

## **MODEL LATIHAN KOORDINASI PENCAK SILAT USIA 8-13 TAHUN PADA KLUB PENCAK SILAT KIDS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan produk baru yang dipakai dalam kegiatan melatih koordinasi gerakan teknik pencak silat, Penelitian ini menggunakan pengembangan metode penelitian *Research & Development (R&D)* dari Borg and Gall. Subjek dalam penelitian ini adalah pesilat KOPPENSI *Kids* Universitas Negeri Jakarta sebagai subjek uji coba (praktek lapangan). 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 diujicobakan kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam bidang olahraga pencak silat.

Melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli menghasilkan produk berupa model latihan koordinasi pencak silat sebanyak sembilan belas item model yang di anggap layak. Data yang diambil untuk pemain adalah daya tarik dan kemudahan dari 19 model latihan koordinasi pencak silat yang telah mereka lakukan sebelumnya. Untuk percobaan dari 17 atlet diperoleh daya tarik dengan persentase 92,1% dan persentase kemudahan diperoleh 89%. Model latihan ini nantinya dapat dijadikan bahan referensi oleh bagi para pelatih pencak silat untuk menyusun program latihan.

Hasil akhir yang diperoleh melalui penelitian ini adalah 19 model latihan koordinasi pencak silat yang peneliti buat menarik dan mudah dilakukan serta layak digunakan untuk proses latihan koordinasi pencak silat di Klub Pencak Silat *Kids* Universitas Negeri Jakarta

**Kata Kunci:** Model Latihan, Koordinasi, Teknik dasar pencak silat dan anak  
Usia dini

**COORDINATION EXERCISE MODEL OF MARTIAL ART FOR AGED 8-13  
YEARS OLD AT SPORTS EXCELLENCE PENCAK SILAT KIDS CLUB IN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**ABSTRACT**

*This development study aims to produce new products that used in the activities of coordination exercise of Pencak Silat techniques. This study used the Research & Development (R&D) as a method from Borg and Gall. The subjects of this study were KOPPENSI Kids fighter in Universitas Negeri Jakarta as a trial subject (field practice). In this study, the researchers worked with 3 experts in the field of Pencak Silat sports. The validation test used in this study was the expert justification test, where the models that have been tested then, got consulted and assessed by the experts.*

*Through the validation test conducted by using expert justification test, it has produced a new product that was nineteen models of Pencak Silat coordination exercise which considered was feasible. The data taken from the players were the attraction and the simplicity of Nineteen models of Pencak Silat coordination exercise that they have done before. According to the trial from 17 athletes were gained a percentage of attraction is 92.1% and a percentage of simplicity is obtained 89%. This exercise model can be used as a further material reference for Pencak silat trainers to develop their exercising programs.*

*The conclusion of this study was nineteen models of Pencak Silat coordination exercise that researcher-made as interesting as possible, easy to do, and also suitable to use in the process of Pencak Silat coordination exercise at Pencak Silat Kids Club, Universitas Negeri Jakarta.*

**Keywords:** *Exercise Model, Coordination, basic techniques of Pencak Silat, Early childhood.*