

**PENGEMBANGAN MEDIA ALAT BANTU *KICK BOX* PADA
TENDANGAN ATLET PENCAK SILAT PAGAR NUSA
BOJONEGORO**

SKRIPSI

Skripsi
disusun sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi



oleh
Boy Eko Yoga Kurniawan
NIM 3220180217

UNUGIRI

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Boy Eko Yoga Kurniawan
Tempat, tanggal lahir : Bojonegoro, 07 Maret 2000
NIM : 3220180217
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Skripsi dengan judul "Pengembangan Media Alat Bantu *Kick Box* Pada Tendangan Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Bojonegoro" adalah benar-benar hasil penelitian peneliti sendiri dan belum pernah digunakan untuk memperoleh gelar Sarjana baik dalam kampus sendiri maupun dalam lingkup Perguruan Tinggi lain.
2. Seluruh kutipan maupun referensi yang ada dalam skripsi ini, murni menurut siapa yang ada dalam setiap sumber yang diperoleh peneliti dan sudah mengikuti etika dalam mengutip suatu karya ilmiah serta menyebutkan sumber dari kutipan tersebut.

Bojonegoro, 23 September 2022



Boy Eko Yoga Kurniawan
NIM : 3220180217

HALAMAN PERSETUJUAN

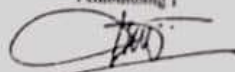
HALAMAN PERSETUJUAN

Nama Boy Eko Yoga Kurniawan
NIM 3220180217
Judul Pengembangan Media Alat Bantu Kick Box Pada Tendangan
Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Bojonegoro

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian
skripsi

Bojonegoro 20 September 2022

Pembimbing I



(Hilmy Ahmad, M.Pd)

NIDN 0707048904



Pembimbing II

(Rehmat Apriyanto, M.Pd)

NIDN 0704048703

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Boy Eko Yoga Kurniawan

NIM : 3220180217

Judul : Pengembangan Media Alat Bantu Kick Box Pada Tendangan Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Bojonegoro

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 23 September 2022

Dewan Penguji

Penguji I



Mohamad Da'i, M. Pd

NIDN : 0719089401

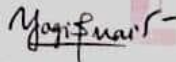
Penguji III



Hilmy Alriad, M. Pd

NIDN : 0707048904

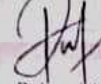
Penguji II



Dr. H. Yogi Prana Izza, Lc., M.A

NIDN : 0731127601

Penguji IV




Rohmad Apriyanto, M. Pd

NIDN : 0704048703

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

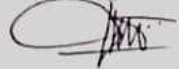


Astud Chandra Sari, M. Pd

NIDN : 0719089101

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Hilmy Alriad, M. Pd

NIDN : 0707048904

MOTTO

Kita tidak hidup apabila tidak mau berfikir dan bergerak. Sebab hidup merupakan sebuah pergerakan. Dan proses yang akan menentukan hasil akhir kehidupan.

PERSEMBAHAN

1. Untuk diriku sendiri yang telah berusaha dan berjuang dengan penuh keyakinan hingga mampu berada pada titik ini.
2. Untuk istriku, anugerah Tuhan yang utuh dalam kehidupanku.
3. Untuk Bapak dan Ibu serta Bapak dan Ibu mertuaku yang selalu ada dan mendukungku dengan ikhlas.
4. Untuk keluarga besar yang turut mendoakan setiap langkahku.
5. Untuk guru spiritual keagamaan yang senantiasa mengingatkan setiap langkahku.
6. Untuk pelatih yang telah membesarkanku dengan proses yang tidak mudah dan senantiasa bersabar hingga banyak sejarah yang tekah diukir bersama.
7. Untuk Pagar Nusa yang menjadi semangat dan motivasi berkhidmad di Nahdlatul Ulama.
8. Untuk Nahdlatul Ulama yang telah menjadi ruang untuk belajar dan berproses.
9. Untuk Moh. Agung Sobirin yang telah menghitung hasil penelitianku.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Pertama-tama kami memanjatkan puji syukur ke hadirat Allah SWT yang melimpahkan rahmat dan hidayahnya, sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi ditulis sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Strata Satu Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat dukungan dari berbagai pihak. Peneliti berterima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini dan secara khusus pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang baik:

1. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I, selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Hilmy Aliriad, M.Pd, selaku Kaprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Hilmy Aliriad, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I.
5. Rohmad Apriyanto, M. Pd, selaku Dosen Pembimbing II.
6. Segenap bapak dan ibu dosen serta rekan-rekan mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang banyak membantu menyusun skripsi sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
7. Kedua orang tua saya yang telah memberikan motivasi dan dorongan semangat yang luar bisa hebat sehingga dapat terselesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Sahabat - sahabat yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, yang selalu ada untuk penulis saat penulis membutuhkan.
9. Kepala dan Pelatih Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro yang telah membantu dalam penelitian sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan sehingga kami dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dicatat oleh Allah SWT sebagai amal ibadah. Aamiin

