ABSTRAK

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS BANTINGAN ANTARA TEKNIK O SOTO GARI KE SAMPING DENGAN TEKNIK O SOTO GARI KE BELAKANG TERHADAP HASIL DAN KECEPATAN BANTINGAN DALAM OLAHRAGA JUDO

Oleh

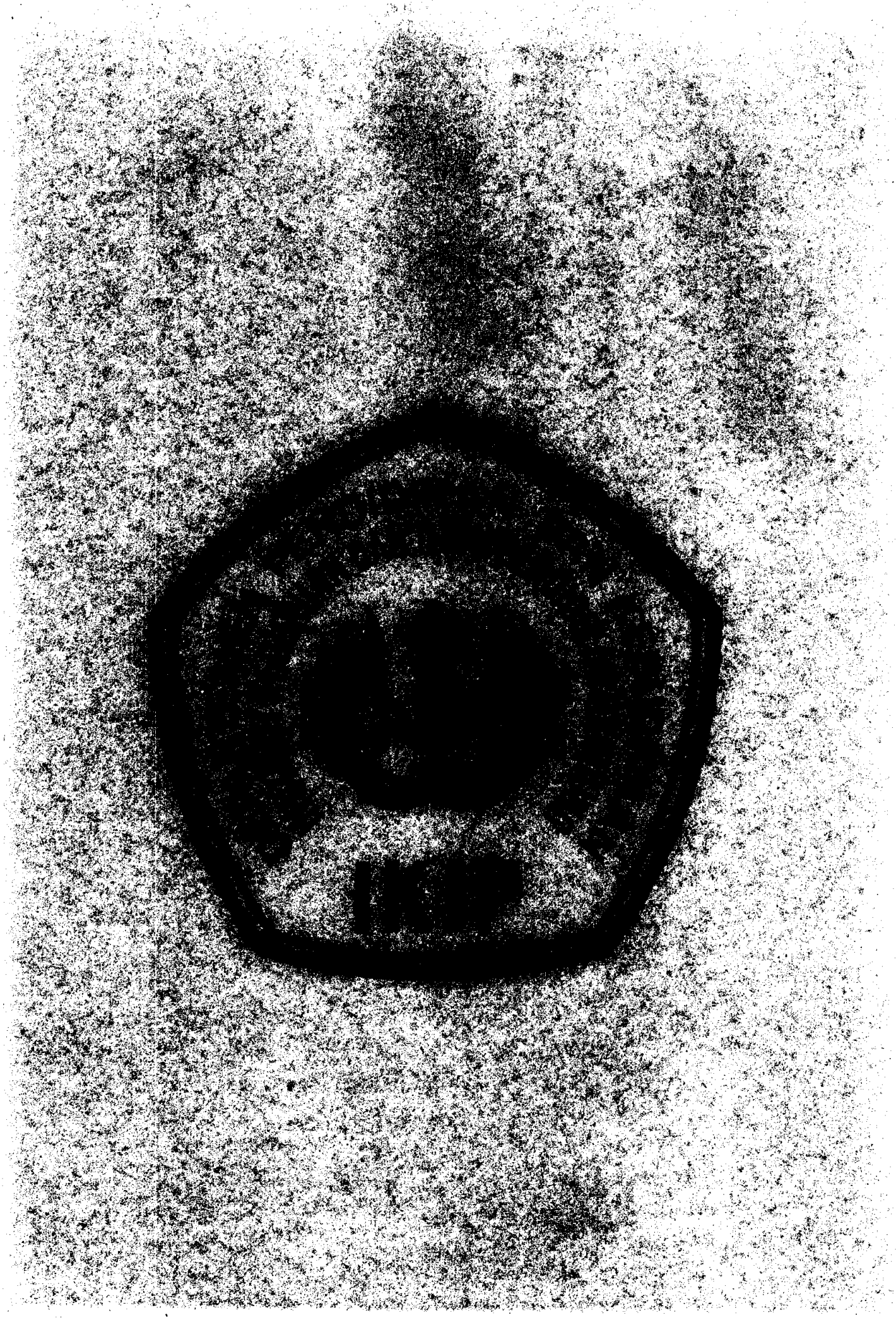
Aceng Alawi

Permasalahan yang menjadi acuan penulis dalam penelitian ini yaitu teknik manakah yang lebih efektif antara teknik o soto gari ke samping dengan teknik o soto gari ke belakang terhadap hasil dan kecepatan bantingan untuk diterapkan kepada para pejudo pemula. Berdasarkan permasalahan diatas, maka tujuan penulis dalam penelitian ini yaitu ingin membandingkan kedua teknik tersebut, teknik manakah yang lebih efektif antara teknik o soto gari ke samping dengan teknik o soto gari ke belakang dalam memperoleh nilai hasil dan kecepatan bantingan.

Untuk mengetahui atau menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat antara kedua teknik tersebut, maka penulis menggunakan metode eksperimen dengan melakukan percobaan terhadap kedua kelompok tersebut sebelum dan sesudah eksperimen dan dilihat hasilnya. Untuk itu penulis mengambil 2 kelompok dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis

kerja yaitu teknik o soto gari ke samping lebih efektif daripada teknik o soto gari ke belakang dalam memperoleh nilai hasil dan kecepatan bantingan. Jika dilihat dari segi keuntungan mekanisnya teknik o soto gari ke samping lebih menguntungkan karena gerakannya hanya 1 kali dibandingkan teknik o soto gari ke belakang gerakannya 2 kali, hal ini akan memperlambat kecepatan bantingan.

Data yang diperoleh dari hasil pre tes dan post tes kamudian diolah dan dianalisis secara statistika. Dari hasil pengolahan dan analisis data tersebut, penulis dapat menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan peningkatan kecepatan bantingan yang berarti antara pre tes dan post tes pada kelompok ke samping dan kelompok ke belakang. Kemudian terdapat perbedaan peningkatan kecepatan bantingan yang berarti pada kelompok ke samping dengan kelompok ke belakang. Terdapat perbedaan peningkatan hasil dan kecepatan bantingan yang berarti antara nilai dan waktu serta tinggi bantingan dan waktu bantingan dalam hal efektivitas latihan kecepatan bantingan pada kelompok ke samping dan kelompok ke belakang. Kemudian tidak terdapat perbedaan peningkatan hasil dan kecepatan bantingan yang berarti antara nilai dan waktu, serta tinggi bantingan dan waktu bantingan pada kedua kelompok tersebut.

DEPARTEMEN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN BANDUNG
PERPUSTAKAAN