

**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP
KEMAMPUAN KECEPATAN TENDANGAN
SAMPING DENGAN KAKI KANAN PADA ATLET
PUTRA PERGURUAN PENCAK SILAT CIPTA
SEJATI**

SKRIPSI



**Risky Dwi Setiawan
175900061**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2021**

**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP KEMAMPUAN
KECEPATAN TENDANGAN SAMPING DENGAN KAKI
KANAN PADA ATLET PUTRA PERGURUAN PENCAK SILAT
CIPTA SEJATI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**Risky Dwi Setiawan
175900061**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2021**


HALAMAN PERSETUJUAN


Proposal Peneliti oleh : Risky Dwi Setiawan
175900061
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Skipping
Terhadap Kemampuan
Kecepatan Tendangan
Samping Dengan Kaki
Kanan Pada Atlet Putra
Perguruan Pencak Silat Cipta
Sejati.

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Mengetahui
Kaprodi Pendidikan Jasmani

Surabaya, 10 Februari 2021
Pembimbing,

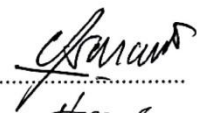



Ahmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd
NIDN 0724097301


Drs. Ismawandi, M.Pd.
NIDN 0713036802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Risky Dwi Setiawan dengan judul Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tendangan Samping Dengan Kaki Kanan Pada Atlet Putra Perguruan Pencak Silat Cipta Sejati telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 16 Februari 2021.


Dewan Penguji

- | | | |
|------------------------------------|---------|---|
| 1. Drs. Ismawandi BP, M.Pd | Ketua |  |
| 2. Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd | Anggota |  |
| 3. Dr. Suharti, S.Pd., M.Si., M.Pd | Anggota |  |

Mengesahkan
Dekan FPP


Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi


Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risky Dwi Setyawati
NIM : 175900061
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi Dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 10 Februari 2021

Yang membuat pernyataan,



Risky Dwi Setiawan

KATA PENGANTAR

Pertama, saya mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas berkah, rahmat, dan pertolongan yang diberikan kepada saya sehingga saya mampu bertahan dalam menempuh pendidikan sarjana saya dan dapat menyelesaikan skripsi saya dengan penuh semangat.

Kedua, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada orang tua saya, atas doa yang setiap hari dipanjatkan untuk saya, atas dukungan secara moral dan keuangan yang diberikan kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dan studi saya ini. Kedua orang tua saya adalah motivasi saya untuk dapat menyelesaikan skripsi dan lulus dari pendidikan ini.

Ketiga, saya ingin mengucapkan terimakasih kepada para dosen program studi pendidikan jasmani atas ilmu, dukungan, pertolongan, dan bimbingannya selama saya menempuh pendidikan ini. Saya berterimakasih kepada Bapak Ismawandi Bripandika Putra, M.Pd. yang telah bersedia menjadi dosen pembimbing saya dalam mengerjakan tugas akhir. Saya berterimakasih atas ide, solusi, bimbingan, saran, arahan, dan waktunya yang

diberikan untuk saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Saya juga berterima kasih kepada teman – teman, atas kerjasama, semangat, kepedulian, dan doanya selama saya menempuh pendidikan ini.

Keempat, saya ingin mengucapkan terimakasih kepada Bapak Bagus, pelatih perguruan pencak silat Cipta Sejati, dan kepada para atlet yang bersedia membantu saya dalam penelitian ini untuk menyelesaikan tugas akhir saya. Saya mengucapkan terimakasih atas kerjasama, waktu, dan tenaganya dalam membantu saya mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian tugas akhir ini. Terakhir, saya ingin mengucapkan semoga kita semua selalu diberikan kesehatan dan berkah oleh Allah SWT.

Surabaya, 10 Februari 2021

Risky Dwi Setiawan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRCT	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSETUJUAN	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	4
C. Rumusan Masalah.....	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Variabel Tindakan.....	5
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II LANDASAN TEORI.....	6
A. Kajian Pustaka	6
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	9
C. Kerangka Konseptual.....	10
D. Hipotesis Tindakan.....	12
BAB III METODE PENELITIAN	13
A. Rancangan Penelitian.....	13
B. Populasi dan Sempel	14
C. Metode Pengumpulan Data	15
D. Teknik Analisa Data.....	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
.....	29
A. Hasil Penelitian	29
B. Uji Statistik	32
C. Pembahasan.....	34
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	36
A. Simpulan	36
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

3.1 Program Latihan.....	16
3.2 Norma Kecepatan Tendangan Pencak Silat.....	25
3.3 Hasil <i>Pre-test</i> Tendangan Samping.....	26
3.4 Hasil <i>Post-test</i> Tendangan Samping	26
4.1 Hasil <i>Pre-test</i> Tendangan Samping.....	30
4.2 Hasil <i>Post-test</i> Tendangan Samping	31
4.3 Statistik Deskriptif Data Kemampuan Kecepatan Tendangan Samping	32
4.4 Hasil Uji Normalitas.....	34
4.5 Hasil Uji T	34

DAFTAR GRAFIK

4.1 Jumlah Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	31
---	----

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Konseptual	11
3.1 Ranangan Penelitian	14

DAFTAR LAMPIRAN

1. Dokumentasi Proses Pengambilan Data 39
2. Surat Izin Melakukan Penelitian 42
3. Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian 43