

**TINGKAT KEDISPLINAN ATLET  
CABANG OLAHRAGA PERMAINAN PADA  
MASA ADAPTASI KEBIASAN BARU  
DI KABUPATEN BULELENG**



**OLEH**

**ANDRE PRANATA SEMBIRING**

**1716011063**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**SINGARAJA**

**2024**

**TINGKAT KEDISPLINAN ATLET  
CABANG OLAHRAGA PERMAINAN PADA  
MASA ADAPTASI KEBIASAN BARU  
DI KABUPATEN BULELENG**



**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA  
2024**

**SKRIPSI**

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

**Menyetujui**

**Pembimbing I**



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

**Pembimbing II**



Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.  
NIP. 198008112008121001

**LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI**

Skripsi oleh Andre Pranata Sembiring ini  
telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal 07 Februari 2024

Dewan Penguji,



Prof. Dr I Gusti Lanang Agung Parwata. S.Pd.,M.Kes  
NIP. 196906061994121001

(Ketua)



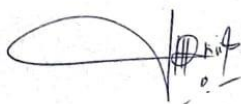
Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd  
NIP. 198008112008121001

(Anggota)



Dr. H. Wahjoedi, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197001291994031002

(Anggota)



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

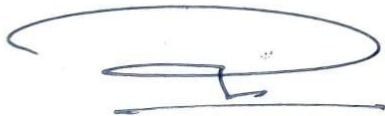
(Anggota)

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Guna memenuhi isyarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan  
Pada tanggal 07 Februari 2024.

Menyetujui,

Ketua Ujian,



Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP.198501172008121001

Sekretaris Ujian,



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.  
NIP.198503082019031005

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.  
NIP.196804081997031002

v

## Kata Pengantar

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Permainan Pada Masa Adaptasi Baru di Kabupaten Buleleng”, 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, 7 februari 2024

Yang Membuat Pernyataan



Andre Pranata Sembiring

Nim. 1716011063



## **KATA PERSEMBAHAN**

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

### **BAPAK DAN IBU TERCINTA**

**Jono sembiring dan usdek br purba**

“Terima kasih atas Doa, Kasih sayang dan Motivasi yang tiada henti di berikan kepada saya selama ini sehingga saya mendapatkan gelar sarjana”

### **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

**UNDIKSHA**

## **MOTTO**

**KITA MUNGKIN BISA MENUNDA NUNDA  
WAKTU,TAPI WAKTU TIDAK AKAN  
MENUNGGU,KARENA WAKTU TIDAK BISA  
DIPUTAR KEMBALI.**





**TINGKAT KEDISPLINAN ATLET CABANG OLAHRAGA PERMAINAN  
PADA MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU DI KABUPATEN  
BULELENG**

**Oleh**

**Andre Prananta Sembiring,**

**NIM 1716011063**

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

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga tenis meja dan bulutangkis pada masa adaptasi kebiasaan baru. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu atlet tenis meja sebanyak 15 orang dan atlet bulutangkis sebanyak 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah instrument kedisiplinan. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase pada tabel dan grafik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga tenis meja berada pada kategori disiplin berjumlah 10 orang (67%), disusul kategori sangat disiplin mencapai 4 orang responden (27%) dan kategori cukup disiplin mencapai 1 orang (7%) serta tidak ada atlet Tenis Meja yang termasuk kurang disiplin maupun sangat kurang disiplin. Untuk hasil penelitian tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga bulutangkis pada kategori disiplin berjumlah 19 orang (63%), disusul kategori cukup disiplin mencapai 6 orang responden (20%) dan kategori sangat disiplin mencapai 5 orang (16%) serta tidak ada atlet Bulutangkis yang termasuk kurang disiplin maupun sangat kurang disiplin. Berdasarkan nilai rata-rata tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga tenis meja dan bulutangkis berada pada kategori “sangat disiplin”. Kategori ini tidak dapat digeneralisasikan, akan tetapi hanya berlaku untuk kelompok yang diteliti saja.

