

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN GERAK DASAR
SERANGAN KAKI PADA ATLET GULAT PEMULA**

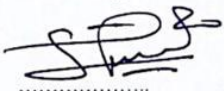
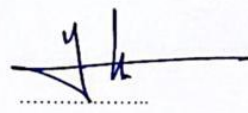


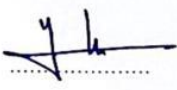

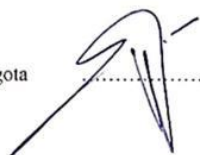


M. DEDY KURNIAWAN
1601618088

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

**PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I <u>Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd.</u> NIP. 195803061985031003		<u>14-01-25</u>	
Pembimbing II <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001		<u>23-01-25</u>	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Setyo Purwanto, M.Pd.</u> NIP. 197202192003121001	Ketua		<u>22-01-25</u>
<u>Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.</u> NIP. 196705081993031001	Sekretaris		<u>14-01-25</u>
<u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.</u> NIP. 197303052009121001	Anggota		<u>23-01-25</u>
<u>Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd.</u> NIP. 195803061985031003	Anggota		<u>14-01-25</u>
<u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd.</u> NIP. 196411261988031002	Anggota		<u>14-01-25</u>

Tanggal Lulus : 13 Januari 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

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

Jakarta, 13 Januari 2025

Yang membuat pernyataan,



M. Dedy Kurniawan
NIM. 1601618088



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 : M. Dedy Kumiawan.
NIM : 1601618088
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : dedi91146@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 GERAK DASAR SERANGAN KAKI PADA ATLET GULAT PEMULA**

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, 4 Februari 2025
Penulis

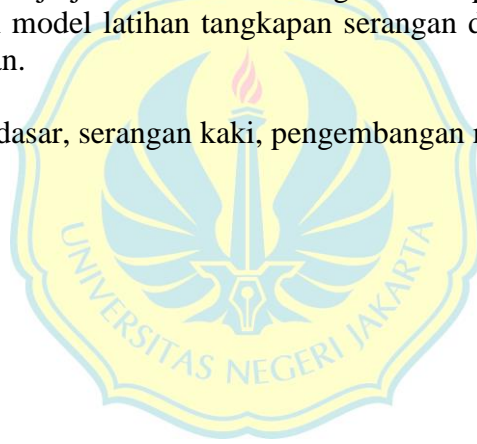
(M. Dedy Kumiawan)

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN GERAK DASAR SERANGAN KAKI PADA ATLET GULAT PEMULA

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan berbagai model latihan gerak dasar serangan kaki pada atlet gulat pemula. Penelitian ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Sugiyono. Penelitian ini melibatkan 3 orang ahli di bidang gulat sebagai ahli produksi. Tes validasi dalam penelitian ini adalah menggunakan tes pembenaran ahli, di mana model yang telah dibuat diuji, kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dengan subjek penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan berbagai model latihan gerak dasar serangan kaki pada atlet gulat pemula yang akan menjadi bahan bagi pelatih yang digunakan untuk proses latihan yang lebih menarik dan dapat merangsang semangat setiap atlet untuk berolahraga dengan semangat yang tinggi. Melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli menghasilkan produk berupa manual dengan menggunakan model latihan tangkapan serangan dua kaki olahraga gulat dengan 3 model latihan.

Kata Kunci: Teknik dasar, serangan kaki, pengembangan model



**DEVELOPMENT OF BASIC LEG ATTACK MOVEMENT TRAINING
MODEL FOR BEGINNER WRESTLING ATHLETES**

ABSTRACT

This study is a study that aims to develop various basic leg attack movement training models for beginner wrestlers. This study uses the research and development model from Sugiyono. This study involved 3 experts in the field of wrestling as production experts. The validation test in this study was to use an expert justification test, where the model that had been created was tested, then consulted and assessed by experts with research subjects. The purpose of this study is to develop various models of basic leg attack movement training for beginner wrestling athletes which will be used as material for coaches to use for a more interesting training process and can stimulate the enthusiasm of each athlete to exercise with high enthusiasm. Through the validation test conducted using expert justification test, a product was produced in the form of a manual using a two-legged attack catch training model for wrestling with 3 training models.

Keywords : *Basic techniques, foot attacks, model development*



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas nikmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian saya yang berjudul Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Serangan Kaki Pada Atlet Gulat Pemula. Penulisan skripsi ini dibuat dalam rangka memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Jasmani S1 Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari awal perkuliahan hingga pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta dan rasa terima kasih kepada Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd** selaku dosen pembimbing II sekaligus Koordinasi Program Studi Pendidikan Jasmani dan Bapak **Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd.** selaku dosen pembimbing I serta Bapak **Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd.** selaku pembimbing akademik yang telah menyediakan waktu, membimbing dan memberikan arahan sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi dengan baik. peneliti mengucapkan terimakasih kepada para pelatih atas bimbingan selama menyusun skripsi Bapak **Bramidi B Junaidi, S.Or.** Bapak **Ahmad Syauqi, S.Or.** Bapak **Yolanda Putra, S.Pd.** yang telah menyediakan waktu, pikiran serta tenaga dalam memperoleh proses pengambilan data yang saya perlukan. Dan tak lupa untuk keluarga tercinta untuk Istri saya **Endah Budiastuti** dan Anak saya **Mahdi Dafiq Kumara Siahaan**, Ibu (Alm) **Farida Iriyani** dan Bapak **Hotman Siahaan** serta adik-adik saya Wilda, Robi dan Hamzah yang telah mcurahkan kasih sayang dan doanya yang tiada terhingga.

Sebagai akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan untuk memberikan segala kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulisan penelitian serta penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan untuk olahraga Indonesia dan khususnya untuk cabang olahraga beladiri gulat.

Jakarta, 13 Januari 2025



M. Dedy Kurniawan

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah	5
D. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TOERITIK	
A. Konsep Pengembangan Model	6
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	18
C. Kerangka Teoritik	19
D. Rancangan Model	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	43
D. Metode Penelitian	43
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	44
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Pengembangan Model	49
B. Kelayakan Model	52
C. Pembahasan	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Kemp.....	9
Gambar 2.2 Model Pengembangan ASSURE.....	10
Gambar 2.3 Chart Langkah-Langkah Pengembangan Adaptasi dari Borg&Gell13	
Gambar 2.4 Chart Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	15
Gambar 2.5 Matras.....	20
Gambar 2.6 Singlet Pertandingan (One-Piece)	21
Gambar 2.7 Sepatu Gulat	21
Gambar 2.8 Teknik Tarikan	23
Gambar 2.9 Teknik Dorongan.....	24
Gambar 2.10 Teknik Bantingan	25
Gambar 2.11 Teknik Gulungan.....	25
Gambar 2.12 Teknik Kunci.....	26
Gambar 2.13 Teknik Serangan Tangkapan Kaki	26
Gambar 2.14 Teknik Angkatan.....	27
Gambar 2.15 Posisi Netral	30
Gambar 2.16 Menyelesaikan Taekdown Single Leg	31
Gambar 3.1 Rancangan Model Flow Chart.....	44



DAFTAR TABEL

Table 2.1 Kategori Pertandingan Umur dan Berat Badan Putera	22
Table 2.2 Kategori Pertandingan Umur dan Berat Badan Puteri	23
Table 3.1 Draft Model Awal.....	46
Table 3.2 Daftar Nama Validasi Ahli	47
Tabel 4.1 Rangkuman Analisis Kebutuhan.....	50
Tabel 4.2 Hasil Revisi Para Ahli.....	51
Table 4.3 Rangkuman Hasil Evaluasi Ahli	52
Table 4.4 Keterangan Evaluasi Ahli Yang Tidak Layak	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Uji Justifikasi Ahli.....	60
Lampiran 2. Data Diri Penguji Ahli.....	63
Lampiran 3. Surat Menyurat	64
Lampiran 4. Model Final.....	69
Lampiran 5. Dokumentasi.....	73

