

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN KEKUATAN OTOT
TUNGKAI DENGAN KEBERHASILAN GUNTINGAN ATLET
KLUB OLAHRAGA PRESTASI PENCAK SILAT UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**



NOVIANDRI

1602617001

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2022

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN KEBERHASILAN GUNTINGAN ATLET KLUB OLAHRAGA PRESTASI PENCAK SILAT UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan kepercayaan diri dan kekuatan otot tungkai dengan keberhasilan guntingan atlet pencak silat Universitas Negeri Jakarta. Pengambilan data dilakukan pada bulan Januari 2022 yang bertempat di GOR Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dengan studi korelasi. Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 27 orang dari atlet pencak silat UNJ. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk penelitian ini adalah angket untuk kepercayaan diri dan untuk kekuatan otot tungkai yaitu *leg dynamometer*. Teknik pengujian hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistika korelasi sederhana dan korelasi ganda yang dilanjutkan dengan uji-t pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan: *pertama*, terdapat hubungan kepercayaan diri dengan keberhasilan guntingan atlet pencak silat UNJ dengan persamaan garis regresi linier $\hat{Y} = -2,255 + 0,105 X_1$, koefisien korelasi (r_{X_1Y}) = 0,509 dan koefisien determinasi ($r_{X_1Y}^2$) = 0,259 yang berarti variabel kepercayaan diri memberikan pengaruh terhadap keberhasilan guntingan atlet pencak silat sebesar 25,9% *Kedua*, terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan keberhasilan guntingan atlet pencak silat UNJ dengan persamaan garis regresi linier $\hat{Y} = 3,991 + 0,052 X_2$, koefisien korelasi (r_{X_2Y}) = 0,515 dan koefisien determinasi ($r_{X_2Y}^2$) = 0,265, yang berarti variabel kekuatan otot tungkai memberi pengaruh terhadap keberhasilan guntingan atlet pencak silat UNJ sebesar 24,9% *Ketiga*, terdapat hubungan yang berarti antara kepercayaan diri dan kekuatan otot tungkai secara bersama dengan keberhasilan guntingan atlet pencak silat UNJ dengan persamaan regresi linear $\hat{Y} = -3,358 + 0,084X_1 - 0,041X_2$, Koefisien korelasi 0,647 dengan hasil signifikan.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, Kekuatan otot tungkai, Keberhasilan guntingan

THE RELATIONSHIP OF CONFIDENCE AND LIMB MUSCLE STRENGTH WITH CUTTING SUCCESS OF PENCAK SILAT SPORTS CLUB ATHLETES JAKARTA STATE UNIVERSITY

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-confidence and leg muscle strength with the success of cutting out pencak silat athletes at the Jakarta State University. Data collection was carried out in January 2022 which took place at the GOR, Faculty of Sports Science, State University of Jakarta. The research method used in this research is quantitative, with a correlation study. This research is correlational, namely to find out how big the relationship between variables is. The sample used in this study amounted to 27 people from UNJ pencak silat athletes. The technique used in this research is purposive sampling technique. The instrument used for this research is a questionnaire for self-confidence and for leg muscle strength, namely the leg dynamometer. The hypothesis testing technique carried out in this study used simple correlation statistical analysis techniques and multiple correlations followed by a t-test at a significant level of = 0.05. The results of the study show: first, there is a relationship between self-confidence and the success of UNJ pencak silat athletes with the linear regression line equation = $-2.255 + 0.105 X_1$, the correlation coefficient (r_{X_1Y}) = 0.509 and the coefficient of determination ($r_{X_1Y}^2$) = 0.259 which means the variable of self-confidence has an influence on the success of pencak silat athletes clipping by 25.9% Second, there is a relationship between leg muscle strength and the success of UNJ pencak silat athletes clipping with the linear regression line equation = $3.991 + 0.052 X_2$, correlation coefficient (r_{X_2Y}) = 0.515 and coefficient of determination ($r_{X_2Y}^2$) = 0.265, which means that the variable leg muscle strength has an influence on the success of the cuttings of the UNJ pencak silat athletes by 24.9% Third, there is a significant relationship between self-confidence and leg muscle strength together with the success of the cuttings of UNJ pencak silat athletes with the equation linear regression = $-3.358 + 0.084X_1 - 0.041X_2$, coefficient n correlation 0.647 with significant results.

Keywords: *Self-confidence, leg muscle strength, clipping success*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji dan syukur kepada Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayahnya saya diizinkan untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Jakarta terutama dalam menyelesaikan tugas akhir ini selama 9 semester. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabat.

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tuaku tersayang yang selalu membuatku termotivasi dan selalu memberikan kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku menjadi lebih baik. Terimakasih Ama Terimakasih Apa atas semua yang telah engkau berikan, semoga kalian diberi kesehatan dan panjang umur agar dapat menemani langkahku bersama kakakku sayang uni Via dan adik-adikku tercinta Vio, dan Shaddam menuju kesuksesan.