Kata-kata kunci : Tenis Meja, Bulutangkis, Kedisiplinan

# **LEVEL OF DISCIPLINE OF ATHLETES IN GAME SPORTS DURING THE ADAPTATION TO NEW HABITS IN BULELENG DISTRICT**

**By**

**Andre Prananta Sembiring,**

**NIM 1716011063**

**Health and Recreation Physical Education Study Program, Department of  
Sports Education, Faculty of Sports and Health, Ganesha Education**

**University**

**ABSTRACT**

This study aims to determine the level of discipline of athletes in table tennis and badminton during the adaptation period of new habits in Buleleng district. This type of research is descriptive research. The method used is a survey method. The subjects used in this study were 15 table tennis athletes and 30 badminton athletes. The instrument used is a disciplinary instrument. Data analysis used descriptive statistical analysis techniques as outlined in the form of percentages in tables and graphs. The results showed that the level of discipline of table tennis athletes was in the discipline category of 10 people (67%), followed by the very disciplined category reaching 4 respondents (27%) and the moderately disciplined category reaching 1 person (7%) and no athletes. Table Tennis which includes lack of discipline or very lack of discipline. For the results of the research, the discipline level of badminton athletes in the discipline category was 19 people (63%), followed by the moderately disciplined category reaching 6 respondents (20%) and the very disciplined category reaching 5 people (17%) and no badminton athletes belonging to the discipline category. undisciplined or very undisciplined. Based on the average value of the discipline level of athletes in table tennis and badminton, they are in the "very disciplined" category. This category cannot be generalized, but only applies to the studied group.

**Key words:** Table Tennis, Badminton, Discipline

## PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Permainan 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. Wayan Lasmawan, 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. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or., Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. I Made Satyawan, S,Pd.,M,Pd., Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
6. Dr. I Ketut Suidiana, S.Pd., M.Kes., Ketua Lab Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.

7. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
8. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd, M.Pd., Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
9. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd, M.Pd, Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
10. Prof. Dr. I Gusti. 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.
11. Dr. H. Wahjoedi, S.Pd.,M.Pd. selaku Penguji I yang telah memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
12. NI Putu Dwi Sucita Dartini,S.Pd.,M.Pd.selaku penguji II yang telah memberikan bimbingan, masukan dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan
13. 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.
14. 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 skripsi ini dapat diselesaikan.
15. Keluarga besar yang telah memberikan dukungan dalam bentuk moril dan materi dalam penyusunan skripsi ini.
16. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.



Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan saran dan masukan demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat dalam rangka peningkatan mutu proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Singaraja 7 Februari

andre Pranata Sembiring  
NIM 1716011063



## DAFTAR ISI

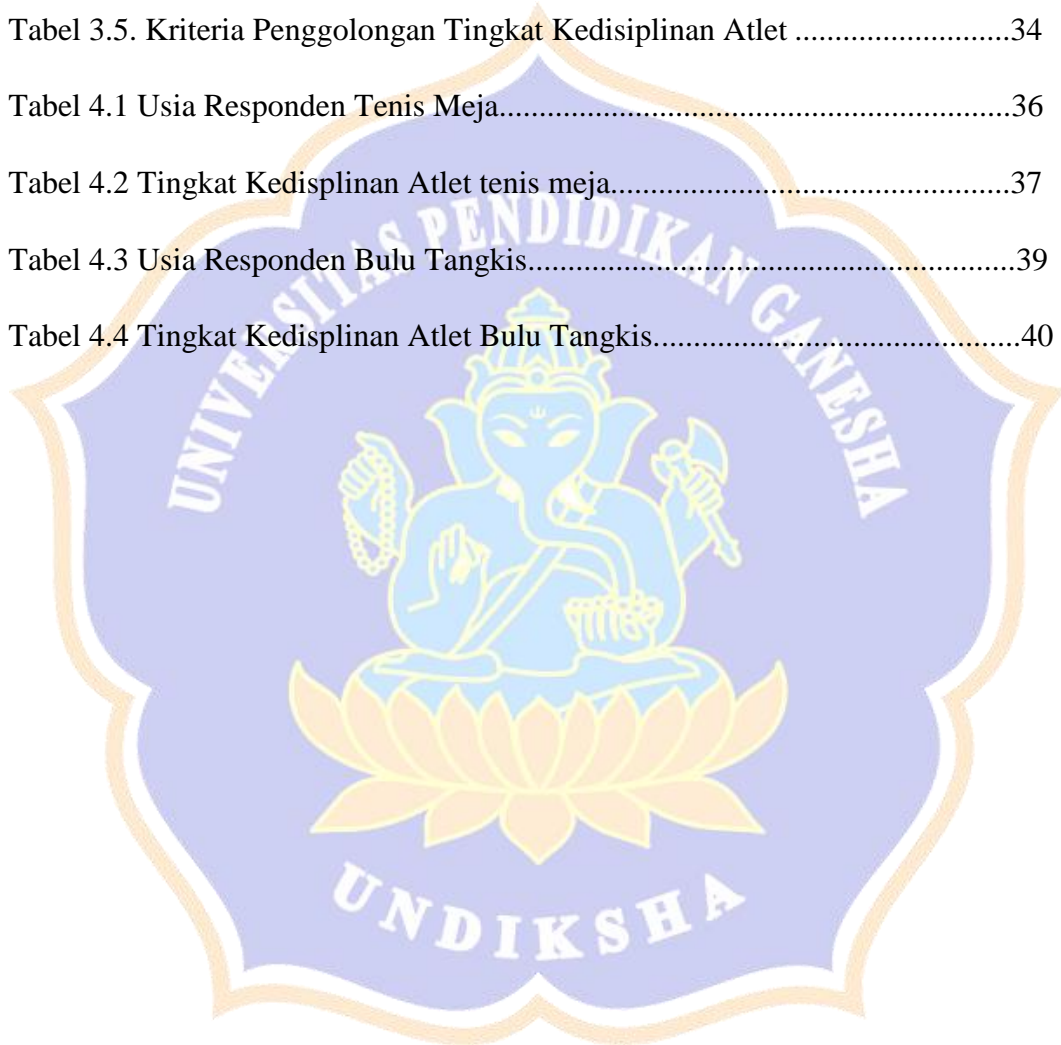
Halaman Judul	
Lembar persetujuan pembibing .....	ii
Lembar pengesahan panitia ujuiian.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
KATA PERSEMBAHAN.....	v
MOTO.....	vi
ABSTRAK.....	vii
PRAKATA.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	6
1.3. Pembatasan Masalah.....	6
1.4. Rumusan Masalah.....	6
1.5. Tujuan Masalah .....	6
1.6. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Kedisplinan Atlet Cabang Olahraga Permianan .....	8
2.1.1 Cabang olahraga permainan.....	8



2.1.2	Uraian Umum tentang olahraga .....	9
2.1.3	Tenis meja .....	10
2.1.4	Bulutangkis .....	14
2.1.5	Atlet .....	18
2.1.6	Pengertian kedisiplinan .....	19
2.2	Adaptasi Kebiasaan Baru Berolahraga .....	23
BAB III Metode Penelitian .....		26
3.1.1	jenis penelitian .....	26
3.1.2	Subjek Penelitian.....	26
3.1.3	Defenisi Variabel Operasional Penelitian .....	27
3.1.4	Istrumen Penelitian.....	28
3.1.5	Teknik pengumpulan Data Angket/Kusioner.....	33
3.1.6	Analisa Data .....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		35
4.1	Hasil Penelitian .....	35
4.1.1	Hasil Penelitian Tingkat Kedisiplinan Atlet Tenis Meja .....	36
4.1.2	Hasil Penelitian Kedisiplinan Atlet Bulutangkis .....	38
4.2	Pembahasan .....	41
4.3	Implikasi.....	44
BAB V PENUTUPAN .....		46
5.1	Rangkuman.....	46
5.2	Kesimpulan.....	46
5.3	Saran .....	47
DAFTAR RUJUKAN .....		48
LAMPIRAN.....		51

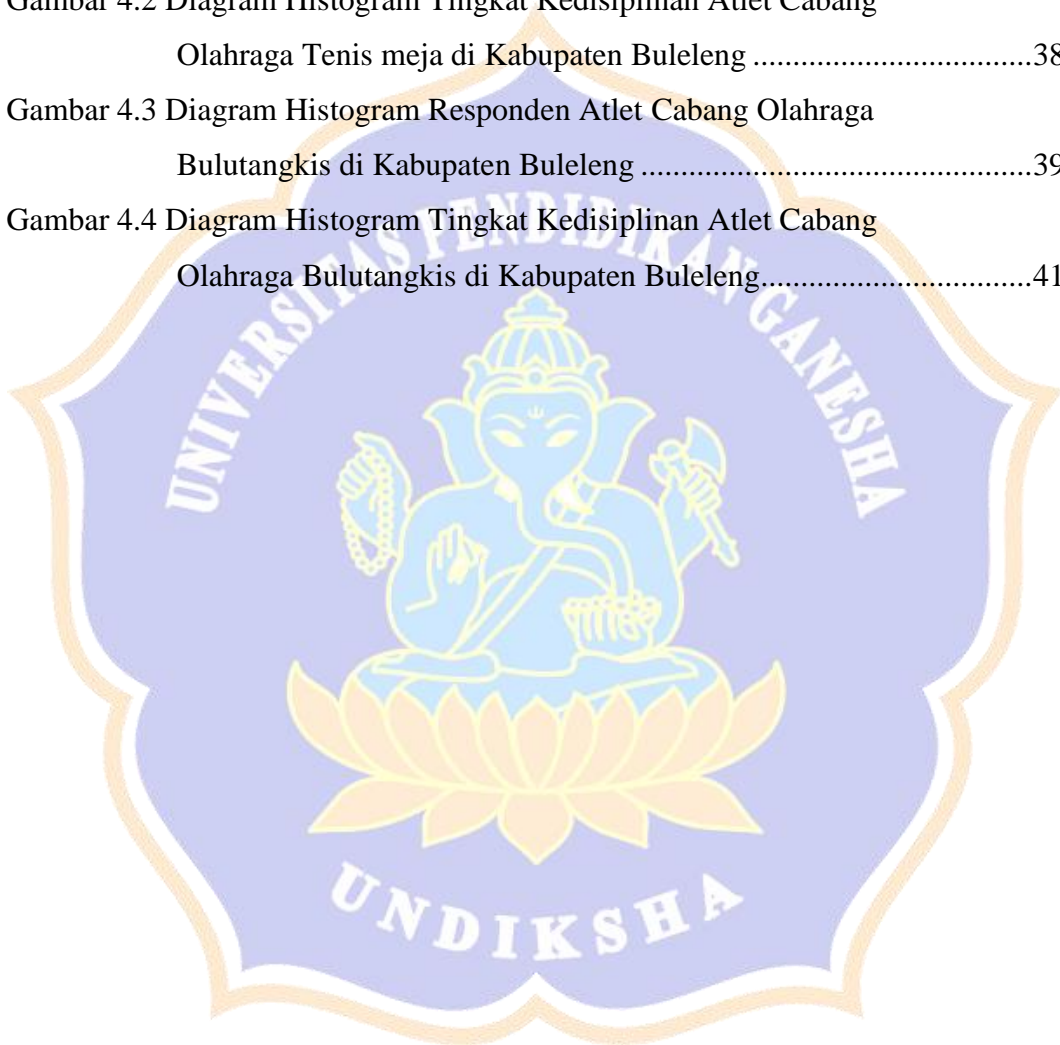
## Daftar Tabel

Tabel 3.1. Subjek Penelitian permainan binaan KONI .....	27
Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Tingkat Kedisiplinan Atlet permainan .....	28
Tabel 3.3. Tabulasi Silang.....	31
Tabel 3.4. Pemberian Skor Terhadap Tingkat .....	33
Tabel 3.5. Kriteria Penggolongan Tingkat Kedisiplinan Atlet .....	34
Tabel 4.1 Usia Responden Tenis Meja.....	36
Tabel 4.2 Tingkat Kedisiplinan Atlet tenis meja.....	37
Tabel 4.3 Usia Responden Bulu Tangkis.....	39
Tabel 4.4 Tingkat Kedisiplinan Atlet Bulu Tangkis.....	40



## Daftar Gambar

Gambar 2.1 Adaptasi Kebiasaan Baru Masyarakat yang berolahraga ditempat umum .....	24
