

MODEL LATIHAN TEKNIK TENDANGAN *MOMTONG YEOP CHAGI* PADA ATLET TAEKWONDO UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA



FARIZ PAHLEVI

6135144797

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU OLAHRAGA

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FEBRUARI 2020

MODEL LATIHAN TEKNIK TENDANGAN *MOMTONG YEOP CHAGI* PADA ATLET TAEKWONDO UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* pada atlet Taekwondo Universitas Negeri Jakarta. Pendekatan penelitian pengembangan model latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Borg and Gall. Subyek pada penelitian ini adalah 8 atlet pada uji coba kelompok kecil dan 20 atlet pada uji coba kelompok besar. Pada penelitian ini peneliti bekerjasama dengan tiga ahli dalam bidang olahraga Taekwondo sebagai *expert judgment*. Uji validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model latihan yang telah dibuat dan diuji cobakan kemudian di konsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam bidang olahraga Taekwondo. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan variasi model latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* agar atlet tidak bosan melewati latihan khususnya pada materi latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* dan agar tercapai latihan yang maksimal. Model latihan ini juga bertujuan untuk dapat dijadikan bahan referensi bagi para pelatih dalam membuat model latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* sesuai dengan norma-norma. Melalui uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli, menghasilkan produk berupa model latihan teknik tendangan *momtong yeop chagi* sebanyak 20 model latihan yang sesuai dengan teori teknik tendangan *momtong yeop chagi* pada cabang olahraga Taekwondo.

Kata Kunci : model latihan, *momtong yeop chagi*, taekwondo.

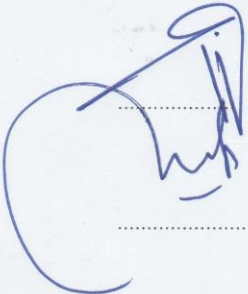
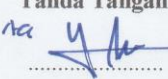


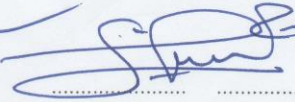
MODEL EXERCISE KICK TECHNICAL FOR YEOP CHAGI AT THE TAEKWONDO ATHLET OF THE STATE UNIVERSITY OF JAKARTA

ABSTRACT

This study aims to develop a training model for the *momtong yeop chagi* kick technique in Taekwondo athletes, Jakarta State University. The research approach development of the *momtong yeop chagi* kick training technique model uses the Research and Development model from Borg and Gall. The subjects in this study were 8 athletes in small group trials and 20 athletes in large group trials. In this study the researchers collaborated with three experts in the field of Taekwondo sports as expert judgment. The validity test used in this study is to use the expert justification test, where the training model that has been created and tested is then consulted and assessed by experts in the Taekwondo sports field. The purpose of this study is to provide variations in the model of the *momtong yeop chagi* kick training technique so that athletes do not get bored through the training, especially on the material of the *momtong yeop chagi* kick training technique and to achieve maximum training. This training model also aims to be used as reference material for the trainers in making the practice model of the *momtong Yeop Chagi* kick technique in accordance with the norms. Through the validity test carried out by using expert justification test, it produces 20 training models of the *momtong yeop chagi* training model in accordance with the theory of the *momtong yeop chagi* kick technique in the Taekwondo sport branch.

Keyword : model exercise, *momtong yeop chagi*, taekwondo

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 19641126 198803 1 002		18/2 2020	
Pembimbing II <u>Drs. Mustafa, M.Pd</u> NIP. 19620105 198803 1 001		17/2-2020	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Sukiri, M.Pd</u> NIP. 19590816 198703 1 002	Ketua		26/02 2020
2. <u>Dr. Taufik Rihatno</u> NIP. 19641004 199203 1 001	Sekretaris		20/2 2020
3. <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 19641126 198803 1 002	Anggota I		19/2 2020
4. <u>Drs. Mustafa, M.Pd</u> NIP. 19620105 198803 1 001	Anggota II		17/2-2020
5. <u>Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd</u> NIP. 19580306 198503 1 003	Anggota III		18/2 2020

Tanggal Lulus : 5 Februari 2020

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis 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 Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta 28 Januari 2020

Yang membuat Pernyataan



Nim. 6135144797



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 : Fariz Pahlevi
NIM : 6135144797
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : farizpahlevi95@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 :

MODEL LATIHAN TEKNIK TENDANGAN MOMTONG YEOP CHAGI PADA
ATLET TAEKWONDO UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

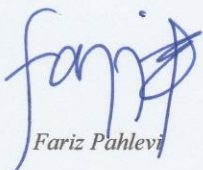
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis 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

Penulis

()
Fariz Pahlevi

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Olahraga 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 Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd, selaku Dosen pembimbing I dan Bapak Drs. Mustafa, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Pihak Klub Olahraga Prestasi (KOP) Taekwondo Universitas Negeri Jakarta, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, Ayah Amir Yusuf Karaeng Tompo, Ibu Ida Saidah, abang, adik dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, Sahabat Dewi Nurcahaya,, Reza Mohammad, Andi Maulana, Darlin, Efron, Tedi, 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, 27 Januari 2020

Fariz Pahlevi

DAFTAR ISI

RINGKASAN	i
KATAPENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Perumusan Masalah.....	7
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORETIK	
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
1. Model Pengembangan Sugiyono.....	12
2. Model Pengembangan Dick and Carey.....	14
3. Model Pengembangan Borg and Gall.....	18
B. Konsep Model yang Dikembangkan	22
1. Hakikat Model Latihan.....	22
2. Hakikat <i>Yeop Chagi</i>	24
3. Hakikat Taekwondo.....	32
C. Kerangka Teoretik.....	37
D. Rancangan Model.....	38

E. Langkah Pengembangan Model.....	39
------------------------------------	----

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	44
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	44
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	45
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	46
1. Penelitian Pendahuluan.....	46
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	47
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model.....	47
a. Telaah Pakar.....	47
b. Revisi Produk.....	49
c. Uji Coba Skala Kecil.....	49
d. Uji Coba Skala Besar.....	50
e. Implementasi Model.....	50
F. Teknik Pengumpulan Dat.....	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Model.....	52
1. Hasil Analisis Kebutuhan	53
2. Model Final.....	53
B. Kelayakan Model.....	82
C. Efektivitas Model.....	84
1. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	84
2. Hasil Uji Coba Kelompok Besar	86
D. Pembahasan.....	88

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....90

B. Saran.....91

DAFTAR PUSTAKA.....94

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....95



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar1 : Bagan Rancangan Model Sugiyono.....	12
Gambar 2 : Bagan Rancangan Model Dick and Carey.....	16
Gambar 3: Bagan Rancangan Borg and Gall.....	19
Gambar 4 : Perlengkapan Taekwondo Pada Saat Pertandingan.....	34
Gambar 5 : Bagan Rancangan Borg and Gall.....	39
Gambar 6 : Bagan Rancangan Borg and Gall.....	46
Gambar 7 : Model Latihan 1.....	55
Gambar 8 : Model Latihan 2.....	56
Gambar 9 : Model Latihan 3.....	57
Gambar 10: Model Latihan 4.....	58
Gambar 11: Model Latihan 5.....	59
Gambar 12 : Model Latihan 6.....	60
Gambar 13 : Model Latihan 7.....	61
Gambar 14 : Model Latihan 8.....	62
Gambar 15 : Model Latihan 9.....	63
Gambar 16 : Model Latihan 10.....	64
Gambar 17 : Model Latihan 11.....	65
Gambar 18: Model Latihan 12.....	67
Gambar 19 : Model Latihan 13.....	68

Gambar 20 : Model Latihan 14.....	70
Gambar 21 : Model Latihan 15.....	72
Gambar 22 : Model Latihan 16.....	74
Gambar 23 : Model Latihan 17.....	76
Gambar 23 : Model Latihan 18.....	78
Gambar 24 : Model Latihan 19.....	79
Gambar 25 : Model Latihan 20.....	81
Gambar 26 : Diagram Batang Hasil Rekapitulasi Hasil Uji coba Skala Besar.....	88



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 : Instrumen Tahap Teknik Dasar <i>Momtong Yeop Chagi</i>	26
Tabel 2 : Kesimpulan Uji Justifikasi Ahli.....	84
Tabel 3 : Konfersi Hasil Kemudahan.....	86
Tabel 4 : Konfersi Hasil Kemenarikan.....	86
Tabel 5 : Hasil Analisis Ujicoba Kelompok Kecil.....	87
Tabel 6 : Hasil Kemudahan Model Latihan 1 s.d. model latihan 20.....	87
Tabel 7 : Hasil Kemenarikan Model Latihan 1 s.d. model latihan 20.....	87
Tabel 8 : Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar.....	88
Tabel 9 : Hasil Penjelasan Model Latihan.....	88



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 :Analisis Kebutuhan.....	96
Lampiran 2 :Angket Justifikasi Ahli.....	98
Lampiran 3 :Instrumen Atlet.....	103
Lampiran 4 :Hasil Uji Kelompok Kecil.....	107
Lampiran 5 :Hasil Uji Kelompok Besar.....	110
Lampiran 6 :Dokumentasi Penelitian.....	113

