

**Perbedaan Manajemen Konflik pada Atlet Taekwondo Laki-Laki dan Perempuan di Kota Ternate**

**Muhammad Reza Kaosar, Mustaqim Setiyo Ariyanto, Komarudin**

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

muhamadrezakaosar@gmail.com mustaqim.sa@unisayogya.ac.id,

komarudin\_psi@unisayogya.ac.id

**ABSTRACT**

*One of the common problems that occurs in Indonesia regarding conflict management in Taekwondo, is leadership conflict in Taekwondo organizations. In addition, general problems that occur in Indonesia regarding conflict management include educational problems, such as limited access to education, educational inequality, teacher quality, and curriculum that is considered irrelevant. Social problems can also trigger conflict, such as power struggles in political and economic contexts. Social conflict is also a serious concern, with the number of social conflicts in Indonesia tending to increase from year to year. Therefore, conflict management in Indonesia needs to pay attention to various aspects, ranging from education, social problems, to political and economic dynamics. Research Objective: This research is to determine the understanding or description of the differences in conflict management among male and female taekwondo athletes in Ternate City. Method: This research uses a questionnaire as a data collection tool. A questionnaire/questionnaire is a data collection method that has been carried out by asking several types of questions related to the research problem.*

**Keywords:** Conflict Management in Taekwondo Athletes

**ABSTRAK**

Salah satu masalah umum yang terjadi di Indonesia tentang manajemen konflik pada Taekwondo, yaitu konflik kepemimpinan dalam organisasi Taekwondo. Selain itu, masalah umum yang terjadi di Indonesia tentang manajemen konflik meliputi masalah pendidikan, seperti akses terbatas ke pendidikan, ketimpangan pendidikan, kualitas guru, dan kurikulum yang dianggap tidak relevan. Masalah-masalah sosial juga dapat memicu konflik, seperti perebutan kekuasaan dalam konteks politik dan ekonomi. Konflik sosial juga menjadi perhatian serius, dengan jumlah konflik sosial di Indonesia cenderung meningkat dari tahun ke tahun. Oleh karena itu, manajemen konflik di Indonesia perlu memperhatikan berbagai aspek, mulai dari pendidikan, masalah-masalah sosial, hingga dinamika politik dan ekonomi. Tujuan Penelitian: penelitian ini untuk mengetahui pemahaman atau gambaran tentang perbedaan manajemen konflik di kalangan atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan di Kota Ternate. Metode: Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Kuesioner/angket merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian.

**Kata Kunci:** Manajemen Konflik Pada Atlet Taekwondo

## **PENDAHULUAN**

Saat ini perkembangan olahraga di Indonesia mengalami peningkatan yang menjadi perhatian dimana kualitas dan kuantitas sangat mempengaruhi perkembangan olahraga dengan terus menerus mengadakan pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian upaya peningkatan kualitas dan kuantitas manusia Indonesia. Pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis (Rosman, 2017).

Taekwondo yang kita kenal sekarang mempunyai sejarah yang sangat penting, seiring dengan perjalanan sejarah bangsa Korea, dimana bela diri ini berasal. Sebutan Taekwondo sendiri baru dikenal sejak 1954, yang merupakan modifikasi dan penyempurnaan berbagai bela diri tradisional Korea. Taekwondo yang terdiri dari 3 kata: *tae* berarti kaki/menghancurkan dengan teknik tendangan, *kwon* berarti tangan/menghantam dan mempertahankan diri dengan teknik tangan, serta *do* yang berarti seni/cara mendisiplinkan diri. Maka jika diartikan secara sederhana, Taekwondo berarti seni atau mendisiplinkan diri/seni bela diri yang menggunakan teknik kaki dan tangan kosong (Ilmiah & Pendidikan, 2023).

Taekwondo memiliki kelebihan selain mengajarkan aspek fisik dan teknik juga sangat menekankan pengajaran pada aspek disiplin dan mental agar memiliki sikap sportifitas. Dengan demikian, Taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang baik serta mengandung aspek filosofi yang mendalam. Sehingga dengan mempelajari taekwondo, maka pikiran, jiwa, dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuhkan dan dikembangkan (Rosman, 2017).

Konflik Ukraina yang dipicu oleh tindakan Presiden Rusia Vladimir Putin telah memicu World Taekwondo untuk mencabut sabuk hitam kehormatan yang dimilikinya. Pencabutan ini merupakan bentuk sanksi atas invasi ke Ukraina, yang dianggap melanggar nilai-nilai taekwondo seperti toleransi dan kehormatan. Sabuk hitam kehormatan tersebut.

Demikian juga konflik di terjadi pada pengurus Besar Taekwondo Indonesia (PBTI) menekankan tugas utama atlet adalah fokus berlatih mengembangkan kemampuan bertanding, bukan terbebani memikirkan permasalahan organisasi taekwondo yang kini menjadi polemik. Sebelumnya, telah berdiri Yayasan Universal Taekwondo Indonesia (YUTI) sebagai suatu organisasi yang juga berkonsentrasi dalam pembinaan atlet taekwondo Indonesia. Peran organisasi tersebut hampir sama dengan PBTI yang sama-sama berkecimpung dalam bidang taekwondo. Permasalahan organisasi itu biarlah menjadi urusan PB TI. Jangan sampai malah membebani taekwondoin untuk memikirkan memilih PBTI atau YUTI," kata Ketua Umum PB TI Marciano Norman se usai mengalungkan medali kepada pemenang kejuaraan taekwondo junior Indonesia Open 2012 di Stadion Tennis Indoor Gelora Bung Karno, Jakarta, Kamis. Dia mensyaratkan bagi taekwondoin yang ingin membela tim nasional dalam berbagai ajang haruslah mengikuti penjurangan atlet melalui jalur PBTI. "Taekwondoin timnas adalah atlet yang dipilih melalui kompetisi-kompetisi yang telah kami siapkan. Jadi tinggal arahnya mau kemana, jika ingin menjadi atlet

timnas maka ikutilah jalur yang telah kami siapkan," kata dia. PB TI dan YUTI merupakan dua organisasi yang menaungi para atlet taekwondo. Sejauh ini, PB TI lebih banyak mengkhususkan diri pada atlet amatir sedangkan YUTI berorientasi pada taekwondoin ke jenjang atlet profesional. YUTI sempat menyelenggarakan YUTI CUP I pada awal November tahun ini. Di lain pihak PB TI sedang mengadakan kejuaraan taekwondo junior Indonesia Open 11-14 Desember 2012. Ketua Umum PB TI menjadikan Indonesia Open 2012 sebagai ajang monitoring atlet dan barometer kekuatan atlet daerah. Kejuaraan ini akan memberikan ruang bagi PB TI agar lebih mudah menyeleksi atlet terbaiknya. Selain itu, akan menjadi tolok ukur keberhasilan pengurus provinsi dalam pembinaan dan persiapan atlet menghadapi sebuah kejuaraan," kata dia. Pada akhirnya kami memiliki pilihan atlet berkualitas yang lebih banyak lagi.

Oleh karena itu, terdapat beberapa jenis konflik yang sering terjadi antara Atlet Laki-laki dan perempuan. Konflik antar-atlet atau antara pelatih dengan atlet dapat menjadi masalah serius yang memengaruhi motivasi selain itu, atlet perempuan sering mengalami tekanan yang lebih besar dalam menjalani peran ganda sebagai atlet dan perempuan, yang dapat memicu konflik internal. Faktor-faktor seperti analisis konflik, kemampuan kompromi, peran sosial sesuai gender, dan faktor situasional juga dapat memengaruhi jenis konflik yang muncul.

Salah satu masalah umum yang terjadi di Indonesia tentang manajemen konflik pada Taekwondo, yaitu konflik kepemimpinan dalam organisasi Taekwondo. Selain itu, masalah umum yang terjadi di Indonesia tentang manajemen konflik meliputi masalah pendidikan, seperti akses terbatas ke pendidikan, ketimpangan pendidikan, kualitas guru, dan kurikulum yang dianggap tidak relevan. Masalah-masalah sosial juga dapat memicu konflik, seperti perebutan kekuasaan dalam konteks politik dan ekonomi. Konflik sosial juga menjadi perhatian serius, dengan jumlah konflik sosial di Indonesia cenderung meningkat dari tahun ke tahun. Oleh karena itu, manajemen konflik di Indonesia perlu memperhatikan berbagai aspek, mulai dari pendidikan, masalah-masalah sosial, hingga dinamika politik dan ekonomi.

Manajemen konflik adalah sebuah proses mengelola konflik dengan menyusun sejumlah strategi yang dilakukan oleh pihak-pihak berkonflik sehingga mendapatkan resolusi yang diinginkan (Bintari, 2018). Konflik adalah bagian yang tidak dapat dihindari tetapi berang ditawarkan agar tidak larut dalam perbedaan dan berujung pada disintegrasi. Padahal konflik dapat dimaknai pembawa perubahan untuk meningkatkan efektivitas berorganisasi sehingga tujuan yang digagas semula dapat terwujud melalui konflik.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 2 Januari 2024 terhadap enam atlet Taekwondo, terdiri dari laki-laki dan perempuan, ditemukan perbedaan pola dalam menghadapi konflik. Atlet laki-laki cenderung menghindari konflik atau bersikap defensif ketika merasa terancam. Sebaliknya, atlet perempuan lebih memilih pendekatan yang tenang dan terfokus pada penyelesaian masalah,

dengan melibatkan semua pihak terkait untuk mencari solusi yang adil dan mengambil jalan tengah.

Faktor-faktor tersebut mencakup identitas sosial, ekonomi sosial, komunikasi yang buruk, perbedaan kepribadian, koordinasi kerja yang tidak efektif, faktor struktural, dan konflik kerja. Penting untuk memahami bahwa konflik sosial dapat terjadi dalam berbagai konteks, mulai dari interaksi individu hingga dinamika kelompok atau organisasi. Untuk mengatasi konflik sosial, perlu adanya pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor tersebut. Strategi yang efektif dalam mengelola konflik mencakup upaya untuk meningkatkan komunikasi yang baik, mengurangi ketidaksetaraan ekonomi, membangun koordinasi kerja yang efektif, dan memahami perbedaan kepribadian. Selain itu, menciptakan lingkungan yang mendukung kerja sama dan meminimalkan faktor-faktor struktural yang dapat memicu konflik juga menjadi langkah penting. Dengan memperhatikan dan mengatasi faktor-faktor tersebut, diharapkan masyarakat, organisasi, atau kelompok dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan mengurangi kemungkinan konflik sosial yang dapat merugikan semua pihak (Ayyaash, 2021).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menunjukkan adanya ketertarikan dalam menjalankan penelitian yang lebih berfokus pada "Perbedaan manajemen konflik yang diterapkan oleh atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan di Kota Ternate".

## **Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi perumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada perbedaan manajemen konflik pada atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan di Kota Ternate?

## **Tujuan penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui pemahaman atau gambaran tentang perbedaan manajemen konflik di kalangan atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan di Kota Ternate. Penelitian ini memiliki kontribusi signifikan, baik secara teoretis dengan memperkaya literatur tentang manajemen konflik, maupun secara praktis dengan memberikan panduan bagi atlet taekwondo dan inspirasi bagi penelitian di masa depan..

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini, kami mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian komparatif. Pendekatan komparatif kami gunakan untuk mengeksplorasi perbedaan antara dua kelompok tertentu. Fokus utama penelitian ini adalah mengidentifikasi perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. perbedaan manajemen konflik antara atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan.

1. Variabel Tergantung (X): Manajemen konflik
2. Variabel Bebas (A): Jenis Kelamin (Laki-laki dan Perempuan)

**Table 1.** Populasi Penelitian

<b>NO</b>	<b>Subjek</b>	<b>Jumlah</b>
1	Laki-laki	108
2	Perempuan	132
		240

### **Alat Metode pengumpulan data**

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Kuesioner/angket merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian. Menurut Sugiyono (2017) kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Prawiyogi et al., 2021).

Skala Likert merupakan salah satu alat pengukuran yang sering digunakan dalam penelitian psikometrik dan survei. Dengan skala ini, responden diminta untuk menunjukkan tingkat setuju atau tidak setuju mereka terhadap pernyataan tertentu dengan memilih dari serangkaian pilihan yang disediakan, biasanya berupa rentang dari "sangat setuju" hingga "sangat tidak setuju". Metode ini memberikan cara yang sistematis untuk mengukur persepsi, sikap, atau pendapat responden terhadap suatu topik atau fenomena (Rahayu & Shafina, 2022).

Dalam skala Likert, terdapat dua bentuk pertanyaan: positif dan negatif. Pertanyaan positif digunakan untuk mengukur skala favorable (dukungan, persetujuan, atau kesetujuan), sedangkan pertanyaan negatif digunakan untuk mengukur skala unfavorable (ketidaksetujuan, ketidakpuasan, atau penolakan). Skor yang diberikan pada pertanyaan positif biasanya adalah 4, 3, 2, dan 1, dengan 4 menunjukkan tingkat persetujuan yang tinggi dan 1 menunjukkan tingkat persetujuan yang rendah. Sedangkan skor pada pertanyaan negatif adalah sebaliknya, yaitu 1, 2, 3, dan 4, dengan 1 menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang tinggi dan 4 menunjukkan tingkat ketidaksetujuan yang rendah. Penggunaan skala Likert sangat berguna dalam penelitian sosial, psikologi, dan survei opini untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi responden terhadap suatu isu atau pernyataan (Rahayu & Shafina, 2022).

**Table 2.** Skor Pernyataan Skala

Pilihan Jawaban	Bobot Nilai	
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

### Skala pengukuran manajemen konflik

Skala yang digunakan untuk mengetahui manajemen konflik dalam penelitian ini berdasarkan 5 (lima) aspek-aspek manajemen konflik menurut Robbins dan Hunsaker (Wartini, 2015) yang diantaranya yaitu: gaya kompetisi, gaya kolaborasi, gaya kompromi, gaya menghindar, gaya akomodasi. Skala manajemen konflik berjumlah 35 aitem yang terdiri dari 20 aitem favorable dan 15 aitem unfavorable dengan menggunakan 4 kategori yaitu: (SS) Sangat Sesuai, (S) Sesuai, (TS) Tidak Sesuai, (STS) Sangat Tidak Sesuai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam metode regresi, variabel dependen dan variabel independen keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan *One-Sample Kolmogorov Smirnov* test yang terdapat dalam program SPSS.

**Table 3.** Hasil Uji Normalitas

### *One-Sample Kolmogorov Smirnov*

Variabel	Mea n	Sig.	Ket
Manajemen Konflik	45,6 0	0,65	Berdistribusi Normal

Sumber: Data diolah SPSS V.22 (2024)

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel di atas diperoleh hasil menunjukkan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,65 yang artinya nilai ini lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). hal tersebut menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah data bervariasi homogen atau tidak. data dikatakan bervariasi homogen apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05.

**Table 4.** Uji Homogenitas

#### *Test of Homogeneity of Variances*

Variabel	Df1	Df2	Sig.	Ket
Manajeme n Konflik	1	148	0,452	Homogen

Sumber: Data diolah SPSS V.22 (2024)

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada tabel di atas diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi ( $p$ )  $> 0,452$ , yang berarti nilai ini lebih besar dari 0,05 ( $0,452 > 0,05$ ). Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel kelompok, sehingga varians kelompok dianggap tidak homogen.

### Uji Hipotesis

Uji Hipotesis dilakukan agar dapat mengetahui apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Berikut hasil uji Friedman dengan menggunakan uji independent sampel test, yaitu sebagai berikut:

**Table 5.** Hasil Independent samples test

Variabel	T	df	Sig
Manajemen Konflik	1,068	148	0,287

Sumber: Data diolah SPSS V.22 (2024)

Berdasarkan hasil uji independent sampel test pada tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,287 lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan manajemen konflik pada atlet taekwondo Laki-laki dan perempuan di Kota Ternate. Hal ini berarti bahwa hasil penelitian sesuai dengan hipotesis yang tidak terdapat perbedaan manajemen konflik pada atlet taekwondo Laki-laki dan Perempuan di Kota Ternate.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam manajemen konflik antara atlet taekwondo laki-laki dan perempuan, dengan nilai probabilitas 0,287. Nilai ini lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ), yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan, yakni tidak adanya perbedaan yang sangat signifikan dalam manajemen konflik antara atlet taekwondo laki-laki dan perempuan di Kota Ternate. Setiap individu, baik laki-laki maupun perempuan, memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan konflik, seperti memilih untuk menghindar, berkompromi, atau menyelesaikan masalah tersebut secara mandiri.

Oleh karena itu, terdapat perbedaan jenis konflik yang sering terjadi antara Atlet Laki-laki dan perempuan. Konflik antar-atlet atau antara pelatih dengan atlet dapat menjadi masalah serius yang mempengaruhi motivasi selain itu, atlet perempuan sering mengalami tekanan yang lebih besar dalam menjalani peran ganda sebagai atlet dan perempuan, yang dapat memicu konflik internal. Faktor-faktor seperti analisis konflik, kemampuan kompromi, peran sosial sesuai gender, dan faktor situasional juga dapat mempengaruhi jenis konflik yang muncul.

Manajemen konflik adalah sebuah proses mengelola konflik dengan menyusun sejumlah strategi yang dilakukan oleh pihak-pihak berkonflik sehingga mendapatkan resolusi yang diinginkan (Bintari, 2018). Konflik adalah bagian yang tidak dapat dihindari tetapi berang ditawarkan agar tidak larut dalam perbedaan dan berujung pada disintegrasi. Padahal konflik dapat dimaknai pembawa perubahan untuk meningkatkan efektivitas berorganisasi sehingga tujuan yang digagas semula dapat terwujud melalui konflik.

