

Survey Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam mengikuti Ujian
Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

OLEH

**SATRIO PA'I
NIM : 832 412 029**



**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
2016**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Satrio Pa'i

Nim : 832 412 029

Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis atau skripsi ini adalah benar-benar hasil karya sendiri yang disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelas sarjana di Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.

Adapun isi dari skripsi yang saya kutip dari bagian orang lain telah ditulis sumbernya secara jelas dan sesuai dengan penulisan karya ilmiah.

Apabila suatu saat ditemukan kesalahan atau plagiat yang bukan merupakan hasil karya saya sendiri, maka saya bersedia menerima sanksi yang akan diberikan sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Gorontalo, November 2016



Satrio Pa'i
Satrio Pa'i

Nim. 832 412 029

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Yang Berjudul


**Survey Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota
Gorontalo**

Oleh

SATRIO PA'I
832 412 029

DOSEN PEMBIMBING

Pembimbing 1


Drs. Ruskin, M.Pd
NIP. 19571231 198603 1 026

Pembimbing 2


Svarif Hidayat, M.Or
NIP. 19790403 200501 1 003

Mengetahui:

**Ketua Jurusan Program Study Pendidikan Keperawatan Olahraga
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo**


Svarif Hidayat, M.Or
NIP. 19790403 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : "Survey Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo"

Oleh

SATRIO PA'I
NIM : 832 412 029

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
pada tanggal 11 November 2016

DEWAN PENGUJI

NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
1. <u>Svarif Hidayat, M.Or</u> NIP. 19790403 200501 1 003	 (.....)	13/n/2016
2. <u>Drs. Ruskin, M.Pd</u> NIP. 19571231 198603 1 026	 (.....)	13/n/2016
3. <u>Dr. Hendro Kusworo, M.Pd</u> NIP. 19811230 200501 1 002	 (.....)	17/n/2016
4. <u>Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd</u> NIP. 19570902 198203 2 001	 (.....)	21/n/2016

Gorontalo, November 2016

Mengetahui
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Jufusan Pendidikan Keperawatan Olahraga
Universitas Negeri Gorontalo



Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

Abstrak

Pai, Satrio. 2016. Survey Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo. Skripsi, Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Drs. Ruskin, M.Pd, dan pembimbing II Syarif Hidayat, M.Or.

Tujuan penelitian survey ini adalah untuk mengetahui tingkat kecepatan tendangan pesilat remaja Se-kota Gorontalo. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survey dengan teknik tes, dan memberikan perlakuan tes tendangan sabit, tendangan lurus dan tendangan samping, kaki kanan secepat-cepatnya dan sebanyak-banyaknya selama 10 detik. Demikian juga sebaliknya dengan kaki kiri. Pelaksanaannya dilakukan 3 kali dan diambil waktu yang terbaik dengan ketinggian sandsack/target 75 cm (putri) dan 100 cm (putra). Sedangkan data dikumpul dengan menggunakan norma penilaian kecepatan tendangan dalam olahraga pencak silat.

Dari hasil survey dan tes tendangan pesilat remaja se-kota Gorontalo, maka dapat diketahuilah bahwa tingkat kecepatan tendangan pesilat remaja yang ada di kota Gorontalo memiliki hasil keseluruhan tendangan sabit, tendangan lurus dan tendangan samping yang dominannya hanya ada pada kaki kanan dengan kategori cukup, sedangkan kaki kiri berada pada kategori kurang. Dan pengambilan data kecepatan tendangan untuk putra dan putri di sesuaikan dengan tabel penilaian kecepatan tendangan yang ada pada pembahasan.

Kata Kunci : Survey, Tendangan Sabit, Tendangan Lurus, Tendangan Samping/"T", Tes Kecepatan Tendangan 10 detik.

Abstract

Pai, Satrio. Free kick Pesilat 2016. Survey of Youth Se-Gorontalo. Thesis, Department of Sports Coaching Education, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Supervisor I Drs. Ruskin, M.Pd, and counselors II Syarif Hidayat, M.Or.

