

**PENGEMBANGAN VARIASI TEKNIK BANTINGAN LENGAN
BELA DIRI GULAT USIA 15 – 18 TAHUN DI CLUB GULAT
KARO INDONESIA**

SKRIPSI

Oleh :

GINBRES GINTING

2015030027

UNIVERSITAS



PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI

2024

**PENGEMBANGAN VARIASI TEKNIK BANTINGAN LENGAN
BELA DIRI GULAT USIA 15 -18 TAHUN DI CLUP GULAT
KARO INDONESIA**

SKRIPSI

Disusun Dan Diajukan Untuk Melengkapi Tugas Tugas Dan Memenuhi Syarat
Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada fakultas Keguruan Dan
Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI**

2024



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Pecerren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

PENGESAHAN
SKRIPSI

PEGEMBANGAN VARIASI TEKNIK BANTINGAN LENGGAN BELA
DIRI GULAT USIA 15-18 TAHUN DI CLUB KARO INDONESIA

Disusun dan diajukan Oleh

Nama Mahasiswa : Ginbres Ginting
NPM : 2015030027
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi 18 Mei 2024
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Berastagi, 18 Mei 2024

Menyetujui :
Tim Pembimbing

Pembimbing Utama

Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201

Pembimbing Pendamping

Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701



Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan

Dr. Joen P. Purba, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0107118802

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga

Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Pecerren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

PENGESAHAN
SKRIPSI

PEGEMBANGAN VARIASI TEKNIK BANTINGAN LENGGAN BELA
DIRI GULAT USIA 15-18 TAHUN DI CLUB KARO INDONESIA

Disusun dan diajukan Oleh

Nama Mahasiswa : **Gimbres Ginting**
NPM : **2015030027**
Program Studi : **Pendidikan Olahraga**

Telah dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi pada Hari Sabtu Tanggal 18 Mei 2024
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana

Disetujui Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Joen P. Purba, S.Pd., M.Pd.
NIDN: 0107118802

Penguji II

Deasvi Natalia Sitepu, S.Pd., M.Pd.
NIDN : 0106129101

Penguji III

Rigki Bastanta B. Manalu, M.Pd.
NIDN : 0119089201



Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan

Dr. Joen P. Purba, S.Pd., M.Pd.
NIDN: 0107118802

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga

Rigki Bastanta B. Manalu, M.Pd.
NIDN : 0119089201

LEMBAR PERSETUJUAN REVISI UJIAN AKHIR STUDI
UJIAN AKHIR STUDI

Nama : GINBRES GINTING
NPM : 2015030027
Fakultas : KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UQB
Prodi : POR UQB
Judul : Pengembangan variasi teknik bantingan lengan pada bela diri gulat di clup gulat karo

Bahwa mahasiswa tersebut di atas benar telah melakukan perbaikan Ujian Akhir Studi sesuai dengan saran yang telah disampaikan para Bapak/Ibu tim pembanding pada waktu Ujian Akhir Studi.

No.	Nama Pembanding	keterangan	Tanda Tangan
1	Dr. Joen Parningotan PurbaS.Pd., M.Pd	Pembanding I	
2	DEASYI NATALIA SITEPU M.Pd.	Pembanding II	
3	Rizki Bastanta B. ManaluS.Pd, M.Pd	Pembanding III	



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceran - Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, telp. (0628) 92188
web : www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

BERITA ACARA
UJIAN AKHIR STUDI
PROGRAM STUDI POR UQB
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UQB
UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI

Pada hari ini : Sabtu , 18 Mei 2024 bertempat di ruang sidang FKIP UQB Universitas Quality Berastagi, Jl. Peceran , Sempajaya , Kec. Berastagi, Kabupaten Karo, telah dilaksanakan Ujian Akhir Studi atas :

Nama Mahasiswa : GINBRES GINTING
NPM : 2015030027
Judul Skripsi : Pengembangan variasi teknik bantingan lengan pada bela diri gulat di clup gulat karo

Dengan Tim Penguji :

No	Kriteria Penilaian	Nilai Rata-Rata	Persentase	Total Nilai
1	Seminar Proposal	94	20%	19
2	Seminar Hasil	95	35%	33
3	Ujian Akhir Studi	95	45%	43
Rata-Rata				95 (A)
Nilai Dengan Huruf				95 (A)

Berdasarkan hasil nilai diatas, maka Ujian Akhir Studi atas nama mahasiswa tersebut diatas dinyatakan :

LULUS

Demikian Berita Acara ini diperbuat dengan sebenarnya.