Peneliti menyadari ini masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan akan peneliti terima dengan senang hati. Semoga skripsi ini dapat menjadi alat yang besar dalam upaya kita meningkatkan kualitas pendidikan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bojonegoro, 23 September 2022



Penulis

ABSTRACT

Kurniawan, Boy Eko Yoga. 2022. Development of Media for Kick Box Aids on Kicks of Pagar Nusa Bojonegoro Pencak Silat Athletes. Thesis, Study Program of Physical Education, Health and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Sunan Giri University of Nahdlatul Ulama. The main supervisor is Hilmy Aliriad., M. Pd and the assistant supervisor is Rohmad Apriyanto., M. Pd.

Keywords: *development, pencak silat kick, kick box*

The background of this thesis is the lack of media tools that can increase the quality and correctness of the kick so that it also affects the increase in muscle mass and physical fitness for Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro athletes. Given the problems that exist in Puslatcab, this research aims to: (1) produce a media development product for kick box aids for the kicks of the Pagar Nusa pencak silat athletes at the Pagar Nusa Bojonegoro Central Cab District, (2) determine the feasibility of the material and media aspects contained in the developed product, and (3) determine the quality of the materials and quality Learning Resources. This type of research is development research (R&D) which adapts the research and development strategy proposed by *Borg and Gall*. The research instrument used to determine the correct quality of kicks and to determine the response of users of kick box aids when performing pencak silat kicks. Questions in the questionnaire are used to determine aspects of the source of the material and aspects of the quality of the material. The data were analyzed using descriptive analysis techniques, namely in the form of a description of suggestions and assessment scores from all reviewers on each aspect of product assessment. The results of the development research carried out indicate that the product is in the form of a Kick Box Aid for Kicking Athletes of Pencak Silat Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro. feasible to be used as a learning medium because it obtained a good average score. Based on the data that has been obtained through the recap of the three aspects, namely (1) the accuracy aspect, (2) the balance aspect, and (3) the strength aspect, the small-scale research obtained a total value of 1800 and the large-scale research was 2771. It can be concluded that the average value for all questions is 2771 (Very Good).

ABSTRAK

Kurniawan, Boy Eko Yoga. 2022. *Pengembangan Media Alat Bantu Kick Box Pada Tendangan Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Bojonegoro*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing utama Hilmy Aliriad., M. Pd dan Pembimbing pendamping Rohmad Apriyanto., M. Pd.

Kata Kunci : *pengembangan, tendangan pencak silat, kick box*

Latar belakang dari skripsi ini adalah masih minimnya media alat bantu yang dapat menambah kualitas dan kebenaran tendangan sehingga juga memengaruhi peningkatan massa otot dan fisik atlet Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro. Dengan adanya permasalahan yang ada di Puslatcab maka penelitian ini bertujuan untuk : (1) menghasilkan produk pengembangan media alat bantu *kick box* pada tendangan atlet pencak silat Pagar Nusa di Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro, (2) mengetahui kelayakan aspek materi dan aspek media yang terdapat pada produk yang dikembangkan, dan (3) mengetahui kualitas bahan dan kualitas sumber belajar. Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan (R&D) yang mengadaptasi strategi penelitian dan pengembangan yang dikemukakan oleh Borg dan Gall. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif yaitu berupa uraian saran dan skor penilaian dari semua *reviewer* pada tiap aspek penilaian produk. Hasil penelitian pengembangan yang dilakukan menunjukkan bahwa produk berupa Media Alat Bantu Kick Box Pada Tendangan Atlet Pencak Silat Puslatcab Pagar Nusa Bojonegoro. Layak digunakan sebagai media pembelajaran karena memperoleh nilai rata-rata yang baik. Berdasarkan data yang telah diperoleh melalui hasil rekapitan dari tiga aspek, yaitu (1) aspek *accuration*, (2) aspek *balance*, dan (3) aspek *strenght*, pada penelitian skala kecil diperoleh total nilai 1800 dan penelitian skala besar yaitu 2771. Dengan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata untuk keseluruhan pertanyaan yaitu 2771 (Sangat Baik).

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN PERSETUJUAN	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR GRAFIK	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	6
1.3 Tujuan penelitian.....	6
1.4 Spesifikasi produk yang diharapkan.....	6
1.5 Manfaat penelitian.....	7
1.6 Asumsi dan keterbatasan penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	9
2.1 Tinjauan pustaka.....	10
2.1.1 Pengertian pencak silat.....	10
2.1.2 Sikap dasar pencak silat.....	11
2.1.3 Gerak dasar pencak silat.....	19
2.1.4 Teknik dasar pencak silat.....	22
2.1.5 Hakikat pencak silat.....	33
2.2 Hasil penelitian yang relevan.....	35
2.3 Kerangka konseptual.....	37

BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Jenis dan rancangan penelitian.....	39
3.1.1 Model pengembangan.....	39
3.2 Prosedur penelitian.....	39
3.3 Desain uji coba.....	40
3.3.1 Uji <i>alpha</i>	40
3.3.2 Uji <i>beta</i>	41
3.3.2.1 <i>Select the learns</i>	41
3.3.2.2 <i>Explain the producers</i>	41
3.3.2.3 <i>Determinane prior knowledge</i>	41
3.3.2.4 <i>Observe them going throught the program</i>	41
3.3.2.5 <i>Interview</i>	41
3.3.2.6 <i>Final revision</i>	41
3.4 Jenis data.....	41
3.4.1 Data kuantitatif	42
3.4.2 Data kualitatif.....	42
3.5 Definisi operasional	42
3.5.1 Kuisisioner atau angket	42
3.5.1.1 Lembar validasi materi.....	42
3.5.1.2 Lembar validasi media.....	43
3.5.1.3 Kuisisioner untuk pengguna	43
3.6 Instrumen pengumpulan data.....	46
3.7 Teknik analisis data.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Hasil dan Pembahasan.....	48
4.1.1 Studi Pendahuluan dan Pengumpulan Informasi	48
4.1.2 Desain produk	49
4.1.2.1 <i>Perencanaan</i>	49
4.1.2.2 <i>Pengembangan</i>	49
4.1.2.3 <i>Tahap validasi</i>	50
4.2 Data evaluasi dan hasil uji coba produk Tahap 1.....	50
4.2.1 Revisi produk tahap 1	51

4.2.1.1	<i>Revisi produk oleh ahli materi tahap 1</i>	51
4.2.1.1.1	Data evaluasi oleh ahli materi tahap 1	51
4.2.2	Analisi data hasil evaluasi oleh ahli materi tahap 1	52
4.2.3	Revisi produk ahli materi tahap 1	53
4.2.3.1	<i>Data hasil validasi produk tahap 1</i>	53
4.2.4	Analisis data hasil evaluasi produk tahap 1	54
4.2.5	Revisi produk ahli media tahap 1	54
4.3	Revisi produk tahap 2	54
4.3.1	Revisi produk oleh ahli materi tahap 2	54
4.3.2	Analisis data hasil evaluasi tahap 2	56
4.3.3	Revisi produk oleh ahli media tahap 2	57
4.3.3.1	Data hasil validasi produk oleh ahli materi tahap 2	57
4.3.4	Analisis data hasil evaluasi evaluasi tahap 2	58
4.3.5	Revisi produk ahli media tahap 2	58
4.4	Data uji coba produk	58
4.5	Data uji coba kelompok kecil	59
4.5.1	Data hasil uji coba kelompok kecil	60
4.5.2	Data hasil uji coba kelompok kecil	60
4.6	Data uji coba kelompok kecil	60
4.6.1	Data uji coba kelompok besar	61
4.6.2	Data uji coba kelompok besar	62
4.7	Spesifikasi produk	63
4.8	Produk akhir	63
4.9	Hasil perbandingan uji kelompok kecil dan besar	64
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
	DAFTAR PUSTAKA	63
	LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Skor penilaian serangan pencak silat	3
3.1 Kisi-kisi ahli materi.....	42
3.2 Kisi-kisi ahli media	43
3.3 Ketentuan pemberian skor.....	43
3.4 Rumus rata-rata	44
3.5 Data hasil evaluasi ahli materi	45
3.6 Data hasil evaluasi ahli media.....	45
4.1 Konversi skor penilaian ahli materi dan media tahap 1	52
4.2 Data hasil evaluasi ahli materi tahap 1.....	52
4.3 Data hasil evaluasi ahli media tahap 1	54
4.4 Konversi skor penilaian ahli materi dan media tahap 2.....	55
4.5 Data hasil evaluasi ahli materi tahap 2.....	56
4.6 Data hasil evaluasi ahli media tahap 2	58
4.7 Hasil penilaian uji coba kelompok kecil	55
4.8 Nilai rata-rata uji kelompok kecil	55
4.9 Hasil penilaian uji coba kelompok besar	57
4.10 Nilai rata-rata uji coba kelompok besar	58

UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.1 Perumusan kerangka berfikir	38
3.1 Rancangan penelitian	39
3.2 Proses pengembangan Borg & Gall	40

