

MODEL LATIHAN KETERAMPILAN AYUNAN *PUTT* UNTUK

ATLET PEMULA CABANG OLAHRAGA GOLF



Oleh :

Rostadhi Akbar

NIM : 7216157188

Tesis Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Magister

PROGRAM PASCA SARJANA

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2020

MODEL LATIHAN KETERAMPILAN AYUNAN *PUTT* UNTUK ATLET PEMULA CABANG OLAHRAGA GOLF

ROSTADHI AKBAR

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model-model latihan keterampilan ayunan putt untuk atlet pemula cabang olahraga golf dan untuk menguji keefektifan dari model yang dihasilkan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian dan pengembangan dari Borg dan Gall dengan menggunakan 10 tahapan dan dengan subjek penelitian adalah atlet pemula yang ada di Kawasan JABODETABEK. Penelitian ini diawali dengan analisis kebutuhan, perencanaan, membuat produk ujicoba, revisi dan produk final. Uji efektifitas model menggunakan *convensional putting test* yang digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan ayunan putt atlet sebelum dan sesudah pemberian perlakuan model latihan yang dikembangkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk model latihan ini layak digunakan, pada hasil ujicoba kelompok kecil dan kelompok besar dapat menerangkan bahwa model tersebut secara keseluruhan dapat dilakukan dengan baik. Dalam hasil uji efektifitas, uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 25 menggunakan Paired Sample Test didapat hasil kelompok pre-test dengan rata-rata nilai 52.9 dan kelompok post-test dengan rata-rata nilai 55,1, nilai beda antara dua kelompok tersebut adalah 2,2. nilai beda ini merupakan nilai rata-rata peningkatan kemampuan ayunan putt hasil tes dalam kelompok. Selisih dari hasil rata-rata nilai beda kelompok pre-test dan kelompok post-test atau mean difference = 2.20000, t-hitung = -6.850, df = 19, dengan sig. (2 – tailed) = 0.000 < 0.05 maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antar kelompok pre-test dan kelompok post-test. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan pada kelompok pre-test yaitu model latihan keterampilan ayunan *putt* untuk atlet pemula cabang olahraga golf memiliki efektifitas yang dapat meningkatkan keterampilan ayunan putt untuk atlet pemula.

Kata Kunci: Model latihan, ayunan, ayunan putt, *putting*, golf, *amateur golf*,

PUTTING EXERCISE MODEL FOR AMATEUR ATHLETE IN GOLF SPORTS

ROSTADHI AKBAR

ABSTRACT

This research is to make the putting exercise models for athlete in golf sports and to test the effectiveness of the models. The research metode used in this thesis is the metode from “Borg and Gall” with ten steps of the research, the subject for this research is amateur athlete around JABODETABEK area. This research is starting with analysis of need, planning, build product to test, revision, and final product of the model. Efective Test for this model is using “convensional putting test”, the test is used to determine the ability level of the amateur athlete before the test and after the test is given. The results of this research show that this exercise product is proper to be used, also in the result of the test in preliminary field testing and main field testing indicate that the entire model is doing good. In the test of effectiveness, the different test significancy with SPSS 25 using Paired Sample Test declare that the result of pre-test group with the avarege score of 52.9 and post-test group with the average score of 55.1, Score differ between the two groups is 2.2, this score is output from the averaging of increase ability to putting as a result of test in groups. Dispute the output from the groups scoring average between pre-test groups and post test-groups found the “mean difference” is = 2.20000, t-score is = -6.850, df = 19, with Sig. (2-tailed) = 0.000 < 0.005. The final conclusion from the results is showing that the treatment to the groups can give advance to the amateur athlete in order to develop their ability to putt.

