

**PENGARUH *POWER* LENGAN, KELINCAHAN,
KOORDINASI MATA TANGAN DAN KAKI TERHADAP
KETERAMPILAN BANTINGAN LENGAN ATLET GULAT
GAYA BEBAS**



EKO NUR CAHYONO

9903817055

**Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Memperoleh Gelar Magister**

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2021

PENGARUH *POWER* LENGAN, KELINCAHAN, KOORDINASI MATA TANGAN DAN KAKI TERHADAP KETERAMPILAN BANTINGAN LENGAN ATLET GULAT GAYA BEBAS

Eko Nur Cahyono, Widiastuti, Hernawan

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara *power* lengan, kelincahan dan Koordinasi Mata Tangan dan Kaki dalam melakukan keterampilan bantingan lengan atlet gulat yang ada di Provinsi Jawa Barat. Populasi yang terjangkau dalam penelitian ini adalah seluruh atlet gulat yang ada di daerah Jawa Barat yang berjumlah 30 orang atlet gulat gaya bebas. Penentuan sampel dengan menggunakan sampel jenuh, artinya seluruh populasi terjangkau dijadikan sampel penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis jalur dengan bantuan program komputer SPSS versi 21 dengan taraf signifikansi 95% atau $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pengaruh langsung yang diberikan variabel *power* lengan (X1) terhadap variabel koordinasi mata, tangan dan kaki (X3) yaitu sebesar -0,414. Kemudian pengaruh langsung yang diberikan variabel kelincahan (X2) terhadap variabel koordinasi mata, tangan dan kaki (X3) yaitu sebesar -0,357. Kemudian pengaruh langsung yang diberikan variabel *power* lengan (X1) terhadap variabel keterampilan bantingan lengan (Y) yaitu sebesar 0,546. Kemudian pengaruh langsung yang diberikan variabel kelincahan (X2) terhadap variabel keterampilan bantingan lengan (Y) yaitu sebesar 0,638. Dan terakhir pengaruh langsung yang diberikan variabel koordinasi mata, tangan dan kaki (X3) terhadap variabel keterampilan bantingan lengan (Y) yaitu sebesar 0,351. Perhitungan uji Sobel (*Sobel Test*) diperoleh bahwa nilai probabilitas satu arah (*One-tailed probability*) sebesar $0,02900834 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *power* lengan (X1) berpengaruh tidak langsung melalui koordinasi mata, tangan dan kaki (X3) terhadap keterampilan bantingan lengan (Y). Kemudian hasil perhitungan uji Sobel (*Sobel Test*) diperoleh bahwa nilai probabilitas satu arah (*One-tailed probability*) sebesar $0,07300632 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kelincahan (X2) tidak berpengaruh secara tidak langsung melalui koordinasi mata, tangan dan kaki (X3) terhadap keterampilan bantingan lengan (Y).

Kata kunci : *Power* Lengan, Kelincahan, Koordinasi Mata Tangan dan kaki, Keterampilan Bantingan Lengan

THE INFLUENCE OF ARM POWER, AGILITY, EYE COORDINATION AND FEET ON ARM SLIP SKILLS OF FREESTYLE WRESTLING ATHLETES

Eko Nur Cahyono, Widiastuti, Hernawan

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of arm power, agility and eye-hand and foot coordination in performing arm slamming skills in wrestling athletes in West Java Province. The population that was reached in this study were all wrestling athletes in the West Java area, which consisted of 30 freestyle wrestling athletes. Determination of the sample using a saturated sample, meaning that the entire affordable population is used as a research sample. The data analysis technique used is descriptive analysis and path analysis with the help of SPSS version 21 computer program with a significant level of 95% or $\alpha = 0.05$. The results showed that: The direct effect given by the variable *power arm* (X1) to variable eye, hand and foot coordination (X3) which is equal to -0.414. Then the direct effect given by the variable *agility* (X2) to the variable eye, hand and foot coordination (X3) which is -0.357. Then the direct effect given by the variable *power arm* (X1) to variable arm slam skill (Y) that is equal to 0.546. Then the direct effect given by the variable *agility* (X2) to the variable arm slam skill (Y) that is equal to 0.638. And lastly, the direct influence given by the variable *eye, hand and foot coordination* (X3) to the variable arm slam skill (Y) that is equal to 0.351. Sobel test calculations (Sobel Test) obtained that the one-tailed probability value is $0.02900834 < 0.05$. So it can be concluded that the arm power variable (X1) has an indirect effect through eye, hand and foot coordination (X3) on arm slamming skills (Y). Then results Sobel test calculations (Sobel Test) obtained that the value of one-tailed probability (One-tailed probability) is $0,07300632 > 0.05$. So it can be concluded that the agility variable (X2) has no indirect effect through eye, hand and foot coordination (X3) on arm slamming skills (Y).

