

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JURUS TANGAN
KOSONG SENI TUNGGAL USIA REMAJA 14 S/D 17 TAHUN
PADA TIM IPSI KABUPATEN TANGERANG**



**IRAWAN
6315150818**

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN
OLAHRAGA**

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

TAHUN 2022

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JURUS TANGAN KOSONG SENI TUNGGAL USIA REMAJA 14 S/D 17 TAHUN PADA TIM IPSI KABUPATEN TANGERANG

ABSTRAK

Tujuan penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan model latihan yang dipakai dalam kegiatan latihan jurus tangan kosong seni tunggal usia remaja 14 s/d 17 tahun pada tim ipsi kabupaten tangerang, Penelitian ini menggunakan pengembangan metode penelitian *Research & Development (R&D) dari Borg and Gall*. Pada penelitian ini peneliti bekerja sama dengan 3 ahli dalam bidang olahraga pencak silat. Uji validasi yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model yang telah dibuat dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam bidang olahraga pencak silat. Melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli menghasilkan produk berupa pengembangan model latihan jurus tangan kosong seni tunggal ipsi sebanyak 58 (lima puluh delapan) pengembangan model latihan tangan kosong dan variasi pengembangan model latihannya, yakni jurus 1, jurus 2, jurus 3, jurus 4, jurus 5, jurus 6. Model latihan ini nantinya dapat dijadikan bahan referensi oleh bagi para pelatih pencak silat untuk menyusun program latihan. Kesimpulan akhir yang diperoleh melalui penelitian ini adalah menghasilkan 58 (lima puluh delapan) pengembangan model latihan tangan kosong dan variasi pengembangan model latihannya yang sudah di revisi dan dan divalidasi oleh 3 pakar ahli dalam cabang olahraga pencak silat.

Kata Kunci: Model Latihan, Teknik Dasar Pencak Silat, Prinsip-Prinsip Latihan, Jurus Tunggal, dan Tangan Kosong.



***THE DEVELOPMENT OF AN EXERCISE SINGLE ART
SINGLE ART EXERCISE MODEL FOR YOUTH 14 TO 17
YEARS ON THE IPSI TEAM OF TANGERANG DISTRICT***






ABSTRACT

The purpose of this development research is to produce an exercise model that is used in single art empty hand techniques for teenagers aged 14 to 17 years in the Tangerang District Ipsi team. This study uses the development of Research & Development (R&D) research methods from Borg and Gall. In this study, researchers collaborated with 3 experts in the field of pencak silat. The validation test used in this study is to use an expert justification test, where the model that has been made is consulted and assessed by experts in the field of pencak silat. Through validation tests carried out using expert justification tests resulted in the development of 58 (fifty-eight) empty-handed practice models for the Ipsi single art practice model and variations of the training model development, namely moves 1, moves 2, moves 3, step 4, step 5, move 6. This training model can later be used as reference material for pencak silat trainers to develop training programs. The final conclusion obtained through this research is to produce 58 (fifty-eight) empty-hand training models and variations of the training model development that have been revised and validated by 3 experts in the sport of pencak silat.

Keywords: *Exercise Model, Basic Pencak Silat Technique, Practice Principles, Single Kick, and Empty Hand.*

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

<p>Nama</p> <p>Pembimbing I</p> <p>Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd. NIP. 197205042005011002</p> <p>Pembimbing II</p> <p>Dr. Bambang Sujiono, M.Pd. NIP. 195902251986031003</p>	<p>Tanda Tangan</p>  <p>.....</p>  <p>.....</p>	<p>Tanggal</p> <p>22 / 22 / 08</p> <p>08 / 22 / 08</p>
--	---	--

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<p>1. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd. NIP. 198506182015041002</p>	<p>Ketua</p>	 <p>.....</p>	<p>22 / 22 / 08</p>
<p>2. Lita Mulia, S.Pd., M.Pd. NIDN.0030128607</p>	<p>Sekretaris</p>	 <p>.....</p>	<p>22 / 22 / 08</p>
<p>3. Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd. NIP. 197205042005011002</p>	<p>Anggota</p>	 <p>.....</p>	<p>22 / 22 / 08</p>
<p>4. Dr. Bambang Sujiono, M.Pd. NIP. 195902251986031003</p>	<p>Anggota</p>	 <p>.....</p>	<p>08 / 22 / 08</p>
<p>5. Dr. Iwan Hermawan, S.Pd., M.Pd. NIP. 197505142001121001</p>	<p>Anggota</p>	 <p>.....</p>	<p>22 / 2022 / 8</p>