Tak lupa saya ucapkan terimakasih kepada Dosen Fakultas Ilmu Olahraga yang telah memberikan semua ilmu dan bimbingannya. Dan terimakasih kepada diriku sendiri Noviandri anak Daan jo Nina yang sudah bisa melewati semua sampai selesai tanpa ada ragu walau banyak hambatan, seperti kato urang Minang “Pantang pulang sabalum manjadi urang” yang sebenarnya perjalanan masih panjang,tapi insyaAllah Aku pasti Sukses Amin. Teman-teman dan junior (KOPPENSI) UNJ terima kasih banyak untuk bantuan dan kerja samanya selama ini. Untuk sahabatku seperjuangan seperantauan yang selalu ada disisi saya Dwi santoso , Tari juwita, Ayu danita, Puti, Halimah dan partner

sesatku Gita dePaten. Terimakasih atas bantuan kalian serta semua pihak yang tidak bisa saya ucapkan satu persatu yang sudah membantu selama penyelesaian Skripsi ini dan semoga dapat memberikan manfaat dan berguna untuk kemajuan ilmu pengetahuan yang akan datang.

Man Jadda Wajadda – siapa yang bersungguh-sungguh akan berhasil, Man Shabara Zhafira – barang siapa yang bersabar ia akan beruntung, Man Saara ala Darbi Washala – siapa yang berjalan dijalanannya akan sampai ditujuan

“Baraja ka nan manang, Mancontoh ka nan sudah”



KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat- Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Kepercayaan Diri dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Keberhasilan Guntingan Atlet Klub Olahraga Prestasi Pencak Silat Universitas Negeri Jakarta**”. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga sekaligus Dosen pembimbing I, Bapak **Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd., M.Si** selaku Dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini dan Bapak **Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd** selaku pembimbing akademik yang telah membimbing peneliti dari awal perkuliahan hingga saat ini. Ayah (Zul Andri) dan Ibu (Herlina) dan keluarga yang telah memberikan dukungan material maupun moral, serta rekan-rekan Koppensi UNJ yang telah banyak membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan.

Jakarta, 16 Februari 2022

NV

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	7
A. Kerangka Teori.....	7
1. Hakikat Kepercayaan Diri.....	7
2. Hakikat Kekuatan Otot.....	20
3. Hakikat Kekuatan Otot Tungkai.....	24
4. Hakikat Pencak Silat.....	30
5. Hakikat Guntingan.....	51
B. Kerangka Berpikir.....	59
C. Hipotesis Penelitian.....	63
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Tujuan Penelitian.....	58
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	58

C. Metode Penelitian.....	58
D. Populasi dan Sampel.....	60
E. Teknik Pengambilan Data.....	61
F. Instrumen Penelitian.....	61
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	72
A. Deskripsi Data.....	72
B. Pengujian Hipotesis.....	76
C. Pembahasan.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
A. Kesimpulan.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	86
RIWAYAT HIDUP.....




LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama Tanda Tangan Tanggal


Pembimbing I

Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd NIP.
197205042005011002


..... 21-02-22

Pembimbing II

Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd., M.Si
NIP. 197004171999031002

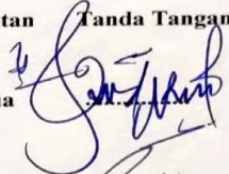

..... 18-02-22

Nama

Jabatan Tanda Tangan Tanggal

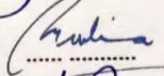
1. Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd
NIP. 1974090442005012001

Ketua


..... 22/02-22

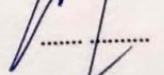
2. Lita Mulia, M.Pd
NIDN.0030128607

Sekretaris


..... 18-02-22

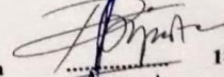
3. Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd
NIP. 197205042005011002

Anggota


..... 21-02-22

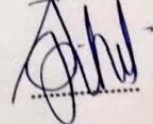
4. Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd., M.Si
NIP. 197004171999031002

Anggota


..... 18-02-22

5. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd
NIP. 198506182015041002

Anggota


..... 21-02-22

Tanggal Lulus : 11 Februari 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya atau skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dan dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan 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 akademik yang telah saya peroleh karna karya tulis ini. Serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 22 Februari 2022

Yang





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 : Noviandri
NIM : 1602617001
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/PKO
Alamat email : usemovi98@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 :

**“Hubungan Kepercayaan Diri Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Keberhasilan
Guntingan Atlet Klub Olahraga Prestasi Pencak Silat Universitas Negeri Jakarta “**

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, 2 Maret 2022

Penulis

(Noviandri)