Keywords: Arm Power, Agility, Eye Hand and Foot Coordination, Arm Kick Skills

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd.

Tanggal : 23-08-2021



Dr. Hernawan, SE, M.Pd.

Tanggal : 23-08-2021

Nama

Prof. Dr. Dedi Purwana E.S., M.Bus
(Ketua)¹



(Tanda tangan)

27-8-2021

(Tanggal)

Dr. Oman U. Subandi, M.Pd.
(Koordinator S2 Prodi Pendidikan Jasmani)²



(Tanda tangan)

25-08-2021

(Tanggal)

Nama : Eko Nur Cahyono

No. Registrasi : 9903817055






Tanggal Lulus :

Angkatan : 2017/2018

¹. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

². Koordinator S2 Prodi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Oman U. Subandi, M.Pd. (Koordinator S2 Pendidikan Jasmani)		25/08 ²¹
2.	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd. (Pembimbing I)		23/08 ²¹
3.	Dr. Hernawan, SE, M.Pd. (Pembimbing II)		23/08 ²¹
4.	Dr. Nur Ali, M.Pd (Penguji)		21/08 ²¹
5.	Dr. Bambang Kridasuwarno, M.Pd (Penguji)		21/08 ²¹

Nama : Eko Nur Cahyono

No. Registrasi : 9903817055

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS TESIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Pascasarjana Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Eko Nur Cahyono

No. Registrasi : 9903817055

Jurusan/ Program Studi : S2 Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis yang saya buat dengan judul:

PENGARUH *POWER* LENGAN, KELINCAHAN, KOORDINASI MATA TANGAN DAN KAKI TERHADAP KETERAMPILAN BANTINGAN LENGAN ATLET GULAT GAYA BEBAS, adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian atau pengembangan pada bulan 27 Oktober 2020 - 5 April 2021.
2. Bukan merupakan duplikas tesis atau karya inovasi yang pernah pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.
3. Adapun bagian - bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 22 Mei 2021



Eko Nur Cahyono

No. Reg 9903817055



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : Eko Nur Cahyono
NIM : 9903817055
Fakultas/Prodi : Pascasarjana S2 Pendidikan Jasmani
Alamat email : xcosportedu252@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 :

Pengaruh Power Lengan, Kelincahan, Koordinasi Mata Tangan dan Kaki Terhadap
Keterampilan Bantingan Lengan Atlet Gulat Gaya Bebas

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, 03 Oktober 2021

Penulis

(Eko Nur Cahyono)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis mendapatkan jalan serta ridho untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Dengan menyelesaikan tugas akhir yaitu Tesis yang berjudul “Pengaruh *Power* Lengan, Kelincahan, Koordinasi Mata, Tangan dan Kaki terhadap Keterampilan Bantingan Lengan Atlet Gulat Gaya Bebas” sehingga bisa sampai ketitik akhir dalam Pendidikan Pascasarjana (S2) Universitas Negeri Jakarta.

Adapun tujuan dari penelitian Tesis ini tidak lain untuk memenuhi salah satu syarat menempuh Sidang Pascasarjana Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Dengan selesainya penulisan Tesis ini semoga hasilnya dapat bermanfaat serta bisa dijadikan salah satu referensi untuk meningkatkan kualitas Olahraga Gulat yang ada di Indonesia Khususnya di Daerah Jawa Barat.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa hormat serta ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu proses penelitian ini kemudian ucapan saya sampaikan diantaranya :

1. Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Pascasarjana UNJ.
2. Ibu Prof. Dr. Widiastuti, M. Pd selaku Pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan tesis ini.
3. Bapak Dr. Hernawan, SE., M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan tesis ini.
4. Bapak Dr. Dindin Abidin, M.Si, yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan tesis ini.
5. Tidak lupa saya ucapkan terima kasih kepada kedua orang tua tercinta, Bapak (Achmad Mujiono), Ibu (Nurnaningsih) dan adik-adik tercinta. Penulis sampaikan rasa hormat, dan terimakasih sedalam – dalamnya kepada beliau yang membimbing dan tidak pernah lelah dalam memberikan semangat penulis untuk menjadi manusia yang berhasil dunia dan akhirat.

6. Terima kasih kepada Pengcab Gulat Kota Bekasi yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan Tesis ini.
7. Terima kasih kepada Ibu Himawati dan Bapak Wawan Setiawan yang telah memberikan dukungan baik moral dan material sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis ini dengan baik.
8. Terimakasih Kepada Kepala SMA Islam PB.Soedirman Kota Bekasi Bapak Drs. H. Agus Riyanta, M.Pd dan Guru-guru yang telah memberikan dukungan serta semangat untuk menyelesaikan studi ini.

Akhri kata semoga beliau yang membantu dan semua yang belum penulis sebutkan dibalas kebaikannya oleh Allah SWT dan senantiasa dipanjangkan umurnya dan dilapangkan rizkynya dan dimudahkan dalam segala urusannya.