Diketahui :
Dekan,



Dr. Joen Parningotan PurbaS.Pd., M.Pd.
NIDN. 0107118802

Medan,
Ketua Program Studi POR UQB



Rizki Bastanta B. ManalUS.Pd., M.Pd.
NIDN. 0119089201

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Penyayang, dengan limpah karunia-Nya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul PENGEMBANGAN VARIASI TEKNIK BANTINGAN LENGAN PADA BELA DIRI GULAT USIA 15 – 18 TAHUN DI CLUP GULAT KARO. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Quality Berastagi. Skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan dan dorongan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberi semangat dan motivasi penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr Erna Frida. M.Si., selaku Rektor Universitas Quality Berastagi.
2. Bapak Dr.Joen Parningotan Purba, S.Pd., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Bapak Rizki Bastanta B. Manalus S.Pd, M.Pd selaku ketua program studi pendidikan olahraga dan selaku dosen pembimbing pertama yang telah membimbing saya didalam menyelesaikan skripsi ini
4. Bapak Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing dan memberikan dorongan dalam proses saya penyempurnaan skripsi ini.
5. Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh Bapak dan Ibu dosen pendidikan olahraga universitas quality Berastagi atas bimbingan, arahan dan dukungannya.
6. Terlebih kepada pelatih saya yang telah memberikan arahan, semangat dan motivasi coach Nasional Barus S.Pd, coach Jan Bobby Nesra Barus M.Pd, dan coach Julius Boy Nesra Basgimanta Barus S.Pd., M.Pd.

7. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis yang telah memberi nasehat dan dukungan, doa dan semangat kepada penulis.

8. Teristimewa kepada orang yang berperan dalam penyusunan skripsi ini kekasih tercinta Jhonetta Sembiring, terimakasih atas bantuan, semangat, motivasi dan arahan kepada penulis.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Berastagi, Oktober 2023

Penulis



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Pengembangan	4
1.4 Spesifikasi Pengembangan	4
1.5 Pentingnya Pengembangan	4
1.6 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	
2.1 Kajian teori	6
2.1.1 Hakikat Pengembangan	6
2.1.2 Hakikat Olahraga	8
2.1.3 Hakikat Olahraga Gulat	11
2.2 Kerangka Berpikir	22
2.2.1 Kajian Penelitian yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Model pengembangan	25
3.2 Prosedur Pengembangan	25
3.3 Subjek Uji coba	26
3.4 Jenis data dan sumber data	26
3.5 Instrumen pengumpulan data	27
3.6 Teknik analisis data	27

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian30
4.2 Pembahasan.....42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan45
5.2 Pembahasan.....46

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 kategori kelas/ berat badan.....	14
Tabel 4.1 Hasil wawancara atlet	32
Tabel 4.2 Hasil analisis validasi model bantingan lengan	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Matras arena pertandingan	14
Gambar 2.2 awalan teknik bantingan lengan	18
Gambar 2.3 gerakan membanting	19
Gambar 2.4 gerakan akhir	19



DAFTAR LAMPIRAN

1. Pedoman wawancara atlet
2. Pedoman wawancara pelatih
3. Checklist observasi
4. Data statistik pertandingan
5. Dokumentasi



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Gimbres Ginting
NPM : 2015030027
Program Studi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul “Pegembangan Variasi Teknik Bantingan Lengan Bela Diri Gulat Usia 15-18 Tahun Di Club Karo Indonesia”. Merupakan hasil karya penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali jika Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari hasil karya penulis lain dan atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik berupa pembatalan skripsi dan pencabutan gelar yang penulis peroleh sebagai hasil ujian akhir studi atas Skripsi ini. Demikian Surat Pernyataan ini saya perbuat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa adanya unsur paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Berastagi, Mei 2024

Yang menyatakan,



Gimbres Ginting
NPM : 2015030027