

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN TENDANGAN  
DOLLYO CHAGI MELALUI MEDIA DI REVOLUTION  
TAEKWONDO CLUB (RTC) DOJANG 88**



**Nabilah Wardah Taher**

**1601618085**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh**

**Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**FEBRUARI, 2022**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN TENDANGAN DOLLYO  
CHAGI MELALUI MEDIA DI REVOLUTION TAEKWONDO CLUB  
(RTC) DOJANG 88**

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran secara rinci dan menyeluruh beberapa besar pengaruh media statis dalam meningkatkan kemampuan tendangan *dollyo chagi* pada olahraga beladiri taekwondo di Revolution Taekwondo Club (RTC) Dojang 88. Subjek penelitian adalah anak usia 12-14 tahun (SMP) di Revolution Taekwondo Club Dojang 88 yang berjumlah 20 orang. Metode yang digunakan menggunakan metode Action Research dengan teknik observasi dan pengamatan dengan menggunakan siklus penelitian yang dibuat berdasarkan 4 langkah utama siklus. Dari observasi awal, siklus I, dan siklus II terdapat peningkatan progresif disetiap siklusnya, bisa dilihat dari tes awal (10%) ke siklus I (80%) dan siklus II (100%). Dengan demikian melalui media statis dapat meningkatkan kemampuan tendangan *dollyo chagi* di Revolution Taekwondo Club Dojang 88.

**Kata kunci :** Tendangan, *Dollyo Chagi*, Taekwondo



***EFFORTS TO IMPROVE DOLLYO CHAGI'S KICKING ABILITY  
THROUGH MEDIA AT REVOLUTION TAEKWONDO CLUB (RTC)  
DOJANG 88***


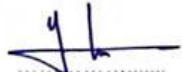
***ABSTRACT***

*The research objective to be achieved in this study is to find out a detailed and comprehensive description of the major effects of static media in improving the kick ability of dollyo chagi in taekwondo martial arts at Revolution Taekwondo Club (RTC) Dojang 88. The research subjects were children aged 12-14 years. (SMP) at Revolution Taekwondo Club Dojang 88, totaling 20 people. The method used is the Action Research method with observation and observation techniques using a research cycle that is made based on the 4 main steps of the cycle. From the initial observations, cycle I, and cycle II there was a progressive increase in each cycle, it could be seen from the initial test (10%) to cycle I (80%) and cycle II (100%). Thus, through static media, it can increase the dollyo chagi kick ability at Revolution Taekwondo Club Dojang 88.*






***Keywords : Kick, Dollyo Chagi, Taekwondo***



## LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> Rizky Nurulfa, M.Pd NIP. 198808312019032010		16/02/22
<b>Pembimbing II</b> Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 19730305200921001		16/02/22

## PERSETUJUAN PANITIA SIDANG

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Ketua</b> Eka Fitri Novitasari, M.Pd NIP. 197908252005012002		21/02/22
<b>Sekretaris</b> Slamet Sukriadi, M.Pd NIP. 198210282015041002		16/02/22
<b>Anggota I</b> Rizky Nurulfa, M.Pd NIP. 198808312019032010		16/02/22
<b>Anggota II</b> Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 19730305200921001		16/02/22
<b>Anggota III</b> Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd NIP. 196411261988031002		22/02/22

Tanggal Lulus : 10 Februari 2022

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah 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 ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 22 Januari 2022

Yang Membuat Pernyataan



Nabilah Wardah Taher

No. Reg. 1601618085



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 : Nabilah Wardah Taher  
NIM : 1601618085  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani  
Alamat email : [bilahtaher@gmail.com](mailto:bilahtaher@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 :

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN TENDANGAN DOLLYO CHAGI MELALUI MEDIA DI REVOLUTION TAEKWONDO CLUB (RTC) DOJANG 88.

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, 25 Februari 2022

Penulis

(Nabilah Wardah Taher)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke Hadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan rahmat serta karunia-Nya sehingga Skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Negeri Jakarta dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi Melalui Media Di Revolution Taekwondo Club Dojang 88”.

Dalam proses penyelesaiannya, skripsi ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa adanya bantuan bimbingan serta dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga, Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd selaku Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Rizky Nurulfa, M.Pd, selaku dosen Pembimbing I dan Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd, selaku dosen Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Slamet Sukriadi, M.Pd selaku dosen pembimbing akademik.
4. Kedua orang tua peneliti, Bapak Tabroni dan Ibu Herawati serta kedua kakak kandung peneliti Suryani Taher dan Nur Azizah Taher yang selalu memberikan dukungan baik mental, spiritual, dan finansial untuk kelancaran studi penulis.

5. Pengurus, pelatih, serta para atlet Revolution Taekwondo Club Dojang 88 yang telah bersedia untuk menjadi sampel penelitian.
6. Sahabat-sahabat peneliti, Intan, Dea, Reas, Julio, Yayat teman seperjuangan dalam penyusunan skripsi ini, selalu menemani saya ketika dalam keadaan apapun, yang telah berbagi banyak hal selama perkuliahan. Zirly, Ratu, Dessi, Arli, Indah, Melani yang selalu mendukung dan memberikan motivasi dalam mengerjakan skripsi ini.
7. Saya ingin berterimakasih kepada diri saya sendiri, Nabilah Wardah Taher karena telah melakukan kerja keras ini dan tidak pernah berhenti berusaha.
8. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu turut membantu dalam penyusunan skripsi ini sehingga peneliti dapat menyelesaikannya.

Penulis menyadari skripsi ini masih belum sempurna, diharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak sebagaimana yang diharapkan. Aamiin.

Jakarta, 22 Januari 2022

Nabilah Wardah Taher



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSTUJUAN SIDANG SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>ABSTRACT</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DATAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Fokus Penelitian. ....	7
C. Perumusan Masalah .....	7
D. Kegunaan Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN PENGAJUAN HIPOTESIS</b> .....	8
A. Kerangka Teoritis .....	8
1. Hakikat Taekwondo .....	8
2. Hakikat Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> .....	11
3. Hakikat Media .....	13
4. Karakteristik anak SMP .....	16
5. Konsep Penelitian Tindakan.....	19
B. Kerangka Berpikir .....	20
C. Hipotesis Tindakan. ....	21

<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	22
A. Tujuan Penelitian .....	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
C. Subyek Penelitian .....	22
D. Metodologi Penelitian .....	22
E. Prosedur Penelitian .....	23
F. Perencanaan Tindakan Siklus .....	27
G. Sumber Data .....	28
H. Teknik Pengambilan Data Penelitian .....	29
I. Keabsahan Penelitian .....	29
J. Instrumen Penelitian .....	29
K. Teknik Analisa Data .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....	47
A. Proses Pelaksanaan Penelitian .....	47
1. Deskripsi Kondisi Awal .....	47
2. Pelaksanaan Siklus I .....	49
3. Pelaksanaan Siklus II .....	54
B. Pengamat Kolaborator .....	60
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN</b> .....	64
A. Kesimpulan .....	64
B. Implikasi .....	64
C. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	66
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	67
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	94

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Kisi- Kisi Penilaian Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> .....	31
Tabel 2 : Distribusi Hasil Tes Awal Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> Pada Taekwondo .....	47
Tabel 3 : Distribusi Hasil Siklus I Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> pada Taekwondo setelah Menggunakan Media Statis .....	52
Tabel 4 : Distribusi Hasil Siklus II Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> pada Taekwondo setelah Menggunakan Media Statis .....	57
Tabel 5 : Data Tes Awal, Siklus 1, Siklus 2 .....	60



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> .....	13
Gambar 2 : Perencanaan Siklus .....	28
Gambar 3 : Diagram Batang Hasil Tes Awal .....	48
Gambar 4 : Diagram Batang Hasil Penilaian Siklus I.....	53
Gambar 5 : Diagram Batang Hasil Penilaian Siklus II .....	58
Gambar 6 : Diagram Lingkaran Tes Awal .....	62
Gambar 7 : Diagram Lingkaran Siklus 1 .....	62
Gambar 8 : Diagram Lingkaran Siklus 2 .....	63



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Catatan Pertemuan Pertama Siklus I .....	67
Lampiran 2 : Catatan Pertemuan Kedua Siklus I .....	69
Lampiran 3 : Catatan Pertemuan Pertama Siklus II .....	71
Lampiran 4 : Catatan Pertemuan Kedua Siklus II .....	73
Lampiran 5 : Hasil Tes Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> .....	74
Lampiran 6 : Hasil Penilaian Siklus I .....	75
Lampiran 7 : Hasil Penilaian Siklus II .....	76
Lampiran 8 : Perhitungan Hasil Tes Awal .....	77
Lampiran 9 : Perhitungan Hasil Siklus I .....	79
Lampiran 10 : Perhitungan Hasil Siklus II .....	81
Lampiran 11 : Dokumentasi Penelitian.....	83
Lampiran 12 : Surat Keterangan Validitas .....	88
Lampiran 13 : Surat Keterangan Uji Coba Instrumen .....	90
Lampiran 14 : Formulir Permohonan Dosen Pembimbing .....	91
Lampiran 15 : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian .....	92
Lampiran 16 : Surat Pemberian Izin Penelitian .....	93