The research objective of this survey was to determine the rate at teenage fighters Se-kick Gorontalo city. The research design used in this study is a survey with the testing techniques, and provide treatment tests crescent kick, straight kick and side kick, his right leg as quickly and as much as possible for 10 seconds. And vice versa with the left foot. Implementation is done 3 times and taken the best time with a height sandsack / target 75 cm (daughter) and 100 cm (men). While the data collected using speed assessment norms kick in sport martial arts.

From the survey results and test kicks fighter teenagers throughout the city of Gorontalo, then can it transpired that the rate shot fighter teenagers in the city of Gorontalo has overall results kick sickle, straight kick and side kick are dominant only on the right foot with enough categories, while left foot is in the poor category. And data retrieval speed kick for men and women adjusted to the speed ratings table kicks are there in the discussion.

Keywords: Survey, kick Sabit, Straight kick, side kick / "T" Speed Test kick 10 seconds.



Moto dan persembahan

Moto

Keberhasilan dan kesuksesan seseorang tidak akan pernah tercapai tanpa keridoan Allah SWT dan do'a dari kedua Orang Tua.

Wisuda itu adalah pilihan!!! Tepat waktu dan di waktu yang tepat.

Kopi boleh Pahit, Tapi Hidup Itu Jangan.

(Satrio Pa'i)

Persembahan

Alhamdulillah, atas rahmat dan hidayahnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, Karya yang luar biasa ini kupersembahkan untuk:

Kedua orang tuaku yang telah mendukung dan memberikanku motivasi serta selalu mendo'akan saya ayah Hamid Pa'i, ibu Nurhaya Bagi, serta saudara kandung saya Muslih Pa'i, Fatra Pa'i, Nurhikmah Pa'i, Putrilia Pa'i, Fajria Ma'ruf, dan juga ponakan-ponakan Reyza Pa'i, Enji Pa'i, Dias Hasan.

Untuk dosen-dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang tak bosan-bosan menasehati dan membimbing saya, terutama bapak Marsa Lie Tumbal, M.Pd , bapak Syarif Hidayat, M.Or

bapak Edy Dharma P.duhe, M.Pd , bapak Drs. Ruskin, M.Pd.

Untuk sahabat-sahabat saya angkatan 2012 pko yang selalu bersama susah maupun senang, khususnya kelas A dan para punggawa A2k, dan juga untuk kalian bertiga yang tak bosan- bosannya menemani saya dan memberikan dukungan, Rahmad Ishak, S.Pd, Mufidah M.U Djibran, Latifah Bachmid.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala nikmat dan rahmat yang dilimpahkan-Nya sehingga penulis mendapat kekuatan lahir bathin dalam menyusun proposal ini dengan baik.

Skripsi ini berjudul “Survey Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo” yang diajukan salah satu syarat untuk mengikuti ujian skripsi dalam menyelesaikan pendidikan program strata I pada Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam proses penyusunan Skripsi ini tidak luput dari berbagai hambatan, namun berkat bantuan dan ridho dari Allah SWT serta bantuan dari semua pihak. Olehnya pada kesempatan ini dengan penuh kerendahan hati, sambil memohon Ridho dan Rahmat dari Yang Maha Kuasa, izinkan penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hi. Syamsu Qamar Badu, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Gorontalo.
2. Bapak Prof. Dr. Ir. Mahludin H. Baruwadi, M.Pd selaku Wakil Rektor I Universitas Negeri Gorontalo.
3. Bapak Eduart Wolok, ST, MT selaku Wakil Rektor II Universitas Negeri Gorontalo.
4. Bapak Fence M. Wantu, SH, MH selaku Wakil Rektor III Universitas Negeri Gorontalo
5. Bapak Hasanudin Fatsah, M.Hum, M.Si selaku Wakil Rektor IV Universitas Negeri Gorontalo.
6. Ibu Dr. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.

