

**PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN
KONSEP *PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF
DEFENSE OF KOPORYU (WSDK) TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA
PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM
PEMBELAJARAN PJOK***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Pendidikan Indonesia



Oleh:

OCTI PUTRI KHAIRUNNISA ALIMANSYAH

1800700

PROGRAM STUDI

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2021

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

*PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN
SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ
ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN
KONSEP *PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF
DEFENSE OF KOPORYU (WSDK) TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA
PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM
PEMBELAJARAN PJOK***

Oleh:

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Octi Putri Khairunnisa Alimansyah

Universitas Pendidikan Indonesia
November 2021

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

***PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN
SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ
ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PENGESAHAN
OCTI PUTRI KHAIRUNNISA ALIMANSYAH
PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN
KONSEP *PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPORYU (WSDK)* TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJKR

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Dosen Pembimbing I

Drs. Mudjihartono, M. Pd.

NIP. 196508171990011001

Dosen Pembimbing II

Dr. Jajat Darajat, M. Kes., AIFO

NIP. 197608022005011002

Ketua Program Studi PJKR

Dr. Yusuf Hidayat, M. Si

NIP. 196808301999031001

ABSTRAK

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP 4P WSDK TERHADAP *SELF CONFIDENCE* SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAM BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Octi Putri Khairuunisa. A

Octiputri123@gmail.com

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing 1: Drs. Mudjihartono, M. Pd.

Pembimbing 2: Dr. Jajat Darajat, M. Kes., AIFO

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena yang marak terjadi di Indonesia yaitu kasus kekerasan seksual dikalangan perempuan sehingga mengakibatkan rendahnya tingkat kepercayaan diri pada perempuan. Kepercayaan diri ini menjadi salah satu aspek penting bagi kehidupan. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh implementasi kosep *pray, predict, preventive, proteksi (4p) women self defense of kopo ryu (wSDK)* terhadap self confidence siswa putri SMA Al-Aziz Islamic Boarding School. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswi yang mengikuti ekskul *wSDK*, dengan menggunakan teknik *One Groups Pretest-Posttest Design* yaitu penulis hanya menggunakan satu kelompok eksperimen saja dan sampel sebanyak 27 siswi. Data analisis menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 25 dengan analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian temuan penulis setelah melakukan pengolahan data menggunakan uji *paired sample t test* dinyatakan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) $< 0,005$ dengan nilai signifikansi 0,000, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian bahwa implementasi Konsep *pray, predict, preventive, proteksi (4p) women self defence of kopo ryu (wSDK)* Berpengaruh terhadap self confidence

Kata Kunci : *WSDK, Self Confidence, Perempuan, Kekerasan Seksual*

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ABSTRACT

THE EFFEC OF IMPLEMENTATION THE 4P WSDK CONCEPT ON SELF CONFIDENCE OF FEMALE STUDENTS AT AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG IN LEARNING PHYSICAL EDUCATION

Octi Putri Khairunnisa. A

Octiputri123@gmail.com

PJKR Study Program, Indonesia University of Education

Advisor 1 : Drs. Mudjihartono, M. Pd.

Advisor 2 : Dr. Jajat Darajat, M. Kes., AIFO

This research is motivated by a phenomenon that is rife in Indonesia, namely cases of sexual violence among women, resulting in a low level of trust in women. Self Confidence is an important aspect of life. The purpose of this study was to determine whether there was an effect of implementing the pray, predict, preventive, protection (4p) women's self defense of kopo ryu (wSDK) concept on the self confidence of female student at Al Aziz Islamic Boarding School. This study uses a quantitative experimental method. The subjects in this study were students who participated in the WSDK extracurricular, using the One Groups Pretest-Posttest Design technique, namely the author only used one experimental group and sample of 27 students. Data analysis using IBM SPSS (Statistical Product and Service Solution) 25 program with simple linear regression analysis. The results of the study, the authors found, after processing data using the paired sample t test is stated that the significance value (2-tailed) $< 0,005$ with a significance value of $0,000$, it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted, this is the implementation of the concept pray, predict, preventive, protection (4p) women self defense of kopo ryu (wSDK) influence on self confidence.

Keywords: WSDK, Self Confidence, Women, Sexual Violence.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJKR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	3
LEMBAR PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
UCAPAN TERIMAKASIH.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	5
DAFTAR ISI.....	6
DAFTAR TABEL.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.5 Struktur Organisasi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Kajian Terdahulu.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Pengertian Pembelajaran	Error! Bookmark not defined.
2.3 Belajar	Error! Bookmark not defined.
2.4 <i>Women Self Defense Of Kopo Ryu (WSDK)....</i>	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Pengertian <i>WSDK</i>	Error! Bookmark not defined.
2.4.2 Sejarah <i>WSDK</i>	Error! Bookmark not defined.
2.4.3 Konsep <i>Pray, Predic, Preventive, Protec (4P) WSDK</i>	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kepercayaan Diri (<i>Self Confidence</i>).....	Error! Bookmark not defined.
2.5.1 Pengertian <i>Self Confidence</i>	Error! Bookmark not defined.
2.5.2 Ciri-ciri <i>Self Confidence</i>	Error! Bookmark not defined.
2.5.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Confidence</i>	Error! Bookmark not defined.
2.5.4 Aspek-aspek <i>Self Confidence</i>	Error! Bookmark not defined.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

**PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN
SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ
ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.6	Kekerasan Terhadap Perempuan.....	Error! Bookmark not defined.
2.7	Hubungan antara <i>Self Confidence</i> dengan Konsep <i>4P WSDK</i>	Error! Bookmark not defined.
2.8	Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
2.9	Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....		Error! Bookmark not defined.
3.1	Desain dan Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.1	Identifikasi Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Tempat, Waktu, dan Jadwal Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3	Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3.1	Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4	Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.4.1	Observasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.2	Kuisisioner	Error! Bookmark not defined.
3.5	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5.1	Validitas	Error! Bookmark not defined.
3.5.2	Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
3.6	Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.7	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Deskripsi Awal Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.3	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
4.4	Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
4.5	Uji Hipotesis Menggunakan <i>Paired Sampel T Test</i>	Error! Bookmark not defined.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4.6 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.7 Keunggulan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.8 Kelemahan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, REKOMENDASI.....	Error! Bookmark not defined.
defined.	
5.1 Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.3 Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36.
http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar Offset
- Ali Muhammad & Asrori muhamad. (2014). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Belajar, T. *Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hidayah Kahfi, Okke (2018) *Perancangan Informasi Beladiri Khusus Perempuan WSDK (Women Self Defense Of Koporyu) Di Kota Bandung Melalui Media Buku Panduan*. Diploma thesis, Universitas Komputer Indonesia.
- Jusuf Soewadju. (2012). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media
- Harmadi, M., & Diana, R. (2020). Tinjauan Psiko-Teologi Terhadap Fenomena Kekerasan Dalam Pacaran Pada Remaja. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 4(1), 92. <https://doi.org/10.46445/ejti.v4i1.225>
- Islam, U., Sultan, N., Kasim, S., Memenuhi, U., & Syarat, S. (2021). *No. 4780/BKI-D/SD-SI/2021. 4780*.
- Khairani, H. D. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kekerasan Dalam Pacaran Pada Remaja SMA Satria Dharma Perbaungan. *Fakultas Psikologi*.
[http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/9429/1/Hartika Dewi Kharani - Fulltext.pdf](http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/9429/1/Hartika%20Dewi%20Kharani%20-Fulltext.pdf)
- Kim, J. C., Watts, C. H., Hargreaves, J. R., Ndhlovu, L. X., Phetla, G., Morison, L. A., Busza, J., Porter, J. D. H., & Pronyk, P. (2007). Understanding the impact of a microfinance-based intervention on women's empowerment and the reduction of intimate partner violence in South Africa. *American Journal of Public Health*, 97(10), 1794–1802. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2006.095521>
- Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022
PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Negara, J. D. K., Abdul jabar, B., & Hambali, B. (2019). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas*. CV. Bintang Warliartika.
- Oemar, H., 2011. *Proses Belajar Mengajar*. s.l.:s.n.
- Pramono Made. 2003. *Dasar-dasar filosofis ilmu olahraga*. Surabaya.
- Puspitaningsih, Irma Tri. 2014. "Hubungna Rasa Percaya Diri Dan Komunikasi Interpersonal Dengan Aktualisasi Diri Siswa Kelas X Smk Negeri 1 Baureno-Bojonegoro". *Jurnal BK UNESA*. Volume 04 Nomor 01 Tahun 2014, 22-27
- Prawira, Gladys (2016) *Perancangan Cummercial Campaign Woman Self Defense Of Kopo Ryu (WSDK)*. Bachelor Thesis thesis, Universitas Multimedia Nusantara.
- Rifa'at Muhammad, A. F. (2019). Kekerasan Terhadap Perempuan dalam Ketimpangan Relasi Kuasa: Studi Kasus di Rifka Annisa Women's Crisis Center. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 14(2), 175–190.
<https://doi.org/10.21580/sa.v14i2.4062>
- Septiadi, F., Berliana, B., & Fitri, M. (2018). *The Effect of Women Self-Defense of Kopo Ryu on Self-Efficacy and Self-Control*. *January*, 614–618.
<https://doi.org/10.5220/0007066706140618>
- Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, Hendriyani. 2015. *Metode Riset Kuantitatif Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Kencana
- Suryani, Hendryandi. 2015. *Metode Riset Kuantitatif*. Jakarta: Kencana
- Syofian Siregar. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Perdana Media Group
- Syafitri, Selviana. 2014 "Pengaruh Harga Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Aktualisasi Diri Pada Komunitas Modern Dance Di Samarinda". *Jurnal Psikologi*, Volume 2, Nomor 2, 2014 : 290 - 301.
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta
- Shinta, D.H; Bramanti, O.C. 2007. *Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta : LBH APIK dan Aliansi Nasional Reformasi KUHP.

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Straus, A.M 2004. Prevalence of Violence Against Dating Partners by Male and Female. Journal of violence against woman (online). Available FTP: <http://pubpages.unh.edu/~mas2/ID16.pdf>: 3 Oktober 2010
- yusuf, s. 2007. Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung. Remaja Rosdakarya. UNIVE

Octi Putri Khairunnisa Alimansyah, 2022

PENGARUH IMPLEMENTASI PEMBERIAN KONSEP PRAY, PREDIC, PREVENTIV, PROTEC (4P) WOMEN SELF DEFENSE OF KOPO RYU (WSDK TERHADAP SELF CONFIDENCE SISWA PUTRI SMA AL AZIZ ISLAMIC BOARDING SCHOOL BANDUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu