

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN TENDANGAN T
MENGUNAKAN METODE DRILL PADA SISWA
KELAS X POKOK BAHASAN BELA DIRI
PENCAK SILAT SMA NEGERI 1
BARUS JAHE**

SKRIPSI

Oleh

**Edigia Pelawi
NPM:1815030005**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
2022**

LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

Disusun dan Diajukan untuk Dipertahankan dalam Ujian Skripsi
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi


Nama Mahasiswa : Edigna Pelawi
NPM : 181503005
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Disetujui

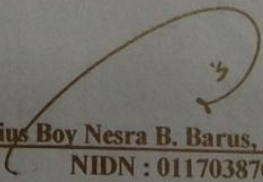
Pembimbing I


Drs. Sulhan, M.Pd
NIP. 19620917 199302 1 002

Pembimbing II


Rizki Bastenta B. Manalu, M.Pd
NIDN: 0119089201

Diketahui
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Universitas Quality Berastagi


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



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

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

PENGESAHAN
SKRIPSI

PENERBITAN
SKRIPSI

LEMBAGA MENINGKATKAN KETERAMPILAN TENAGA TENSIOR TENDANGAN T
MENGUNAKAN METODA GIBLI PADA SISWA KELAS
X POKOK BAHAN BELA DIRI PENCAK SILAT SMA
NEGERI 1 BARS JAHE

Disusun dan diajukan Oleh

Nama Mahasiswa : Edigia Pelawi
NPM : 1815030005
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi 27 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Berastagi, 27 Juli 2022

Menyetujui
Tim Pembimbing

Pembimbing I

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP : 19660917 199303 1 002

Pembimbing II

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

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga

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



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

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

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini tanggal 22 Juli 2022 telah dilaksanakan Ujian Skripsi mahasiswa
Program Studi Pendidikan Olahraga - Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi

Nama : Erlangga Purnomo
NIM : 1812200020
Tempat : Sunggusiring, Pematang Siantar, Sumatera Utara
Waktu : 10.00 sd Selesai

Judul Skripsi : UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN
TENDANGAN T MENGLIUNGKAS SETIAP DIBELI PADA
SISWA KELAS X POKOK BAHASAN BELA DIRI
PENCAK SILAT SMA NEGERI 1 BARUS BARU


Disetujui dan memenuhi syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd.)
Tanggal : 22 Juli 2022


Disetujui Dewan Penguji

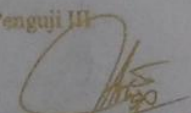
Penguji I

Penguji II

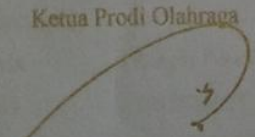
Penguji III


Erlangga Purnomo, S.Pd., M.Pd.
NIP : 0106012100


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


Drs. Scisnura, M.Pd.
NIP : 19660917 199303 1 002

Ketua Prodi Olahraga


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



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren - Lor Kumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara. Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN TENDANGAN T
MENGUNAKAN METODE DRILL PADA SISWA KELAS
X PEROK BANYAK BELA DARI PENCAK SILAT SMA
NEGERI 1 KARU'S JAHE**

Ditulis dan ditulis oleh

Nama Mahasiswa : Edigia Pelaw
NPM : 1315036005
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 Jumat Tanggal 22 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana


Ditetujui Dewan Penguji

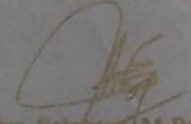
Penguji I

Penguji II


Penguji III


Drs. Sejahtera, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0106019101

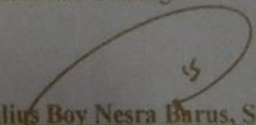

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701


Drs. Sejahtera, M.Pd
NIP : 19660917 199303 1

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan


Drs. Sejahtera, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga


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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini. Skripsi ini berjudul **“Upaya Meningkatkan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe”** .

Penulisan Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi. Skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan dan dorongan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberi semangat dan motivasi untuk penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Erna Prida. M.Si., selaku Rektor Universitas Quality Berastagi.
2. Bapak Drs. Sejahtera, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi dan selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing saya di dalam menyelesaikan Skripsi ini
3. Bapak Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi dan selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing saya di dalam menyelesaikan Skripsi ini
4. Teristimewa kepada kedua Orang Tua penulis yang telah memberi nasehat, dukungan, doa dan semangat kepada penulis.
5. Semua pihak yang telah memberikan bantuannya kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.

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

Berastagi, Juli 2022
Penulis,

Edigia Pelawi
NPM : 1815030005



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA	6
A. Kerangka Teoritis	6
1. Sejarah Pencak silat	6
2. Pengertian Pencak Silat	8
3. Macam-Macam Kategori Pertandingan Dalam Pencak Silat	9
4. Teknik Dasar Pencak Silat	9
5. Kategori Tanding	16
6. Ketepatan Tendangan	18
7. Tendangan T	19
8. Pengertian Metode Drill	20
9. Langkah-Langkah Metode drill	21
10. Kelebihan dan Kekurangan <i>Metode Drill</i>	22
11. Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	21
B. Kerangka Berpikir	23
C. Hipotesis Tindakan	24
D. Definisi Operasional	24

BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Lokasi Penelitian	25
B. Subjek dan Objek Penelitian	25
C. Jenis Penelitian	25
D. Desain Penelitian	25
E. Prosedur Penelitian	26
F. Teknik Pengumpulan Data	27
G. Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Deskripsi Pelaksanaan Siklus I	33
B. Deskripsi Perbaikan Siklus II	40
C. Pembahasan	46
D. Hipotesis Tindakan	50
BAB IV PENUTUP	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Edigia Pelawi
NPM : 1815030005
Program Studi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul **"UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN TENDANGAN T MENGGUNAKAN METODE DRILL PADA SISWA KELAS X POKOK BAHASAN BELA DIRI PENCAK SILAT SMA NEGERI 1 BARUS JAHE"**. 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, Juli 2022
Yang menyatakan,



Edigia Pelawi
NPM : 1815030005