Key Words: Model latihan, ayunan, ayunan putt, putting, golf , amateur golf,

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya secara sadar bahwa tesis yang saya buat atau pun yang disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta merupakan hasil karya sendiri

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

Apabila dikemduain hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku

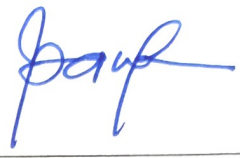
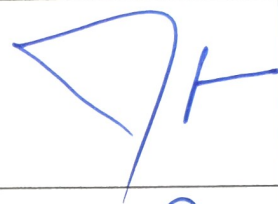
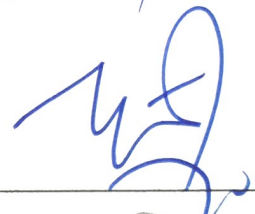
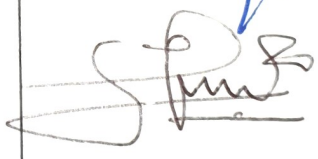
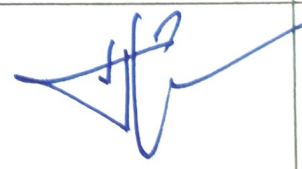
Jakarta, ²⁷.... Januari 2020



Rostadhi Akbar

**PERSTUJUAN PANITIA UJIAN
ATAS HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS**

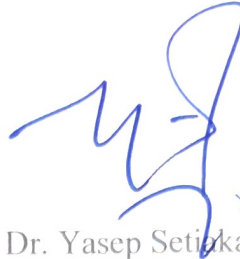
Nama : Rostadhi Akbar
No. Registrasi : 7216157188
Prodi : Pendidikan Olahraga
Angkatan : 2015/2016

NO	NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
1	Dr. Ramdan Pelana, M.Or (Ketua Prodi Pendidikan Olahraga) <i>Koordinator</i>		21/2 2020
2	Dr. Samsudin., M.Pd (Pembimbing I)		17/2 20
3	Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.K.M (Pembimbing II)		21/2 20
4	Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd (Penguji)		13/2 20
5	Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd (Penguji)		19/2 20

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Samsudin, M.Pd

Dr. Yasep Setiokarnawijaya, M.K.M

Tanggal : 17-2-2020

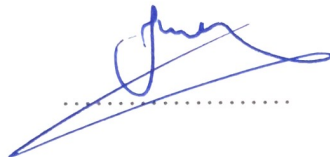
Tanggal : 21-2-2020

Nama

Tanda Tangan


Tanggal

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd
(Ketua)¹



21/2 - 2020

Dr. Ramdan Pelana, M.Or
(Sekretaris)²



21/2 2020

Nama : Rostadhi Akbar
No. Registrasi : 7216157188
Tahun Lulus :

1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta



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 : Rostadhi Akbar
NIM : 7216157188
Fakultas/Prodi : Pendidikan Olahraga
Alamat email : rostadhi@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 Keterampilan Ayunan Putt
Untuk Atlet Pemula Cabang Olahraga
Golf "

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, 21 - 04 - 2020

Penulis

(Rostadhi Akbar, S.Or, M.Pd)

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas seminar proposal thesis ini yang berjudul Model Latihan Keterampilan Putt untuk Atlet Pemula Cabang Olahraga Golf. Penulisan thesis ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan Olahraga Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini ada banyak pihak yang telah memberikan bantuan yang sangat berharga. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, dan Dr. Ramdan Pelana, M.Or selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga di Universitas Negeri Jakarta. Secara khusus penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Samsudin, M.Pd selaku pembimbing I dan Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.K.M selaku pembimbing II yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti selama duduk dibangku kuliah selama ini. Terakhir, tak lupa saya ingin mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua saya yaitu Bapak Suroso, M.M dan Ibu Ita Witaningtyas

Jakarta, 20 Januari 2020

Rostadhi Akbar

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
SURAT PERNYATAAN PLAGIAT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pembatasan Penelitian.....	6
C. Perumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Signifikansi Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN TEORETIK	
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
1. Model Pengembangan Dick and Carrey.....	11
2. Model Pengembangan ASSURE.....	12
3. Model Pengembangan Jerold E. Kemp.....	13
4. Model Pengembangan ADDIE.....	14
5. Model Pengembangan Borg and Gall.....	15