Gambar 4.1 Diagram Histogram Responden Atlet Cabang Olahraga Tenis meja di Kabupaten Buleleng.....	37
Gambar 4.2 Diagram Histogram Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Tenis meja di Kabupaten Buleleng .....	38
Gambar 4.3 Diagram Histogram Responden Atlet Cabang Olahraga Bulutangkis di Kabupaten Buleleng .....	39
Gambar 4.4 Diagram Histogram Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Bulutangkis di Kabupaten Buleleng.....	41



## Daftar Lampiran

Lampiran 1. Surat Tugas.....	51
Lampiran 2. Surat Ijin Melakukan Observasi PTMSI Buleleng.....	52
Lampiran 3. Surat Ijin Melakukan Observasi PBVSI Buleleng.....	53
Lampiran 4. Surat Balasan Melakukan Observasi PTMSI Buleleng.....	54
Lampiran 5 Surat Balasan Melakukan Observasi PBVSI Buleleng.....	55
Lampiran 6. Kisi-Kisi Instrument Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Permainan Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru.....	56
Lampiran 7. Lembar Validasi Instrument Ahli 1 Tenis Meja Dan Bulutangkis ...	57
Lampiran 8. Lembar Validasi Instrument Ahli 2 Tenis Meja Dan Bulutangkis....	61
Lampiran 9. Dokumentasi.....	65
Lampiran 10. Perhitungan Kategorisasi Skor Tingkat Kedisiplinan Atlet Tens Meja Dan Bulutangkis Kabupaten Buleleng.....	69
Lampiran 11. Tabulasi Data Tingkat Kedisplnan Atlet Tenis Meja Dan Bulutangkis Kabupaten Buleleng.....	71
Lampiran 12. SPSS Analis Deskriptif Tingkat Kedisiplinan Atlet Tenis Meja Dan Bulutangkis Di Kabupaten Buleleng.....	73