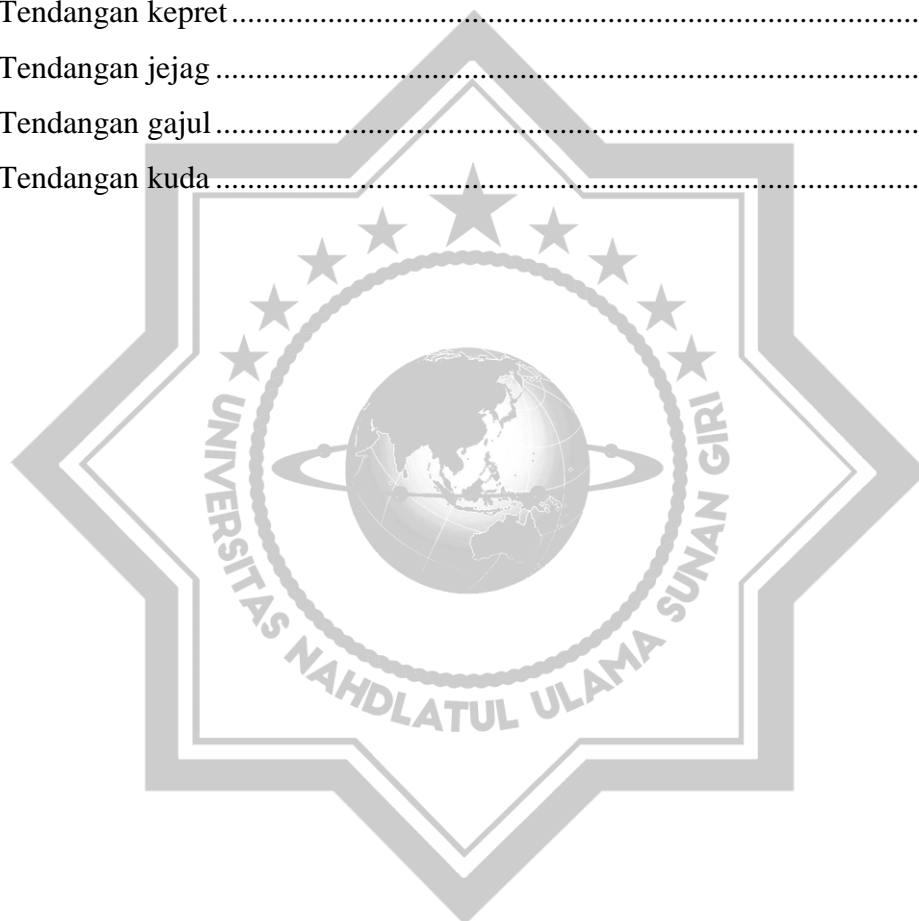


UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Pencak silat.....	11
2.2 Sikap berdiri	13
2.3 Sikap kangkang	14
2.4 Sikap kuda-kuda depan	14
2.5 Sikap kuda-kuda belakang	15
2.6 Sikap kuda-kuda tengah	15
2.7 Sikap kuda-kuda samping	15
2.8 Sikap kuda-kuda silang depan.....	16
2.9 Sikap Pasang 1	16
2.10 Sikap Pasang 2	17
2.11 Sikap Pasang 3	17
2.12 Sikap Pasang 4	18
2.13 Sikap Pasang 5	18
2.14 Sikap Pasang 6	19
2.15 Sikap Pasang 7	19
2.16 Sikap Pasang 8	20
2.17 Langkah lurus.....	21
2.18 Langkah samping	21
2.19 Langkah serong	22
2.20 Langkah silang depan.....	22
2.21 Langkah belakang	22
2.22 Langkah putar.....	23
2.23 Pukulan lurus.....	24
2.23 Pukulan bandul.....	24
2.24 Pukulan tebasan.....	25
2.25 Pukulan tebaran	25
2.26 Pukulan patukan	25
2.27 pukulan dobrakan	26
2.28 Pukulan sikuan	26
2.29 Sapuan tegak	27

2.30 Sapan rebah	27
2.31 Sapan beset	28
2.32 Tendangan T	30
2.33 Tendangan lurus	31
2.34 Tendangan sabit	32
2.35 Tendangan tusuk	32
2.36 Tendangan kepret	33
2.37 Tendangan jejag	33
2.38 Tendangan gajul	34
2.39 Tendangan kuda	34



UNUGIRI

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Hasil rata-rata uji kelompok kecil	38
4.2 Hasil rata-rata uji kelompok besar	39
4.3 Hasil perbandingan uji kelompok kecil dan besar	40



UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat izin penelitian.....	68
2. Surat rekomendasi penelitian	69
3. Buku panduan layihan tendangan <i>kick box</i>	71
4. Tampilan desain <i>kick box</i>	76
5. Tampilan produk <i>kick box</i>	77
6. Biaya pengembangan produk.....	78
7. Instrumen atlet.....	79
8. Instrumen validasi ahli materi.....	80
9. Instrumen validasi ahli media.....	83
10. Dokumentasi penelitian.....	86



UNUGIRI