B. Penelitian – Penelitian Yang Relevan	21
C. Kerangka Teori	26
1. Teori dan Pengertian Latihan	26
2. Motorik	33
3. Olahraga Golf	44
4. Keterampilan Teknik Ayunan Putter	48
a. Visualisasi	48
b. Grip	49
c. Tahapan Pukulan Putt	51
d. Gerak Pendulum	56
e. <i>Green</i>	57
5. Konsentrasi	61
6. Akurasi	63
7. Persepsi atau Perasaan (<i>Feeling</i>)	65
8. Repetisi Ayunan	66
D. Design Rancangan Model	67
1. Langkah – langkah Penelitian Model	69
2. Tabel Rancangan Model	70
3. Potensi dan Masalah	73

BAB III. METODELOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	76
B. Tempat dan Waktu Penelitian	76
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	78
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	78
E. Langkah-langkah Penelitian	79

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pembuatan Model	97
1. Hasil Analisis Kebutuhan	97

2. Design Produk Yang Dibuat	99
3. Pengembangan Model.....	103
4. Uji Ahli	104
5. Revisi I	107
6. Uji Kelompok Kecil	109
7. Revisi II	111
8. Uji Kelompok Besar	112
9. Revisi Akhir	114
10. Uji Efektifitas Model	114
B. Pembahasan.....	120
BAB V. SARAN, KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan	123
B. Implikasi	124
C. Saran dan Rekomendasi	125
DAFTAR PUSTAKA	127
LAMPIRAN	130

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Model Pengembangan Dick & Carey	12
2.2. Model Pengembangan ASSURE	13
2.3. Model Pengembangan Kemp	14
2.4. Model Pengembangan ADDIE	15
2.5. Model Pengembangan Borg & Gall	16
2.6. Area Green	37
2.7. Visualisasi Jalur Putting	38
2.8. Reverse Overlap Grip.....	39
2.9. Cross Handed Grip	40
2.10. Claw Grip	40
2.11. Visualisasi Set Up	41
2.12. Cara Mengayunkan Putter	42
2.13. Cara Set Up dan Grip Putter	43
2.14. Cara Melakukan Putt.....	43
2.15. How To Execute Putt	44
2.16. Anchoring Rules	45
2.17. Green	58
2.18. Berbagai Jenis Rumput	59
2.19. ` Contoh Green	60
2.20. Berbagai Jenis Design Green	61
2.21. Konsentrasi Dalam Golf	62
2.22. Contoh Olahraga Akurasi	64
2.23. Instructional Design R and D	69
2.24. Rancangan Model Keterampilan Ayunan Putt.....	70
3.1. Instructional Design R and D.....	80
3.2. Perhitungan Reliabilitas Tes Convensional Putting Stroke	87

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Pembagian Model Keterampilan Putt	66
3.1 Kriteria dan Subjek Penelitian	76
3.2 Pemabagian Model Latihan Keterampilan Putter	83
3.3 Desain Penelitian Dalam Uji Efektifitas Model	99
4.1 Data Hasil Analisis Kebutuhan	98
4.2 Deskripsi Perencanaan Model Latihan Keterampilan Putt	99
4.3 Hasil Uji Ahli Terhadap Model Keterampilan Ayunan Putt.....	104
4.4 Revisi Tahap I.....	107
4.5 Uji Kelompok Kecil	110
4.6 Uji Kelompok Besar.....	113
4.7 Program Pelaksanaan Model Latihan	115
4.8 Hasil Keterampilan Ayunan Putt	117
4.9 <i>Test of Normality</i>	118
4.10 <i>Paired Sample Statistic</i>	119
4.11 <i>Paired Sample Correlations</i>	119
4.12 <i>Paired Sample Test</i>	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Izin Penelitian	130
2 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	131
3 Analisis Kebutuhan	132
4 Draft Awal Model	147
5 Surat Keterangan Validasi Ahli	202
6 Keterlaksanaan Model	205
7 Instrumen Tes Uji Efektifitas	210
8 Surat Validasi Instrumen Tes	213
9 Data Penelitian dan Hasil SPSS	216
10 Program Latihan	222
11 Produk Akhir Model Latihan	224
12 Dokumentasi	258