7. Ibu Risna Podungge, S.Pd, M.Pd selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.
8. Ibu dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes selaku Wakil Dekan II Administrasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.
9. Bapak Ruslan S.Pd, M.Pd selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.
10. Bapak Syarif Hidayat, M.Or selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo.
11. Bapak Edi Dharma Putra Duhe, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo.
12. Terima kasih kepada Bapak Drs. Ruskin, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Syarif Hidayat, M.Or selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan bagi penulis untuk kesempurnaan penelitian.
13. Terima kasih kepada Ibu Nurhayati Liputo, M.pd selaku penguji I dan Bapak Dr. Hendro Kusworo, M.Pd selaku penguji II.
14. Bapak Drs. Ruskin, M.Pd , Bapak Syarif Hidayat, M.Or yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta petunjuk dengan ikhlas dalam penyusunan skripsi ini.
15. Seluruh Dosen dan Staff Administrasi Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga.
16. Orang tuaku tercinta yang terus memberikan do'a, semangat dan material selama ini.
17. Kaka adik dan keluarga besarku yang selalu memberi dukungan dan motivasi.
18. Sahabatku khususnya kelas A dan teman-teman seperjuangan angkatan 2012 jurusan pendidikan keperawatan olahraga yang tidak dapat disebut satu persatu yang selalu memberikan motivasi selama ini.
19. Semua pihak yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan, bimbingan serta petunjuk yang telah diberikan berbagai pihak akan memperoleh imbalan yang setimpal dari Allah Subhana Wata'ala. *Aamiin Ya Rabbal Alamin.*

Akhirnya, dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan penelitian ini dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua. *Amiin.*

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh...

Gorontalo, November 2016

Penulis

Satrio Pa'i
NIM: 832 412 029

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRAC	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Rumusan Masalah	4
1.4. Tujuan Penelitian	4
1.5. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIS DAN HIPOTESIS	
2.1. Kajian Teoritis	6
2.1.1. Hakekat Pencak Silat	6
2.1.2. Hakekat Tendangan	10
2.1.2.1 Hakekat Tendangan Depan.....	12
2.1.2.2 Hakekat Tendangan Sabit.....	15
2.1.2.3 Hakekat Tendangan Samping atau Tendangan "T"	18
2.1.3. Hakekat Kecepatan Tendangan	19
2.1.4. Pengertian Remaja	25
2.2. Kerangka Berpikir	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	28
3.2. Desain Penelitian	28
3.3. Variabel Penelitian	28

3.4. Defenisi Operasional Variabel	28
3.5. Populasi Dan Sampel	29
3.6. Teknik Pengumpulan Data	30
3.7. Instrumen Penelitian	30
3.8. Teknik Analisis Data	31

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian.....	33
4.1.1 Subjek Penelitian	33
4.1.2 Hasil Survei Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja di Masing-masing Perguruan	33
4.1.3 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Perguruan Satria Muda Indonesia.....	33
4.1.4 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Perguruan Teratai Matahari	34
4.1.5 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Perguruan Tapak Suci	35
4.1.6 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Perguruan Ular Sakti	36
4.1.7 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Perguruan Persinas Asad	36
4.1.8 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan di Club “Panji Beladiri Sistem”	37
4.1.9 Hasil Rata-rata Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo	38
4.2. Pembahasan	41
4.2.1 Norma Penilaian Test Kecepatan Tendangan	41
4.2.2 Hasil Survey Kecepatan Tendangan Setiap Perguruan Pencak Silat di Kota Gorontalo	41
4.2.3 Gambaran Umum Kecepatan Tendangan Pesilat Remaja Se-Kota Gorontalo	44

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 1	12
GAMBAR 2	13
GAMBAR 3	17
GAMBAR 4	19
GAMBAR 5	20
GAMBAR 6	27

DAFTAR TABEL

TABEL 1.1	33
TABEL 1.2	34
TABEL 1.3	35
TABEL 1.4	35
TABEL 1.5	36
TABEL 1.6	37
TABEL 1.7	38
TABEL 2.2	40