

**PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN AKSI
REAKSI PADA PENCAK SILAT KATEGORI TANDING**




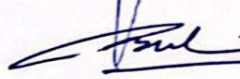
*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*


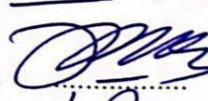

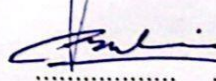

**JIBRANY HAYFA NURZAMAN
1602620047**

**Skripsi Ini Disusun sebagai Salah Satu Persyaratan untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd. NIP. 19720504200501102		19/06 2024
Pembimbing II Lita Mulia, S.Pd., M.Pd. NIP. 198612302024212001		19/06 2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Hidayat Humaid, M.Pd. NIP. 196302101988031001	Ketua		20/06 2024
2. Dr. Juriana, S.Psi., M.Si. NIP. 197606242005012005	Sekretaris		29/06 2024
3. Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd. NIP. 19720504200501102	Anggota		19/06 2024
4. Lita Mulia, S.Pd., M.Pd. NIP. 198612302024212001	Anggota		19/06 2024
5. Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd. NIP. 198112182010121002	Anggota		20/24 /06

Tanggal Lulus : 10 Juni 2024

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 pihaklain, 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 ketidakbenaran 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 Unversitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 07 Mei 2024
Yang membuat pernyataan,



METERAI
TEMPEL
SAS.5AJX01720459

Librany Hayfa Nurzaman
NIM.1602620047



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 : JIBRAMY HAYFA NURZAMAN
NIM : 1602620047
Fakultas/Prodi : FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN / PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
Alamat email : Jibrany1808@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 ALAT BANTU LATIHAN AKSI REAKSI
PADA PENCAK SILAT KATEGORI TANDING

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 1 Juli 2024

Penulis


(JIBRAMY HAYFA NURZAMAN)
nama dan tanda tangan

**PENGEMBANGAN ALAT BANTU LATIHAN AKSI
REAKSI PADA PENCAK SILAT KATEGORI TANDING
ABSTRAK**

Jibrany Hayfa Nurzaman, Pengembangan Alat Bantu Latihan Aksi Reaksi Pencak Silat Kategori Tanding, Skripsi, Jakarta: Program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, 2024. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui bagaimana pengembangan alat bantu latihan aksi reaksi pencak silat kategori tanding. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (R & D) model ADDIE. Tahapan yang dilakukan pada penelitian adalah 5 tahapan yaitu 1.) Analisis (*Analyze*), 2.) Desain (*Design*), 3.) Pengembangan (*Development*), 4.) Pelaksanaan (*Implement*), 5.) Evaluasi (*Evaluate*). Subyek penelitian untuk dilakukan ujicoba alat bantu latihan aksi reaksi pencak silat kategori tanding adalah 13 atlet pencak silat SMA Negeri 5 Bogor. Peneliti melakukan pengembangan dengan melakukan perubahan alat agar dapat melakukan *setting* secara otomatis menggunakan aplikasi sebagai *controller*, memberikan mode variasi latihan serta menjadikan alat lebih portabel. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dari uji kelayakan dan uji validasi memperoleh hasil dari kepala pelatih pencak silat PPLM DKI Jakarta 96%, Dosen ahli tes konstruksi 77%, dan dosen ahli pencak silat 90%, Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, yaitu menghasilkan 1 alat bantu latihan aksi reaksi pencak silat kategori tanding yang bernama *action bar*, beserta 1 buku panduan dan 1 video tutorial pemasangan.

Kata kunci: Alat Bantu, Latihan Aksi Reaksi, Pencak Silat.

DEVELOPMENT OF TIGHT PENCAK SILAT REACTION ACTION TRAINING TOOL

ABSTRACT

Jibrany Hayfa Nurzaman, Development of Tight Pencak Silat Reaction Action Training Tool. Skripsi. Jakarta: Study Program of Sports Training Education, Faculty of Sports Sciences, Jakarta State University, 2024. The purpose of this research is to find out how the development of a tool helps the training of the action reaction of the pencak silat of the tangency category. The research method used in this research is the research and development (R & D) method of the ADDIE model. The stages carried out in the research are 5 stages namely 1.) Analysis (Analyze), 2.) Design (Design), 3.) Development (Development), 4.) Implementation (Implement), 5.) Evaluation (Evaluate). The subjects of the research to conduct a trial of a tool for training the action reaction of a pencak silat in a matching category are the 13 athletes of the pencak silat at the 5th Bogor State High School. The researchers were developing the tool by making changes to automatic settings using the application as a controller, providing a variation mode of the exercise and making the tool more portable. Based on the results obtained from the qualification tests and validation tests obtain the results from the head of the PPLM pencak silat trainer DKI Jakarta 96%, the lecturer of the construction test expert 77%, and the faculty of the expert of the pencak silat 90%, based on the result of the research and discussion that has been done, i.e. produced a tool to train the action reaction of pencak silat category called the action bar, along with 1 manual and 1 installation tutorial video.

Keywords: Helper, Pencak Silat, Reaction Exercise.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah banyak memberikan kemudahan dan karunia-nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang mengkaji mengenai **Pengembangan Alat Bantu Latihan Aksi Reaksi Pencak Silat Kategori Tanding**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yaitu Bapak **Dr. Hernawan, SE., M.Pd.**, Bapak **Hendro Wardoyo, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I, Ibu **Lita Mulia, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing II, **Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si.** selaku Koordinator Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan **Dr. Bayu Nugraha, M.Pd.** selaku Penasehat Akademik yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan ilmunya kepada peneliti. Banyak sekali hambatan dan masalah dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini, Oleh karena itu, selesainya tugas ini bukan semata karena kemampuan penulis, banyak sumber dan bantuan pihak-pihak yang terlibat untuk mendukung dan membantu. Dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak-pihak yang telah membantu yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah terlibat, namun tidak mengurangi rasa hormat peneliti. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 07 Mei 2024

JHN

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Fokus Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN TEORI DAN PERUMUSAN MODEL ...	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Pengembangan Model	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep model yang di kembangkan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Teoritik	Error! Bookmark not defined.
D. Rancangan model.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODOLOGI PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	Error! Bookmark not defined.
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Pengembangan Model.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kelayakan Model (Teoritik dan Empiris)	Error! Bookmark not defined.
C. Efektivitas Model (Melalui Uji Coba)	Error! Bookmark not defined.
D. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.

BAB VError! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN.....Error! Bookmark not defined.
A. KesimpulanError! Bookmark not defined.
B. SaranError! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUPError! Bookmark not defined.



DAFTAR GAMBAR

1. Tahapan Model ADDIE	9
2. Model <i>Action Bar</i>	12
3. Desain Model Pengembangan <i>Action Bar</i>	13
4. Rangkain Besi.....	14
5. Ban mobil bagian luar	14
6. Busa/ <i>spons</i> 5 cm	15
7. Kulit sintetis.....	15
8. <i>Stick foam</i>	16
9. <i>Dynamo power window</i>	16
10. <i>Power supply and controller</i>	17
11. Bohlam <i>mini</i>	17
12. <i>Speaker buzzer mini</i>	17
13. Alat bantu pencak silat	18
14. Mekanisme gerak reflek	29
15. Model Latihan <i>Sprint Training</i>	32
16. Model Latihan <i>Shuttle Run</i>	33
17. Model Latihan <i>Zig-Zag Run</i>	34
18. Model ADDIE.....	37
19. Desain Produk.....	54

DAFTAR TABEL

1. Rancangan pengembangan <i>action bar</i>	42
2. Para Ahli Validasi	46
3. Angket validasi media pengembangan <i>action bar</i>	46
4. Keterangan hasil angket validasi.....	49
5. Kriteria kevalidasian.....	50
6. Hasil wawancara Pelatih Pencak Silat	53
7. Hasil validasi pelatih PPLM Pencak Silat	55
8. Hasil validasi dosen ahli Tes Konstruksi.....	58
9. Hasil validasi dosen ahli Pencak Silat.....	60
10. Spesifikasi alat	63
11. Tampilan model awal <i>Action Bar</i>	63
12. Tampilan model <i>final Action Bar</i>	64
13. Kelebihan dan kekurangan alat	64
14. Hasil validasi pelatih Pencak Silat	66
15. Hasil validasi ahli Tes Konstruksi.....	67
16. Hasil validasi ahli Pencak Silat.....	68
17. Hasil penilaian ujicoba oleh atlet	69

DAFTAR LAMPIRAN

1. Hasil wawancara pelatih	76
2. Dokumentasi kegiatan.....	77
3. Kuisisioner Uji kelayakan pada kepala Pelatih PPLM Pencak Silat	78
4. Hasil Rekapitulasi Validasi Kepala Pelatih PPLM Pencak Silat.....	80
5. Kuisisioner Uji Kelayakan pada Dosen ahli Tes Konstruksi.....	81
6. Hasil Rekapitulasi Validasi ahli tes konstruksi	83
7. Kuisisioner Uji Kelayakan pada Dosen Ahli Pencak Silat	84
8. Hasil Rekapitulasi Validasi Dosen Ahli Pencak Silat.....	86
9. Kuisisioner Ujicoba Penilaian oleh atlet.....	86
10. Hasil Rekapitulasi Angket Ujicoba Atlet	88
11. Model final <i>Action Bar</i>	89
12. Spesifikasi alat dan cara penggunaan.....	90
13. Surat-surat.....	91