

**PENGARUH KESEIMBANGAN, KONSENTRASI DAN KOORDINASI
TERHADAP KETERAMPILAN TENDANGAN DOLLYO CHAGI PADA
ATLET POPB TAEKWONDO DKI JAKARTA**



**REGGIE REGINALD
9903819007**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Memperoleh Gelar Magister

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

SURAT PENYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Reggie Reginald
NIM : 9903819007
Jenjang : Magister / S2
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2019

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan perbaikan ujian tesis untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 2 September 2021
Yang membuat pernyataan,



(Reggie Reginald)

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Tesis ini bukan hasil kerja saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lain dengan peraturan perundangan yang berlaku.



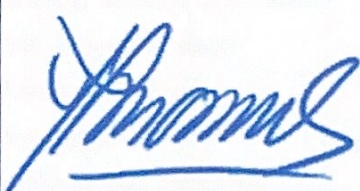
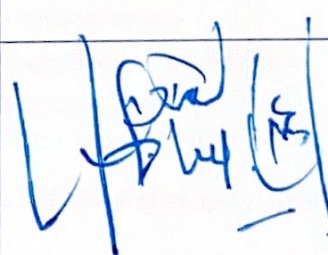
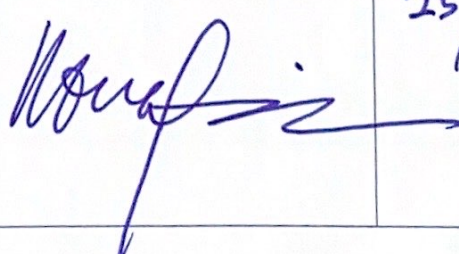
Jakarta, Agustus 2021



Reggie Reginald

BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

Nama : Reggie Reginald
No. Registrasi : 9903819007
Program Studi : Pendidikan Jasmani

No.	Nama	TandaTangan	Tanggal
1.	Dr. Oman U. Subandi, M.Pd. (Koordinator S2 Pendidikan Jasmani)		26 /08/ 2021
2.	Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd. (Pembimbing I)		23 /08/ 2021
3.	Dr. Iwan Hermawan, M.Pd. (Pembimbing II)		23 /08/ 2021
4.	Dr. Abdul Sukur, M.Si. (Penguji)		25 /08/ 2021
5.	Dr. Nur Ali, M.Pd. (Penguji)		25 /08/ 2021

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh langsung dan tidak langsung serta pengaruh simultan variabel eksogen dengan variabel endogen. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif asosiatif dengan menggunakan teknik tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan adalah pendekatan analisis jalur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet POPB DKI Jakarta tahun 2021 yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang yang terdiri dari 10 perempuan dan 10 laki-laki. Keterampilan Tendangan Dollyo Chagi Taekwondo menggunakan tes keterampilan Tendangan Dollyo Chagi yang dianalisis menggunakan Kinovea. Keseimbangan menggunakan tes bass yang telah dimodifikasi. Konsentrasi menggunakan aplikasi Concentration Grid. Instrumen koordinasi mata-kaki menggunakan alat Smart Speed Pro dari Fusion Sport Inc. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh langsung variabel X₁ terhadap Y = 0,243. Pengaruh langsung variabel X₂ terhadap Y = 0,567. Pengaruh langsung variabel X₃ terhadap Y = 0,378. Pengaruh langsung variabel X₁ terhadap X₃ = 0,706. Pengaruh langsung variabel X₂ terhadap X₃ = 0,297. Pengaruh tidak langsung variabel X₁ terhadap Y melalui X₃ = 0,706 x 0,378 = 0,267. Pengaruh tidak langsung variabel X₂ terhadap Y melalui X₃ = 0,297 x 0,378 = 0,113.

Kata kunci: keseimbangan; konsentrasi; koordinasi; tendangan dollyo chagi

Abstrack

The aim of this research was to determine the direct and indirect effect as well as the simultaneous effect of exogenous variables with endogenous variables. The research method used was an associative quantitative approach using test and measurement techniques. The data analysis technique used was a path analysis approach. The population in this research was all of POPB DKI Jakarta athletes in 2021 totaling 20 people. The sampling technique used was total sampling so that the number of samples in this research was 20 people consisting of 10 women and 10 men. The skills of Dollyo Chagi Kick Taekwondo used the Dollyo Chagi Kick skills test. The balance used a modified bass test. The concentration used a concentration grid test. The instrument of eye-foot coordination used a smart speed pro coordination test. The results showed that the direct effect of variable X₁ on Y = 0,243. The direct effect of variable X₂ on Y = 0,567. The direct effect of variable X₃ on Y = 0,378. The direct effect of variable X₁ on X₃ = 0,706. The direct effect of variable X₂ on X₃ = 0,297. The indirect effect of variable X₁ on Y through X₃ = 0,706 x 0,378 = 0,267. The indirect effect of variable X₂ on Y through X₃ = 0,297 x 0,378 = 0,113.

Keywords: balance; concentration; coordination; dollyo chagi kick

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyusun penelitian ini dengan sebaik mungkin. Penelitian ini berjudul “Pengaruh Keseimbangan, Konsentrasi dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Tendangan Dollyo Chagi Atlet POPB DKI Jakarta”.

Tesis ini dibuat dengan melakukan sebuah penelitian analisis jalur. Beberapa bantuan dari berbagai pihak untuk membantu menyelesaikan tantangan dan hambatan selama mengerjakan tesis ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tesis ini, bapak Dr. Fahmy Fachrezzy M.Pd selaku Pembimbing I dan Bapak Dr. Iwan Hermawan M.Pd selaku pembimbing II serta bapak Dr. Oman, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Magister Pendidikan Jasmani.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan tesis ini, sehingga kritik dan saran yang membangun berguna untuk melengkapi kekurangan dari penulisan tesis ini. Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kemajuan dan perkembangan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan serta cabang olahraga taekwondo.

Jakarta, Agustus 2021

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	<i>i</i>
KATA PENGANTAR	<i>ii</i>
DAFTAR ISI	<i>iv</i>
DAFTAR GAMBAR	<i>vi</i>
DAFTAR TABEL	<i>vii</i>
BAB I	<i>1</i>
PENDAHULUAN	<i>1</i>
A. Latar Belakang Masalah	<i>1</i>
B. Identifikasi Masalah	<i>9</i>
C. Pembatasan Masalah	<i>9</i>
D. Perumusan Masalah	<i>10</i>
E. Kegunaan Hasil Penelitian	<i>11</i>
BAB II	<i>13</i>
KAJIAN TEORITIK	<i>13</i>
A. Deskripsi Konseptual	<i>13</i>
1. Keterampilan Tendangan <i>Dollyo Chagi</i>	<i>13</i>
2. Keseimbangan	<i>20</i>
3. Konsentrasi	<i>24</i>
4. Koordinasi	<i>30</i>
B. Penelitian yang Relevan	<i>36</i>
C. Kerangka Teoritik	<i>39</i>
1. Pengaruh langsung keseimbangan terhadap keterampilan tendangan dollyo chagi.....	<i>39</i>
2. Pengaruh langsung konsentrasi terhadap keterampilan tendangan dollyo chagi	<i>41</i>
3. Pengaruh langsung koordinasi mata-kaki pada keterampilan tendangan dollyo chagi	<i>42</i>
4. Pengaruh langsung antara Keseimbangan terhadap Koordinasi mata-kaki	<i>44</i>
5. Pengaruh langsung antara Konsentrasi terhadap Koordinasi mata-kaki	<i>45</i>
6. Pengaruh tidak langsung Keseimbangan melalui Koordinasi Mata-Kaki terhadap Keterampilan Tendangan Dollyo Chagi	<i>46</i>
7. Pengaruh tidak langsung Konsentrasi melalui Koordinasi Mata-Kaki terhadap Keterampilan Tendangan Dollyo Chagi	<i>46</i>
D. Hipotesis Penelitian	<i>47</i>
BAB III	<i>49</i>
METODOLOGI PENELITIAN	<i>49</i>
A. Tujuan Penelitian	<i>49</i>
B. Tempat dan Waktu Penelitian	<i>50</i>
C. Metode Penelitian	<i>50</i>
D. Populasi dan Sampel	<i>52</i>

E. Teknik Pengumpulan Data	52
1. Instrumen Keterampilan Tendangan <i>Dollyo Chagi</i> (Y).....	53
2. Instrumen Kesimbangan	59
3. Instrumen Konsentrasi	62
4. Instrumen Koordinasi Mata-Kaki	65
F. Teknis Analisis Data	68
1. Deskripsi Data.....	68
2. Uji Normalitas dan Homogenitas.....	68
3. Uji Linear Regresi dan Signifikasi Regresi.....	69
4. Hipotesis Statistik	69
BAB IV.....	71
A. Deskripsi Data	71
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	77
1. Uji Normalitas.....	77
2. Uji Linearitas.....	78
3. Uji Homogenitas	83
C. Pengujian Hipotesis	85
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	93
E. Keterbatasan Penelitian	98
BAB V.....	101
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	101
A. Kesimpulan.....	101
B. Implikasi	103
C. Saran	104
DAFTAR PUSTAKA.....	105

