

RINGKASAN

Dian Ardianto. Upaya Meningkatkan Teknik Guntingan Pencak Silat Dengan Alat Bantu *Cone* Pada Siswa Ulya (Sekolah Menengah Atas) Pendidikan Diniyah Formal Minhaajurrosyidin *Intertational Islamic Boarding School* Jakarta. Skripsi. Program Studi Konsentrasi Kepelatihan Olahraga, Jurusan Olahraga Prestasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Januari 2019.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik guntingan Pencak Silat dengan alat bantu *cone* pada siswa ulya (SMA) PDF MIIBS Jakarta. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2018 di aula SMA PDF MIIBS Jakarta. Adapun yang menjadi subjek pada penelitian ini adalah siswa atau atlet yang mengikuti latihan Pencak Silat di SMA PDF MIIBS Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian gabungan dari kualitatif dan kuantitatif dengan *classroom Action Research*, yaitu dengan memberikan perlakuan khusus kepada atlet untuk meningkatkan teknik guntingan Pencak Silat. Indikator yang di nilai dalam penelitian ini adalah : gerakan persiapan, gerakan pelaksanaan, gerakan lanjutan dan gerakan akhir. Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh kesimpulan yaitu : dengan penelitian *action research* menggunakan metode bagian per bagian dalam melatihnya, ternyata dapat meningkatkan teknik guntingan Pencak Silat pada siswa ulya SMA PDF MIIBS Jakarta. Penelitian ini menggunakan dua siklus tindakan, dari tingkat keberhasilan siswa pada saat dilakukan tes awal siswa berhasil sebanyak 2 siswa atau 10%, kemudian setelah latihan dengan metode bagian per bagian saat tes siklus I siswa yang berhasil berjumlah 13 atau 65%, dan kemudian dilanjutkan dengan siklus II dan setelah dilakukan latihan kemudian pada saat tes siklus II siswa berhasil sebanyak 18 siswa atau 90% tuntas.

Kata Kunci : *cone*, upaya peningkatan, guntingan Pencak Silat

ABSTRACT

Dian Ardianto. *Efforts to Improve the Technique of Pencak Silat Cutouts with Cone Aid for Ulya Students (High School) Formal Diniyah Education Minhaajurrosyidin Intertational Islamic Boarding School Jakarta. Skripsi. Sports Training Concentration Study Program, Achievement Sports Department, Faculty of Sports Sciences, Jakarta State University, January 2019.*

This study aims to improve the cutting technique of Pencak Silat with cone aids on ulya students (SMA) PDF MIIBS Jakarta. This research was conducted in August 2018 in the high school PDF MIIBS Jakarta hall. The subjects in this study were students or athletes who took part in the Pencak Silat training at SMA PDF MIIBS Jakarta. The method used in this study is a combined research method from qualitative and quantitative with classroom Action Research, namely by giving special treatment to athletes to improve Pencak Silat cutout techniques. The indicators that are valued in this study are: preparation movements, implementation movements, continued movements and final movements. Based on the results of the study it can be concluded that: with action research research using part-by-part methods in training it, it turns out that it can improve Pencak Silat cutting techniques in high school students PDF PDF MIIBS Jakarta. This study uses two cycles of action, from the success rate of students when the initial student test is successful as many as 2 students or 10%, then after practice with the part-by-part method during the first cycle test students who succeed are 13 or 65%, and then proceed with cycle II and after training then when the cycle II test students succeeded as many as 18 students or 90% completed.

Keywords : *cone, improvement efforts, Pencak Silat cutouts*