

## **ABSTRAK**

### **Pengaruh Metode Latihan (*Part Method*) dengan (*Whole Method*) dalam Meningkatkan Keterampilan Teknik *De Ashi Harai* pada Cabang Olahraga Judo**

**Dosen Pembimbing : Dr. Berliana M.Pd  
Ira Purnamasari M.Pd**

**Luthfi Afdani**

**1002957**

Penelitian yang peneliti lakukan menggunakan metode eksperimen dengan variable bebas dalam penelitian ini adalah kedua metode latihan bagian (*part*) dan metode keseluruhan (*whole*) dengan variable terikatnya adalah keterampilan teknik *de ashi harai* pada cabang olahraga judo. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *total sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 8 orang dengan dibagi menjadi 2 metode latihan 4 orang metode teknik latihan bagian (*part*) dan 4 orang metode teknik latihan keseluruhan (*whole*). Desain penelitian yang peneliti gunakan adalah pre-test-post-test control group design. Dan instrument yang peneliti gunakan adalah alat ukur penilaian berskala/*rating scale* menurut Nurhasan dan Cholil, (2007.hlm,357). Berdasarkan analisis data yang dapat disimpulkan oleh peneliti adalah 1) Terdapat peningkatan yang signifikan dari latihan dengan menggunakan metode latihan bagian (*part*) terhadap teknik *de ashi harai* dalam cabang olahraga judo 2) Terdapat peningkatan yang signifikan dari latihan menggunakan metode keseluruhan (*whole*) dalam peningkatan teknik *de ashi harai* dalam cabang olahraga judo. 3) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara metode bagian dan keseluruhan terhadap peningkatan teknik *de ashi harai* pada cabang olahraga judo

\*Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FPOK UPI 2010.

**Luthfi Afdani, 2015**

*Pengaruh Metode Latihan (*Part Method*) Dengan (*Whole Method*) Dalam Meningkatkan Keterampilan Teknik *De Ashi Harai* Pada Cabang Olahraga Judo*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

## **ABSTRACT**

### **The Influence of Part and Whole Exercises Method in Increasing Skill of *De Ashi Harai* Technique on Judo**

**Supervised by** : **Dr. Berliana, M.Pd**  
**Ira Purnamasari, M.Pd**

**Luthfi Afdani**

**1002957**

This research used experimental method in which part and whole exercise method as the independent variables and skill of *De Ashi Harai* technique in Judo as the dependent variable. Sampling technique of the research used total sampling with eight participants as the samples. They were classified into two group of exercise method and the four participants were trained by applying part exercise method and the other four participants were trained by whole exercise method. The research design applied pre test and post test controlled group by using rating scale as the measurement of instrument (Nurhasan and Cholil, 2007, p.357). Based on data analysis, it could be concluded that (1) there is a significant increasing of exercise which applied part exercise method technique on skill of *De Ashi Harai* technique as well as, (2) exercise which applied part exercise technique on skill *De Ashi Harai* technique in Judo, (3) There is no significant difference between both two exercise methods in increasing skill of *De Ashi Harai* technique in Judo.

\*Students of Sport Education Department FPOK UPI 2010

**Luthfi Afdani, 2015**

*Pengaruh Metode Latihan (Part Method) Dengan (Whole Method) Dalam Meningkatkan Keterampilan Teknik De Ashi Harai Pada Cabang Olahraga Judo*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu