

## **ABSTRAK**

### **KEMAMPUAN TENDANGAN SABIT PADA ATLET PENCAK SILAT PERGURUAN ANAK NAGARI DI KENAGARIAN SALIDO KECAMATAN IV JURAI KABUPATEN PESISIR SELATAN Sri AsepEfendi(15086115)**

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya penerapan metode latihan kecepatan guna meningkatkan kemampuan sabit pada perguruan silat Anak Nagari di kenagarian Salido. Berdasarkan dari latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: berdasarkan latar belakang diatas, terdapat masalah yang didapat oleh peneliti yang mana berkaitan dengan judul yang hendak penulis teliti diantaranya: Kemampuan tendangan sabit keterampilan pada atlet pencak silat perguruan Anak Nagari, kemampuan tendangan sabit keterampilan pada atlet pencak silat perguruan Anak Nagari, metode tinjauan kecepatan tendangan sabit keterampilan pada atlet pencak silat perguruan Anak Nagari Salido Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan. Adapun metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kemampuan tendangan sabit pada murid perguruan pencak silat Anak Nagari Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan. Metode penelitian ini merupakan deskriptif kualitatif dengan populasi sebanyak 15 sekaligus sampel sebanyak 15 murid perguruan Anak Nagari Kabupaten Pesisir Selatan, pencak silat maka dari itu disebut populasi sampel. Pengumpulan data menggunakan tes kecepatan tendangan sabit. Data dianalisis menggunakan observasi penelitian dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan berpengaruh terhadap tendangan sabit, hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian Hasil yang diperoleh dari gambaran kecepatan telah mencapai sasaran dengan kemampuan tendangan sabit pada atlet pencak silat anak nagari di kenagarian salido ini ditandani dengan hasil yang diperolehnya yaitu sudah di atas rata-rata 50 kali tendangan permenit. Hasil yang diperoleh latihan kecepatan juga mempunyai hubungan dengan gambaran tendangan sabit pada atlet pencak silat anak nagari di kenagarian Salido Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan, ini ditandai dengan hasil yang diperoleh dari hari kehari semakin meningkat dan mencapai sasaran serta kerja sama antara pelatih dengan peserta didik semakin terlihat hal ini dapat dilihat pada tabel-tabel sebelumnya.

Terdapat hubungan yang baik atau kerja sama yang baik antara pelatih dan peserta didik dimana gambaran latihan dan kecepatan tendangan sabit pada atlet pencak silat anak nagari di kenagarian Salido Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan, ini ditandai dengan hasil yang diperoleh kecepatan tendangan permenitnya, gambaran kecepatan tendangan sabit pada atlet pencak silat yaitu 84 % telah mencapai sasaran sesuai dengan apa yang diharapkan.