big the contribution of legs muscle power, reaction speed (leg), and both together to the mawashi geri kick UKM Karate athletes of Siliwangi University. The research method used in this research is descriptive methods, quantitative. The sample in this study was 10 Kumite athletes from the UKM Karate of Siliwangi University. The results showed that legs muscle power had a significant contribution to the mawashi geri kick by 41%, reaction speed (leg) had a significant contribution to the mawashi geri kick by 67%, and legs muscle power and reaction speed (leg) together has a significant contribution to the mawashi Geri kick by 71%.*

**Keywords : *Reaction Speed (Leg), Legs Muscle Power, Mawashi Geri Kicks***