Tanggal Lulus :


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 diperguruan 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, 4 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Irawan

No. Reg. 6315150818



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 : IRAWAN
NIM : 6315150818
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
Alamat email : irawannns@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 :

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TANGAN KOSONG SENI
TUNGGAL USIA REMAJA 14/17 TAHUN PADA TIM IPSI KABUPATEN
TANGERANG**

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

Penulis


Irawan

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Model Latihan Jurus Tangan Kosong Pencak Silat Usia 14-17 Tahun Pada TIM IPSI Kabupaten Tangerang ” ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, kepada Bapak **Hendro Wardoyo, M.Pd**, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Keolahragaan sekaligus pembimbing 1, Bapak **Hendro Wardoyo, M.Pd**, Bapak **Dr. Bambang Sujiono M.Pd**, selaku pembimbing 2, dan Bapak **Iwan Hermawan, S.Pd**, selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikirannya, **TIM IPSI KABUPATEN TANGERANG** yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, orang tua saya Ayah, Ibu, keluarga saya, dan Istri tercinta yang telah memberikan dukungan material maupun moral, kepada staf dan karyawan FIO UNJ, dan kepada teman-teman yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Mei 2022
peneliti

IR

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. perumusan masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORI DAN PERUMUSAN MODEL	6
A. Konsep Pengembangan Model.....	6
1. Model Pengebangan ADDIE.....	8
2. Model Pengembangan Dick And Carey.....	10
3. Model Pengembangan Borg And Gall.....	12
B. Konsep Model Yang Di Kembangkan.....	15
C. Kerangka Teoritik.....	18
1. Model Latihan.....	18
2. Pengertian Latihan.....	21
3. Prinsip-Prinsip Latihan.....	26
4. Pencak silat.....	43
D. Rancangan Model.....	66
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	69
A. Tujuan Penelitian.....	69
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	69
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan.....	70
D. Pendekatan Dan Metode Penelitian.....	70

E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	71
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	74
A. Hasil Pengembangan Model.....	74
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	74
2. Model Final.....	77
B. Kelayakan Model.....	122
C. Evaluasi Dan Revisi Produk.....	139
D. Pembahasan.....	139
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	143
A. Kesimpulan.....	143
B. Saran.....	143
DAFTAR PUSTAKA.....	145
LAMPIRAN.....	147



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Model <i>ADDIE</i>	8
Gambar 2.2 Pengembangan <i>Dick and Carey</i>	12
Gambar 2.3 Model <i>Research and Development</i> Menurut <i>Bolg and Gall</i>	12
Gambar 2.4 kuda-kuda ringan.....	46
Gambar 2.5 kuda-kuda sedang.....	46
Gambar 2.6 kuda-kuda berat.....	47
Gambar 2.7 Kuda-kuda depan.....	47
Gambar 2.8 kuda-kuda belakang.....	48
Gambar 2.9 kuda-kuda tengah.....	48
Gambar 2.10 kuda-kuda samping.....	50
Gambar 2.11 Golok pencak silat.....	52
Gambar 2.12 tongkat Toya Rotan.....	52
Gambar 2.13 Tahap Salam Tangan Kosong pencak silat.....	54
Gambar 2.14 Jurus 1 Tangan kosong pencak silat.....	55
Gambar 2.15 Jurus 2 Tangan Kosong pencak silat.....	56
Gambar 2.16 Jurus 2 Tangan Kosong pencak silat.....	57
Gambar 2.17 Jurus 3 Tangan Kosong pencak silat.....	58
Gambar 2.18 Jurus 4 Tangan Kosong pencak silat.....	59
Gambar 2.19 Jurus 5 Tangan Kosong pencak silat.....	60
Gambar 2.20 Jurus 6 Tangan Kosong pencak silat.....	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan.....	75
Tabel 4. 2 Hasil Revisi Dari Ahli Terhadap Pengembangan Model Latihan Jurus Tangan Kosong Seni Tunggal Baku Pencak Silat.....	124



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01	LAMPIRAN UJI KELAYAKAN AHLI.....	147
Lampiran 02	LAMPIRAN SURAT PENELITIAN.....	150
Lampiran 03	LAMPIRAN Dokumentasi Jurusan Tangan Kosong	151