Jakarta, September 2021

Eko Nur Cahyono



DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
PERNYATAAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian	6
F. <i>State Of The Art</i>	7
G. <i>Road Map</i> Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORETIK	
A. Deskripsi Konseptual	10
1. Keterampilan Bantingan Lengan	10
2. <i>Power</i> Lengan	17
3. Kelincahan	22
4. Koordinasi Mata, Tangan dan Kaki	28
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	35
C. Kerangka Konsep	36
1. Pengaruh <i>Power</i> Lengan Terhadap Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	36
2. Pengaruh Kelincahan Terhadap Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	36

3. Pengaruh Koordinasi Mata Tangan dan Kaki terhadap Keterampilan Bantingan Lengan Gulat	36
4. Pengaruh <i>Power</i> Lengan terhadap Keterampilan Bantingan Lengan Gulat	37
5. Pengaruh Kelincahan terhadap Keterampilan Bantingan Lengan Gulat	38
6. Pengaruh <i>Power</i> Lengan terhadap Keterampilan Bantingan Lengan melalui Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	38
7. Pengaruh Kelincahan terhadap Keterampilan Bantingan Lengan melalui Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	39
D. Hipotesis Penelitian	39

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Metode Penelitian	42
D. Populasi dan Sampel	44
1. Populasi	44
2. Sampel	44
E. Teknik Pengumpulan Data	44
F. Instrumen Penelitian	45
1. Instrumen Variabel Terkait (X1) <i>Power</i> Lengan `	45
2. Instrumen Variabel Terkait (X2) Kelincahan	49
3. Instrumen Variabel Terkait (X3) Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	53
4. Instumen Variabel Terkait (Y) Keterampilan Bantingan Lengan	58
G. Teknik Analisis Data	61
1. Deskripsi Data	61
2. Uji Persyaratan Analisis	61
a. Uji Normalitas	62
b. Uji Homogenitas	62

c. Uji Linieritas Regresi dan Uji Signifikansi Regresi	62
H. Hipotesis Statistika	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Deskriptif	646
B. Uji Asumsi Klasik	67
1. Uji Normalitas	67
2. Uji Homogenitas	68
C. Analisis Regresi Linier Berganda	70
D. Koefisien Determinasi	81
E. Uji Hipotesis	73
F. Analisis Jalur	75
G. Uji Sobel (Sobel Test)	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
Daftar Pustaka	
Lampiran	

DAFTAR GAMBAR

1.1 Grand Design Penelitian	9
2.1 Tahapan Bantingan Lengan.....	13
2.2 Tahapan Awal Sikap Berhadapan Dengan Lawan.....	14
2.3 Tahap Tangkapan Lengan Lawan	15
2.4 Tahap Mendorong Pinggang Lawan ke belakang.....	15
2.5 Tahap Akhir Tarikan Lengan	16
2.6 Model Teori Hubungan Antar Variabel Penelitian	40
3.1 Model Teori Hubungan Antara Variabel Penelitian	43
3.2 <i>Prototype</i> Alat Tes Power Lengan	46
3.3 Pengoperasian <i>Prototype</i> Alat Tes Power Lengan	47
3.4 <i>Prototype</i> Tes Kelincahan One Rope Back Steep.....	50
3.5 <i>Prototype</i> Tes Koordinasi Mata Tangan dan Kaki <i>Visual Display Coordination Test</i>	54
3.6 Formulir Instrumen Koordinasi Mata tangan dan Kaki	56
3.7 <i>Prototype</i> Tes Keterampilan Bantingan Lengan (<i>Half Pie Slap Test</i>)	58
3.8 Sub Struktur I	63
3.9 Sub Struktur II	64
4.1 Grafik Normal <i>Probability Plot</i>	67
4.2 Grafik <i>Scatter Plot</i>	69
4.3 Diagram Jalur	75
4.4 Diagram jalur	77
4.5 Hasil Uji Sobel 1	77
4.6 Hasil Uji Sobel 2	78

DAFTAR TABEL

1.1 Hasl Penelitian Terdahulu	7
1.2 <i>Road Map</i> Penelitian	8
4.1 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	87
4.2 Hasil Uji <i>Kolmogorov Smirnov</i>	89
4.3 Hasil Uji Homogenitas	91
4.4 Hasil Koefisien Regresi Linear Berganda Persamaan 1	91
4. 5 Hasil Koefisien Regresi Linear Persamaan 2	92
4.6 Hasil Koefisien Determinasi Persamaan 1	94
4.7 Hasil koefisien determinasi persamaan 2	94
4.8 Hasil Uji Parsial (Uji t) Persamaan 1	95
4.9 Hasil Uji Parsial (Uji t) Persamaan 2	96

