“TINGKAT KEDISIPLINAN ATLET CABANG OLAHRAGA BELA DIRI PADA MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU DI KABUPATEN BULELENG"

OLEH

MAIKEL KHRISTY SURBAKTI

1716011062

PJKR

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2022

TINGKAT KEDISPLINAN ATLET CABANG OLAHRAGA BELA DIRI PADA MASA ADAPTASI KEBIASAN BARU DI KABUPATEN BULELENG

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh

Maikel Khristy Surbakti

NIM 1716011062

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2022

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT
UNTUK MENCAPAI GELAR
SARJANA PENDIDIKAN

Menyetujui

Pembimbing Utama	**Pembimbing Wakil**
Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata, S.Pd., M.Kes	Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.
NIP. 196906061994121001	NIP. 198008112008121001

LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi oleh Maikel Khristy Surbakti

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 11 Juli 2022

Dewan Penguji,

Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata.S.Pd., M.Kes. (Ketua)
NIP 196906061994121001

Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd (Anggota)
NIP 198008112008121001

Dr. H. Wahjoedi, M.Pd. (Anggota)
NIP 197001291994031002

Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. (Anggota)
NIP 198705222015042004

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana Pendidikan

Pada :

Hari : Senin

Tanggal : 11 Juli 2022

Mengetahui,

Ketua Ujian	Sekretaris Ujian,
Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.	I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.
NIP. 196805172001121001	NIP. 198501172008121001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.

NIP. 196804081997031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul "Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Bela Diri Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru di Kabupaten Buelelng", beserta seluruh isinya adalah benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang di jatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, Mei 2022

Yang Membuat Pernyataan

Maikel Khristy Surbakti

NIM.1716011062

KATA PERSEMBAHAN

Dengan segala puja dan puji syukur kehadapan Tuhan Yang Maha Esa Peneliti persembahkan skripsi ini kepada:

BAPAK DAN IBU TERCINTA

Taruna Sakti Surbakti dan Sutrisna br Sembiring

"Terimakasih atas doa, kasih sayang dan motivasi yang tiada henti diberikan kepada saya selama ini sehingga saya mendapatkan gelar sarjana"

SAUDARA TERCINTA

Kempu Nini Biring dan Nini Karo

"Terimakasih atas doa, dukungan, motivasi dan kasih sayang yang diberikan kepada peneliti"

KELUARGA BESAR

"Yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan doa tiada henti"

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

MOTTO

ORANG YANG BELAJAR DARI KESALAHAN ADALAH
ORANG YANG MAU DAN BERANI MENCARI KESUKSESAN

(Maikel Khristy Surbakti,2022)

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul "Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Bela Diri Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru di Kabupaten Buleleng. ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini terselesaikan berkat bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat.

1. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas olahraga dan Kesehatan.
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. I Kdek Happy Kardiawan, S,Pd., M,Pd., Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
6. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan banyak motivasi, arahan, dan petunjuk dalam meyelesaikan skripsi ini.

7. I Gede Suwiwa, S.Pd, M.Pd., Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidiksn Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
8. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd, Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga, yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, saran dan masukan penyempurnaan proposal ini dan juga selaku pembimbing ke II.
9. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd. M.Or., Ketua Lab Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
10. Kadek Yogi Parta Lesmana S.Pd., M.Pd., Selaku pembimbing Akademik (PA) peneliti yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
11. Dr. I Gst. Lanang Agung Parwata, S.Pd. M.Kes, selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
12. Dewan penguji I, Dr H.Wahjoedi, M.Pd.,Yang telah menguji dan memberikan masukan dan revisi yang membangun sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. Dewan penguji II, Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd.Yang telah menguji dan memberikan masukan dan revisi yang membangun sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
14. Staf Dosen dan Pegawai di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang selama ini telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal menjalankan kehidupan di dalam masyarakat.
15. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuannya dalam pelaksanaan penelitian ini. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moril dan materi sehingga proposal ini dapat diselesaikan.
16. Keluarga besar yang telah memberikan dukungan dalam bentuk moral dan materi dalam penyusunan skripsi ini.
17. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia Pendidikan.

