

**MENINGKATKAN TEKNIK KETERAMPILAN TENDANGAN  
SABIT MELALUI MODEL PEMBELAJARAN LANGSUNG  
PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMAN 1 BABELAN**



**ROBBY KURNIAWAN  
1601617082**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
AGUSTUS, 2021**

## ABSTRAK

### **Meningkatkan Teknik Keterampilan Tendangan Sabit Melalui Model Pembelajaran Langsung Pada Siswa Ekstrakurikuler SMAN 1 Babelan.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penggunaan variasi latihan tendangan sabit melalui model pembelajaran langsung dapat meningkatkan keterampilan tendangan sabit pencak silat untuk siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Babelan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan Action Research, yaitu dengan memberikan perlakuan khusus kepada siswa untuk meningkatkan keterampilan tendangan sabit pada pencak silat. Indikator yang diukur pada penelitian ini adalah : gerakan persiapan, gerakan angkatan kaki, gerakan lanjutan (menendang), dan gerakan akhir (menarik kembali tendangan). Subyek dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Babelan sebanyak 20 orang. Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh yaitu: dengan penelitian action research dan menggunakan metode tahapan-tahapan dalam melatihnya, dapat meningkatkan keterampilan tendangan sabit pada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMAN 1 Babelan. Dengan dua siklus penelitian tindakan. Dari Tingkat keberhasilan anak pada tes awal berjumlah 4 atau 20%, kemudian setelah dilatih dengan metode tahapan-tahapan pada siklus I anak yang berhasil berjumlah 12 atau 60%, dan karna tidak mencapai target dilanjutkan sampai pada siklus II yang mana pada siklus II keberhasilan anak mencapai 20 orang atau 100% tuntas.

**Kata Kunci:** Tendangan Sabit, Pencak Silat, Model Pembelajaran Langsung

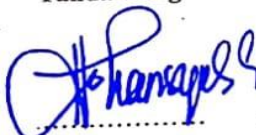

## **ABSTRACT**

### **Improving the sabit kick skill technique through a direct learning model for extracurricular SMAN 1 babelan students.**






*The purpose of this study was to determine whether the use of variations of the sickle kick exercise through the direct learning model can improve the skills of the pencak silat sickle kick for extracurricular students of SMAN 1 Babelan. This study uses a descriptive research method with Action Research, namely by giving special treatment to students to improve the skills of the sickle kick in pencak silat. The indicators measured in this study were: preparatory movement, leg lift movement, follow-up movement (kicking), and final movement (pull back kick). The subjects in this study were extracurricular students of SMAN 1 Babelan as many as 20 people. Based on the results of the study, it can be obtained that: by action research and using the method of stages in training it, it can improve the sickle kick skills of the pencak silat extracurricular students of SMAN 1 Babelan. With two cycles of action research. From the success rate of children in the initial test amounted to 4 or 20%, then after being trained with the stages method in the first cycle the children who succeeded amounted to 12 or 60%, and because they did not reach the target, they continued to cycle II which in the second cycle the child's success reach 20 people or 100% complete.*

**Keywords:** Sabit Kick, Pencak Silat, Direct Learning Model

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> ( Dr. Johansyah Lubis, M.Pd ) NIP. 196705081993031001		23/08/2021
<b>Pembimbing II</b> ( Slamet Sukriadi, M.Pd ) NIP. 198210282015041002		20/08/2021

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Taufik Rihatno</u> NIP. 196410041992031001	Ketua		20/08/2021
<u>Drs. Mustara Musa, M.Pd</u> NIP. 196607072001121001	Sekretaris		
<u>Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 196705081993031001	Pembimbing I		23/08/2021
<u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Pembimbing II		20/08/2021
<u>Dr. Nur Ali, M.Pd</u> NIP. 195808271985031001	Penguji		19/08/2021

Tanggal Lulus : 18 Agustus 2021

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh dari hasil skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Agustus 2021  
Yang membuat  
pernyataan,

  
Robby Kurniawan

No. Reg 1601617082



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ROBBY KURNIAWAN  
NIM : 1601617082  
Fakultas/Prodi : FAKULTAS ILMU OLAHRAGA / PENDIDIKAN JASMANI  
Alamat email : robbykurniawan92620@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MENINGKATKAN TEKNIK KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT MELALUI  
MODEL PEMBELAJARAN LANGSUNG PADA SISWA EKSTRAKURIKULER  
SMAN 1 BABELAN

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Penulis

( ROBBY KURNIAWAN )  
nama dan tanda tangan

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmatnya-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Meningkatkan Teknik Keterampilan Tendangan Sabit Melalui Model Pembelajaran Langsung Pada Siswa Ekstrakurikuler SMAN 1 Babelan** “ ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta sekaligus pembimbing 1, dan kepada Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd** , selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani . Terimakasih saya ucapkan kepada, Bapak **Slamet Sukriadi, M.Pd**, selaku pembimbing 2, dan Bapak **Drs. Mustara Musa, M.Pd**, selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikirannya, Terimakasih kepada **Koppensi UNJ dan Perguruan Pencak silat KPS Nusantara** yang telah banyak membantu dan membesarkan saya di dunia Pencak silat , Terimakasih kepada Bapak dan Ibu serta keluarga dan kerabat saya telah memberikan dukungan material maupun moral dan kepada kepada staf dan karyawan FIO UNJ yang sudah membantu saya.

Demikian yang bisa saya sampaikan , saya mendoakan semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu , semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 18 Agustus 2021

Peneliti

Oby

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Perumusan Masalah.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK</b> .....	<b>7</b>
A. Konsep Penelitian Tindakan.....	7
B. Konsep Model Tindakan.....	12
C. Kerangka Teori.....	14
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>36</b>
A. Tujuan Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
C. Metode Penelitian.....	36
D. Prosedur Penelitian Tindakan.....	37
E. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	41
F. Sumber Data.....	45
G. Teknik Pengumpulan Data.....	45
H. Validasi Data.....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>57</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	57
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	73



<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	77
A. Kesimpulan .....	77
B. Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	79
<b>LAMPIRAN</b> .....	82
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	107

