

ABSTRAK

IRWANSYAH. NIM.061266220069. Perbedaan Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Media *Pecing* dengan Latihan Menggunakan Alat Media *Sandsack* di Gantung Terhadap Hasil Kemampuan Tendangan T (sisi) pada Atlet Keris Pusaka Sumatera Utara tahun 2013.

(Dosen Pembimbing :(INDRA DARMA SITEPU). SKRIPSI : FIK UNIMED 2013.

Salah satu cabang olahraga yang diminati masyarakat adalah pencak silat, pencak silat adalah olahraga beladiri dan olahraga prestasi yang mempunyai Karakteristik gerak dan teknik tersendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latihan manakah yang lebih berpengaruh antara latihan *media pecing* dan latihan *media sandsack* terhadap hasil tendangan pada atlet keris pusaka Sumatera Utara Tahun 2013. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Dengan pelaksanaan latihan yaitu *media pecing* dan latihan *media sandsack*.

Populasi adalah seluruh atlet penca silat yang berjumlah 25 orang. Jumlah sampel 9 orang diperoleh dengan teknik *Purposive Sampling*. selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik *Matching Pairing* yaitu kelompok latihan *media pecing* berjumlah 5 orang dan kelompok *media sandsack* berjumlah 4 orang. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan *test* dan pengukuran adalah hasil *test* tendangan. Penelitian dilaksanakan selama 12 x pertemuan dengan latihan 3 (tiga) kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh masing-masing variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan uji – t berpasangan dan uji – t tidak berpasangan .

Analisis hipotesis pertama dari data *pre-test* dan data *post- test* tendangan kelompok latihan *media pecing* diperoleh t_{hitung} sebesar 6,25 serta t_{tabel} 2,78 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan

kesimpulan, latihan *media pecing* secara signifikan berpengaruh terhadap hasil tendangan pada atlet pencak silat keris pusaka Sumatera Utara tahun 2013.

Analisis hipotesis kedua dari data *pre-test* dan data *post-test* tendangan kelompok latihan *media sandsack* diperoleh t_{hitung} sebesar 3,70 serta t_{tabel} 3,18 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, latihan *media sandsack* secara signifikan berpengaruh terhadap hasil tendangan pada atlet pencak silat keris pusaka Sumatera Utara tahun 2013.

Analisis hipotesis ketiga dari perhitungan rata-rata dan simpangan baku diperoleh harga t_{hitung} sebesar -2,21 serta t_{tabel} 2,36 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} < t_{tabel}$) berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi, latihan *media pecing* tidak lebih besar pengaruhnya daripada latihan *media sandsack* terhadap hasil tendangan pada atlet pencak silat keris pusaka Sumatera Utara tahun 2013.