

## DAFTAR ISI

### Halaman

<b>Lembar Pernyataan</b> .....	
<b>Abstrak</b> .....	<b>i</b>
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>ii</b>
<b>Daftar Isi</b> .....	<b>v</b>
<b>Daftar Tabel</b> .....	<b>viii</b>
<b>Daftar Gambar</b> .....	<b>ix</b>
<b>Daftar Diagram</b> .....	<b>x</b>
<b>Daftar Lampiran</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I Pendahuluan</b>	
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan masalah .....	3
C. Tujuan penelitian .....	4
D. Manfaat penelitian .....	4
E. Struktur Organisasi .....	5
<b>BAB II Landasan Teoretis</b>	
A. Belajar dan pembelajaran .....	7
B. Pembelajaran Pencak Silat .....	9
1. Sejarah Pencak Silat .....	9
2. Pengertian Pencak Silat .....	11
3. Jenis-jenis Pencak Silat .....	12
a. Pencak Silat Seni .....	12
b. Pencak Silat Mental Spiritual .....	13
c. Pencak Silat Beladiri .....	13
d. Pencak Silat Olahraga .....	14
4. Ibing Paleredan .....	15
a. Sikap Berdo'a .....	15
b. Sikap Salam .....	17
c. Sikap Pasang .....	17
d. Tangkap Tusuk .....	18
e. Sikap Rurud/ Tarik .....	18

f. Sikap Siku/ Serangan Siku.....	19
g. Bandul Bawah .....	20
h. Jeblag.....	20
i. Mincid .....	21
j. Elakan.....	22
k. Gerak Langkah .....	22
C. Program Latihan .....	23
D. Program Ekstrakurikuler .....	31
E. Penelitian Yang Relevan .....	33
F. Hipotesis .....	34
<b>BAB III Metode Penelitian</b>	
A. Desain Penelitian .....	35
B. Partisipan .....	36
C. Populasi dan Sampel .....	38
1. Populasi .....	38
2. Sampel .....	39
D. Instrumen Penelitian .....	42
E. Prosedur Penelitian .....	44
F. Analisis Data .....	46
<b>BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan</b>	
A. Temuan.....	50
1. Analisis Data kuantitatif <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedua Kelompok.....	50
2. Pengujian Hipotesis.....	63
a. Hipotesis 1 Ada Pengaruh yang <i>Signifikan</i> pada Pembelajaran Seni Ibing Pencak Silat Melalui Irama Musik Gendang Terhadap Kemampuan Ibing <i>Paleredan</i> .....	63
b. Hipotesis 2 Ada Pengaruh yang <i>Signifikan</i> pada Pembelajaran Seni Ibing Pencak Silat Melalui Irama Ketukan Terhadap Kemampuan Ibing <i>Paleredan</i> .....	64
c. Hipotesis 3 Ada Perbedaan antara ibing <i>Paleredan</i> dengan Iringan Musik Gendang dan dengan Iringan Irama ketukan .....	65
B. Pembahasan .....	71

<b>BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi</b>	
A. Simpulan .....	75
B. Implikasi .....	77
C. Rekomendasi .....	77
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>79</b>
<b>Lampiran-lampiran .....</b>	<b>80</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>123</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Program Latihan Gerak Rangkaian Ibing Paleredan Menggunakan Irama Musik Gendang.....	23
2.1 Program Latihan Gerak Rangkaian Ibing Paleredan Menggunakan Irama Ketukan.....	27
3.1 Agenda Pelaksanaan Penelitian .....	38
3.2 SDN Cimalaka III yang mendapatkan Undian 1-20 .....	40
3.3 SDN Mandalaherang II yang mendapatkan Undian 1-20 .....	41
3.4 Kelompok A .....	42
3.5 Kelompok B .....	42
4.1 Data Awal ( <i>Pretest</i> ) Kelompok Eksperimen.....	51
4.2 Data Awal ( <i>Pretest</i> ) Kelas Kontrol.....	52
4.3 Hasil Nilai <i>Pretest</i> .....	52
4.4 Uji Normalitas Data <i>Pretest</i> .....	53
4.5 Uji Homogenitas .....	55
4.6 Uji Beda Rata-rata .....	56
4.7 Hasil Data Akhir ( <i>Posttest</i> ) Kelompok Eksperimen.....	57
4.8 Hasil Data Akhir ( <i>Posttest</i> ) Kelompok Kontrol.....	58
4.9 Hasil Nilai <i>Posttest</i> .....	58
4.10 Uji Normalitas Data <i>Posttest</i> .....	59
4.11 Uji Homogenitas .....	61
4.12 Uji Beda Rata-rata <i>Posttest</i> .....	62
4.13 Uji Hipotesis 1 .....	63
4.14 Uji Hipotesis 2 .....	65
4.15 Perhitungan <i>N-gain</i> pada Kelompok Eksperimen.....	66
4.16 Perhitungan <i>N-gain</i> pada kelompok Kontrol .....	67
4.17 Uji Normalitas <i>N-gain</i> .....	68
4.18 Uji Beda Rata-rata.....	71

## DAFTAR GAMBAR

GAMBAR	Halaman
2.1 Sikap Berdo'a Dan Menundukan Kepala Ke Bawah.....	16
2.2 Sikap Berdo'a Dengan Melihat ke atas.....	16
2.3 Sikap Salam.....	17
2.4 Sikap Pasang.....	17
2.5 Sikap Tangkap Tusuk.....	18
2.6 Sikap Rurud/ Tarik.....	18
2.7 Sikap Siku/ Serangan Siku.....	19
2.8 Sikap Siku Depan.....	19
2.9 Sikap Bandul bawah.....	20
2.10 Sikap Jeblag.....	20
2.11 Sikap Mincid.....	21
2.12 Sikap Mincid Mundur ke Belakang.....	21
2.13 Sikap Elakan Samping Silang.....	22
3. 2 Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap dalam Setiap Pertemuan.....	45
4. 1 Grafik Peningkatan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	66
4. 2 Grafik Peningkatan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	67

## DAFTAR DIAGRAM

<b>Diagram</b>	<b>Halaman</b>
4.1 Data <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen .....	54
4.2 Data <i>Pretest</i> Kelas Kontrol .....	55
4.3 Data <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen .....	60
4.4 Data <i>Posttest</i> Kelas Kontrol .....	61
4.5 Data <i>N-gain</i> Kelas Eksperimen .....	69
4.6 Data <i>N-gain</i> Kelas Kontrol .....	70



## DAFTAR LAMPIRAN

### Halaman

1. Tabel Statistik .....	85
2. Pengolahan Data secara Manual .....	87
3. Surat-surat .....	109
4. Dokumentasi .....	115

