

**METODE LATIHAN TEKNIK GUNTINGAN DEPAN PADA SISWA PSHT
RANTING MAKTIHAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



**HERMAN Y. J. NAHAK
NIM. 18320125**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas Nama **Herman Y. J. Nahak**, NIM. 18320125, dengan judul: "**Metode Latihan Teknik Guntingan Depan pada Siswa PSHT Ranting Maktihan**" telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 19 Juli 2025.

MENYETUJUI

Pembimbing I



Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 5534744645130132

Pembimbing II



Alventur Baun, S.Pd., M.Pd
NUPTK. 9163768669130213

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR

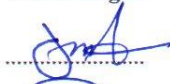
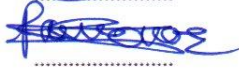


Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 5534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Herman Y. J. Nahak**, NIM. 18320125, dengan judul: “**Metode Latihan Teknik Guntingan Depan Pada Siswa PSHT Ranting Maktihan**” telah dipertanggung jawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 19 Juli 2025 dan dinyatakan “**LULUS**” pada tanggal 28 Juli 2025

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Jimmy Charter Atty, S.Pd., M.Fis	Penguji Utama	
Christin P. M. Rajagukguk, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota	
Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Alventur Baun, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si., Ph.D
NUPTK. 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR



Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Herman Y. J. Nahak
NIM : 18320125
Semester : Empat belas (XIV)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Metode Latihan Teknik Guntingan Pada Siswa PSHT Ranting Maktihan.

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana dikemudian hari dijumpai ketidak sesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Kupang, 28 Juli 2025

Yang menyatakan



Herman Y. J. Nahak
NIM. 18320125

MOTTO

“Titik Terendahmu Akan Menjadi Cerita Terbaikmu”

(2 Korintus 12: 9)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus yang telah menjaga serta memberikan hikmat dan pengetahuan kepada peneliti.
2. Kedua orang tua; Renni Nahak dan Modesta Bria , yang telah memotivasi dan memberikan kesempatan kepada peneliti untuk dapat menuntut ilmu hingga saat ini.
3. Opa dan Oma : Simon Bria dan Theresia Seuk yang selalu memberikan dukungan selama peneliti melaksanakan perkuliahan.
4. Teman-teman PJKR angkatan 2018 yang selalu memberikan dukungan selama perkuliahan.
5. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan perlindungan-Nya, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **“Metode Latihan Teknik Guntingan Depan Pada Siswa PSHT Ranting Maktihan”**, dengan baik.

Penulis sungguh menyadari, bahwa dalam menyusun skripsi ini ada banyak pihak yang membantu peneliti baik dalam bentuk dukungan moril maupun material. Untuk itu, dengan penuh kerendahan hati peneliti ingin menyampaikan limpah terima kasih:

1. Prof Dr. Ir. Godlief Frederik Neonufa, MT., Rektor Universitas Kristen Artha Wacana Kupang beserta jajarannya..
2. Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, dosen penasihat akademik sekaligus pembimbing I yang selalu memberikan nasehat, motivasi serta masukan-masukan yang bersifat membangun kepada penulis selama menulis.
4. Alventur Baun, S.Pd., M.Pd. selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis, serta memberikan arahan untuk dapat menyelesaikan penulisan proposal dengan baik.
5. Seluruh dosen mata kuliah pada program studi Pendidikan jasmani Kesehatan dan rekreasi.
6. Bapak dan Mama serta seluruh keluarga besar yang selalu dan senantiasa mendoakan penulis dan memberikan semangat kepada penulis dalam setiap kehidupan penulis.

7. Teman-teman seperjuangan pada FKIP umumnya dalam Program Studi PJKR UKAW teristimewa Angkatan 2018 yang selalu mendukung penulis.

Peneliti juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti mengharapkan semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada Program studi PJKR UKAW Kupang.

Kupang, 19 Juli 2025

Peneliti,

Herman Y. J. Nahak

NIM. 18320125

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN PERSETUJUANii

HALAMAN PENGESAHAN.....iii

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA..... iv

MOTTOv

PERSEMBAHANvi

KATA PENGANTAR.....vii

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR TABEL xi

DAFTAR GAMBAR..... xii

DAFTAR LAMPIRAN xiii

ABSTRAKxiv

BIODATA PENULIS.....xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah.....4

C. Batasan Masalah4

D. Rumusan Masalah4

E. Tujuan Penelitian4

F. Manfaat Penelitian4

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Latihan.....6

B. Hakekat Pencak Silat.....8

C. Teknik Guntingan Depan 14

D. Kerangka Berpikir	16
----------------------------	----

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	17
B. Desain Penelitian.....	18
C. Variabel Devenisi Konsep, Operasional Dan Indikator	18
D. Tempat Dan Waktu Penelitian	19
E. Peran Peneliti, Dan Informan Peneliti Dan Tenik Penentuan Informan ...	20
F. Teknik Pengumpulan Data	21
G. Teknik Analisis Data	22

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Demografi Informan Penelitian	25
B. Hasil Penelitian	25
C. Pembahasan.....	31

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	33
B. Saran	33

DAFTAR PUSTAKA.....	34
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, Dan Indikator	18
Table 3.2 . Waktu Penelitian	21
Tabel 4.1. Demografi informan penelitian.....	25
Tabel 4.2. Program Latihan PSHT Ranting Maktihan.....	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Guntingan Depan	15
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	16
Gambar 4.1 Wawancara bersama Ketua PSHT Ranting Maktilan	27
Gambar 4.2 Wawancara bersama Pelatih PSHT Ranting Maktilan.....	29
Gambar 4.3 Sikap Pasang atau Kuda-kuda	30
Gambar 4.4 Tahapan pelaksanaan guntingan bawah	31
Gambar 4.5 Tahapan kunciian pada teknik guntingan depan	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	35
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	36
Lampiran 3. Instrumen penelitian	37
Lampiran 4. Bukti analisis data.....	38
Lampiran 5. Foto kegiatan penelitian.....	39
Lampiran 6. Jadwa Latihan.....	40

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Herman Y. J. Nahak
2. Tempat/ tanggal lahir : RS. Betun-Nularan, 16 Juni 1996
3. Alamat : Nularan, Rt/Rw 010/005. Kel/Desa,
Maktihan.Kecaamatan, Malaka Barat.
4. Nomor *handpone* : 082266180196
5. Alamat email : jefrynahak06@gmail.com
6. Nama Ayah : Domnikus Nahaak
7. Nama Ibu : Modesta Bria

B. Riwayat pendidikan

1. SDK Wetulan (2003-2009)
2. SMP Negeri 1 Malaka Barat (2009-2012)

SMA Fajar Timur Haitimuk (2012-2015)