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 proporsi 5's pada fase train to train	7
Gambar 2. 1 Macam-Macam Tendangan Dasar Taekwondo	15
Gambar 2. 2 langkah-langkah tendangan Dollyo Chagi.....	17
Gambar 2. 3 Otot pada tendangan dollyo chagi	19
Gambar 2. 4 Alat SmartSpeedPro.....	35
Gambar 3. 1 Desain Penelitian	51
Gambar 3. 2 Posisi Awalan	55
Gambar 3. 3 Posisi Putaran Pinggang	56
Gambar 3. 4 Posisi Tendangan	57
Gambar 3. 5 Posisi Tekuk Lutut.....	58
Gambar 3. 6 Diagram Modified Bass Test.....	61
Gambar 3. 7 Aplikasi Concentration Grid.....	63
Gambar 3. 8 Tampilan dari tabel 5x5 concentration grid.....	64
Gambar 3. 9 Alat SmartSpeed Pro.....	65
Gambar 3. 10 Posisi Alat.....	66
Gambar 3. 11 Pelaksanaan Tes.....	67
Gambar 4. 1 Histogram Variabel Y.....	73
Gambar 4. 2 Histogram Variabel X1	74
Gambar 4. 3 Histogram Variabel X2	75
Gambar 4. 4 Histogram Variabel X3	77
Gambar 4. 5 Sub Struktur Model 1.....	86
Gambar 4. 6 Sub Struktur Model 2.....	86
Gambar 4. 7 Diagram Jalur Sub Struktur 1	88
Gambar 4. 8 Diagram jalur Sub Stuktur II	91
Gambar 4. 9 Diagram Jalur Kedua Sub Struktur.....	91

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Indikator Penilaian Posisi Awalan	55
Tabel 3. 2 Indikator penilaian posisi putaran pinggang	56
Tabel 3. 3 Indikator Penilaian Posisi Tendangan	57
Tabel 3. 4 Indikator Penilaian Posisi Tekuk Lutut.....	58
Tabel 4. 1 Rangkuman hasil penelitian.....	71
Tabel 4. 2 Tabel Interval Keterampilan Dollyo Chagi.....	72
Tabel 4. 3 Tabel Interval Keseimbangan	73
Tabel 4. 4 Tabel Interval Konsentrasi	75
Tabel 4. 5 Tabel Interval Konsentrasi	76
Tabel 4. 6 Tabel Hasil Uji Normalitas	78
Tabel 4. 7 Tabel Hasil Uji Linieritas X1 Terhadap Y	79
Tabel 4. 8 Tabel Hasil Uji Linieritas X2 Terhadap Y	80
Tabel 4. 9 Tabel Hasil Uji Linieritas X3 Terhadap Y	81
Tabel 4. 10 Tabel Hasil Uji Linieritas X1 Terhadap X3	82
Tabel 4. 11 Tabel Hasil Uji Linieritas X2 Terhadap X3	83
Tabel 4. 12 Tabel Hasil Uji Homogenitas Y Atas X1, X2 dan X3	84
Tabel 4. 13 Tabel Hasil Uji Homogenitas X1 ke X3	85
Tabel 4. 14 Model Summary Sub Stuktur 1	87
Tabel 4. 15 ANOVA Sub Struktur I.....	87
Tabel 4. 16 Coefficients Sub Struktur I	88
Tabel 4. 17 Model Summary Sub Struktur II.....	89
Tabel 4. 18 ANOVA Sub Struktur II	90
Tabel 4. 19 Coefficients Sub Struktur II	90



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 : REGGIE REGINALD
NIM : 9903819007
Fakultas/Prodi : PASCASARJANA/PENDIDIKAN JASMANI
Alamat email : reggiereginald12@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 KESEIMBANGAN, KONSENTRASI DAN KOORDINASI TERHADAP
KETERAMPILAN TENDANGAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET POPB
TAEKWONDO DKI 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

Penulis

(REGGIE REGINALD)
nama dan tanda tangan

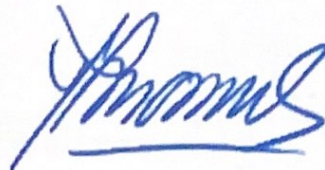
**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd
Tanggal : 23-08-2021

Pembimbing II



Dr. Iwan Hermawan, M.Pd
Tanggal : 23-08-2021

Nama

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



(Tanda tangan)

30-8-2021

(Tanggal)

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



(Tanda tangan)

26-08-2021

(Tanggal)

Nama : Reggie Reginald
No. Registrasi : 9903819007
Tanggal Lulus :
Angkatan : 2019/2020

¹. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

². Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani S2 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta