

ABSTRAK

PENGUNAAN MODIFIKASI ALAT SAMSAK UNTUK MENINGKATKAN TENDANGAN LINGKAR DALAM BELADIRI TARUNG DERAJAT SATLAT NUNKURUS

Aderiski G. Longo¹, Dr. James Klemen Lika, S.Pd., M.Pd². Christin P. M.
Rajagukguk, S.Pd³, M.Pd

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

e-mail. longoriski@gmail.com

Latar belakang: Penelitian ini membahas tentang penggunaan modifikasi alat samsak untuk meningkatkan tendangan lingkaran dalam Beladiri Tarung Derajat Satlat Nunkurus. Peneliti memodifikasi suatu alat samsak di karenakan di Satlat Nunkurus kurang alat olahraga seperti samsak untuk meningkatkan tendangan lingkaran dalam pada 3 anggota Tarung Derajat Satlat Nunkurus yang tidak bisa melakukan tendangan lingkaran dalam.

Tujuan penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan dan jenis penelitian aksi yang terdiri dari dua siklus. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini selama satu bulan dan dilaksanakan di Satlat Nunkurus Kabupaten Kupang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi, wawancara, tes dan pengukuran serta dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentase yang merupakan metode yang digunakan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel.

Hasil dan pembahasan: Hasil penelitian ini dilakukan pada dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Hasil penelitian pada siklus I mengenai teknik tendangan lingkaran dalam diperoleh hasil pre-test kategori kurang sebanyak 1 orang dengan persentase 33%, kategori kurang sekali sebanyak 2 orang dengan persentase 67% dan hasil post-test kategori cukup sebanyak 1 orang dengan persentase 33%, kategori kurang sebanyak 2 orang dengan persentase 67%. Hasil penelitian pada siklus II mengenai teknik tendangan lingkaran dalam diperoleh hasil pre-test kategori baik sebanyak 3 orang dengan persentase 100% dan hasil post-test kategori baik sekali sebanyak 2 orang dengan persentase 67%, kategori baik sebanyak 1 orang dengan persentase 33%.

Simpulan: Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan modifikasi alat samsak dapat meningkatkan tendangan lingkaran dalam Beladiri Tarung Derajat Satlat Nunkurus.

Kata kunci: Modifikasi alat samsak, tendangan lingkaran dalam

ABSTRACT

USE OF BAG MODIFICATION TO INCREASE CIRCUMFERENTIAL KICK IN MARTIAL ARTS COMBAT DEGREE NUNKURUS

Aderiski G. Longo¹, Dr. James Klemen Lika, S.Pd., M.Pd². Christin P. M. Rajagukguk, S.Pd³., M.Pd

Physical Education, Health and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

e-mail. longoriski@gmail.com

Background: This study discusses the use of modified bag tools to increase circumferential kicks in the Nunkurus Combat Martial Arts. The researcher modified a bag tool because in the Nunkurus Satlat there was a lack of sports equipment such as a bag to increase the inner circle kick in 3 members of the Nunkurus Satlat Tarung Degree who could not do the inner circle kick.

Research objectives: This study uses an approach and type of action research consisting of two cycles. The time used in this study was one month and was carried out at the Nunkurus Satlat, Kupang Regency. The data collection techniques in this study consist of observation, interviews, tests and measurements as well as documentation. The data analysis technique in this study uses the percentage descriptive analysis technique which is the method used to describe each variable.

Results and discussion: The results of this research were carried out in two cycles with the stages of planning, implementation, observation and reflection. The results of the research in the first cycle regarding the deep circle kick technique were obtained as many as 1 person with a percentage of 33%, 2 people with a percentage of 67% and 1 person with a percentage of 33%, 2 people with a percentage of 67%. The results of the research in cycle II regarding the inner circle kick technique were obtained as many as 3 people with a percentage of 100% and the results of the post-test category were very good as many as 2 people with a percentage of 67%, and the good category was 1 person with a percentage of 33%.

Conclusion: Based on the description above, it can be concluded that the use of bag modifications can increase the circumferential kick in the Nunkurus Satlat Martial Arts.

Keywords: Bag device modification, inner circle kic