Walaupun memiliki manajemen konflik yang berbeda-beda hal tersebut tidak menjadi persoalan dalam suatu organisasi, karena tentu saja dalam setiap organisasi ataupun kelompok memiliki konflik yang berbeda-beda. Namun yang dilihat adalah bagaimana organisasi/kelompok tersebut dalam menyelesaikan konflik yang ada. Seperti yang dikatakan Fenanlampir dalam bukunya terkait manajemen konflik dalam olahraga menyatakan bahwa dari setiap konflik memiliki sisi positif yang perlu digali dan dicarikan titik temu positifnya sehingga dapat memberikan kemajuan prestasi bagi atletnya di setiap kelompok tersebut. Walaupun ada perbedaan manajemen konflik pada setiap atlet laki-laki dan perempuan, hal tersebut tidak terpaut begitu jauh, terlihat dari hasil analisis data (mean) bahwa setiap jenis kelamin memiliki cara penyelesaian yang berbeda-beda.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam manajemen konflik antara atlet taekwondo laki-laki dan perempuan di Kota Ternate, karena nilai probabilitas yang diperoleh adalah

0,287, yang lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian, hipotesis yang diajukan, yaitu tidak adanya perbedaan yang sangat signifikan dalam manajemen konflik antara atlet taekwondo laki-laki dan perempuan, dapat diterima. Setiap individu, baik laki-laki maupun perempuan, memiliki pendekatan yang beragam dalam menyelesaikan konflik, yang mencakup pilihan untuk menghindar, berkompromi, atau menyelesaikan masalah secara mandiri.

Saran dari penelitian ini pelatih dan pengurus taekwondo di Ternate perlu lebih memperhatikan perbedaan gender dalam manajemen konflik dengan memberikan pelatihan berbasis gender untuk meningkatkan harmonisasi tim dan performa atlet. Atlet juga harus mengembangkan keterampilan komunikasi yang baik untuk mengatasi konflik secara efektif, dengan dukungan pelatih sebagai mediator. Dan untuk penelitian selanjutnya dengan sampel yang lebih besar dan di daerah lain akan memberikan wawasan lebih komprehensif mengenai manajemen konflik di cabang olahraga seperti taekwondo, serta mengembangkan model manajemen konflik yang lebih spesifik dan aplikatif di seluruh Indonesia.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ayyaash, K. I. (2021). Faktor-Faktor Penyebab Konflik Pada Internal Brownies Hacenda. *Performa*, 4(1), 01–10. <https://doi.org/10.37715/jp.v4i1.1181>
- Deden budi rosman. (2017). Pengaruh Metode Latihan Dan Kecepatan Terhadap Daya Ledak Tendangan Dwi Chagi Pada Taekwondo. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 36(3).
- Ilmiah, J., & Pendidikan, W. (2023). *Survei Sarana dan Prasarana Cabang Olahraga Taekwondo di Kota Ternate Mahatma Raison Pribadi STKIP Kie Raha*. 9(April), 678–684.
- Jurnal, E., Sastra, S., Amelia, R., Sukardi, A., & Iskandar, W. (2022). *KOnflik psikologis karakter utama dalam film paul greengrass “ captain phillips ” Film sebagai Karya Sastra*. 2(1), 55–61.
- Latihan, J. I., Pariyavuth, P., Kai, J., Lee, W., A, C. M., Pintong, M., Pariyavuth, P., Lee, J. K. W., & Tan, P. M. S. (2023). *Jurnal Ilmu Latihan & Kebugaran pemulihan dari simulasi kinerja taekwondo*. 21.
- Mayangsari, I. A. (2019). Konflik Batin Tokoh dalam Novel Tentang Kamu Karya Tere Liye : Kajian Psikologi Kurt Lewin. *Jurnal UNESA*, 1(01), 1–9.
- Munzir, April 2022. (n.d.).
- Pamungkas, O. I. (2021). Hubungan Fleksibilitas dan Kekuatan Terhadap Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi Atlet Taekwondo Universitas Negeri Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 17(2), 142–147. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v17i2.40569>
- Rarasti, A., & Heri, Z. (2019). *p- ISSN: 1693-1475, e- ISSN: 2549-9777*. 18(1), 25–30.
- Wulansari, N. D., Ghifari, N., & Purwaningtyas, D. R. (2021). Desiani Rizki Purwaningtyas, Mei 2021. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 112–125. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i1.13688>