DAFTAR ISI

SAMPUL

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN

KATA PERSEMBAHAN

MOTTO

ABSTRAK

PRAKATA i

DAFTAR ISI iii

DAFTAR TABEL vi

DAFTAR GAMBAR vii

DAFTAR LAMPIRAN viii

BAB 1 PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Identifikasi Masalah 6

1.3 Pembatasan Masalah 6

1.4 Rumusan Masalah 7

1.5 Tujuan Masalah 7

1.6 Manfaat Penelitian 8

BAB II KAJIAN TEORI 9

2.1 Hakikat Kedisiplinan 9

2.2 Hakikat Atlet..... 12

2.3 Hakikat Olahraga 14

2.4 Hakikat Bela Diri 16

2.5 Adaptasi Kebiasaan Baru..... 19

BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... 22

3.1 Jenis Penelitian..... 22

3.2 Subjek penelitian 23

3.3 Variabel penelitian 23

3.4 Instrumen Penelitian..... 25

3.5 Teknik Pengumpulan Data 30

3.6 Analisa Data 31

3.7 Jadwal Kegiatan 32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 33

4.1 Hasil Penelitian 33

4.2 Pembahasan..... 40

BAB V PENUTUP..... 44

5.1 Rangkuman 44

5.2 Simpulan 45

5.3 Saran 45

DAFTAR PUSTAKA 46
LAMPIRAN 48
RIWAYAT HIDUP 72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Subjek Penelitian Binaan KONI 23

Tabel 3.2 Kisi-kisi Intrumen Kedisiplinan Atlet Bela Diri 25

Tabel 3.3 Tabulasi Silang..... 28

Tabel 3.4 Pemberian Nilai Skor Kuisioner 29

Tabel 3.5 Kriteria Penggolongan Tingkat Kedisiplinan Atlet Bela Diri..... 31

Tabel 4.1 Usia Responden Bela Diri Taekwondo di Kabupaten Buleleng-Bali 34

Tabel 4.2 Tingkat Kedisiplinan Atlet Bela Diri Taekwondo di Kabupaten Buleleng-Bali 35

Tabel 4.3 Usia Responden Atlet Bela Diri Pencak Silat di Kabupaten Buleleng-Bali 37

Tabel 4.4 Tingkat Kedisiplinan Atlet Bela Diri Pencak Silat di Kabupaten Buleleng-Bali 38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Adaptasi Kebiasaan Baru Masyarakat yang berolahraga di tempat umum sumber: KemenKes RI (2020)..... 20

Gambar 4.1 Diagram Histogram Resoponden Atlet Bela diri Taekwondo di Kabupaten Buleleng-Bali 35

Gambar 4.2 Diagram Histogram Tingkat Kedisiplinan Bela Diri Taekwondo di Kabupaten Buleleng-Bali 36

Gambar 4.3 Diagram Histogram Responden Atlet Bela Diri Pencak Silat di Kabupaten Buleleng-Bali 38

Gambar 4.4 Diagram Histogram Tingkat Kedisiplinan Atlet Bela Diri Pencak Silat di Kabupaten Buleleng-Bali 39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1:Surat Tugas 40

Lampiran 2:Surat ijin melaksanakan observasi 41

Lampiran 3:Surat ijin melaksanakan penelitian 42

Lampiran 4:Kisi-kisi Instrumen 46

Lampiran 5:Instrumen Penelitian 47

Lampiran 6:Lembar validasi Intrumen 49

Lampiran 7:Perhitungan validitas instrument 53

Lampiran 8:Perhitungan Kategorisasi Skor 55

Lampiran 9:Dokumentasi 56

Lampiran 10: Data SPSS 57

Lampiran 11: Data Kuisioner *Google Form* 61