

**PENGARUH BERAT BADAN DENGAN UKURAN PARASUT
TERHADAP KETEPATAN MENDARAT ATLET LISENSI PL 1
PARALAYANG ACEH DI BUKIT LADONG ACEH BESAR**

Skripsi

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Pendidikan

Disusun Oleh :

Rahmat Hidayat

20040149



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur mari sama-sama kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini yang berjudul **“Pengaruh Berat Badan Dengan Ukuran Parasut Terhadap Ketepatan Mendarat Atlet Lisensi PL 1 Paralayang Aceh Di Bukit Ladong Aceh Besar”** Shalawat dan salam penulis lantunkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa kita dari alam yang tidak berilmu kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini. Yang terhormat :

1. Yang tersayang Ayah Alm Anumerta Drs. Ridwan dan Mamak Nuraini, S.Pd selaku orangtua penulis.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.
3. Bapak Dr. Syarfuni, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena.
4. Bapak Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena.
5. Bapak Munzir, M.Pd selaku dosen pembimbing I penulisan Tugas Akhir ini.
6. Bapak Rahmat Fitra, M.Pd selaku dosen pembimbing II penulisan Tugas Akhir ini.
7. Bapak Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Demikian yang dapat penulis sampaikan dengan segala kerendahan hati, penulis mohon maaf atas segala keterbatasan dan ketidaksempurnaan dalam penulisan Tugas Akhir ini.

Banda Aceh, Januari 2025



Rahmat Hidayat,

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
ABSTRAK	iv
MOTTO	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Fokus Masalah.....	6
1.3 Rumusan Masalah	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
1.6 Definisi Operasional.....	8
1.7 Hipotesis Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Paralayang	10
2.1.1 Sejarah Paralayang.....	10
2.1.2 Penerbangan Paralayang	11
2.1.3 Tahapan Penerbangan Paralayang.....	13
2.2 Peralatan Paralayang	13
2.2.1 Parasut Utama (<i>Paraglider</i>)	13
2.2.2 Parasut Cadangan (<i>Rescue System</i>).....	16
2.2.3 Harness	16
2.2.4 Helm.....	17
2.2.5 HT (Handy Talkye).....	18
2.2.6 Variometer.....	18
2.2.7 Windmeter.....	19
2.2.8 Laser Distance Meter	20
2.3 Berat Badan	21

2.4	Lisensi	26
2.4.1	Macam-Macam Lisensi.....	26
2.5	Ketepatan Mendarat	36
2.6	Penelitian Relevan.....	37
BAB III METODE PENELITIAN		39
3.1	Pendekatan Penelitian.....	39
3.2	Populasi dan Sampel	40
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
3.4	Variabel Penelitian	42
3.6	Teknik Pengumpulan Data	43
3.6.1	Tes dan Pengukuran	43
3.6.2	Instrumen Penelitian.....	43
3.7	Prosedur Pengukuran Berat Badan.....	46
3.8	Prosedur Pengukuran Ketepatan Mendarat	47
3.9	Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		50
4.1	Hasil Penelitian.....	50
4.1.1	Deskripsi Tempat Penelitian	50
4.1.2	Deskripsi Penelitian	51
4.1.3	Data Pengukuran Berat Badan	51
4.1.4	Data Tes Ketepatan Mendarat Sebelum <i>Sorting/random</i>	51
4.1.5	Data Tes Ketepatan Mendarat Sesudah <i>Sorting</i>	52
4.1.6	Pengujian Normalitas Data Sebelum <i>Sorting/Random</i> dan Sesudah <i>Sorting</i> 53	
4.1.7	Pengujian Hipotesis.....	55
4.2	Pembahasan	56
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		59
5.1	Simpulan.....	59
5.2	Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA		61

Abstrak

Rahmat Hidayat. 2025. “Pengaruh Berat Badan Dengan Ukuran Parasut Terhadap Ketepatan Mendarat Atlet Lisensi PL 1 Paralayang Aceh Di Bukit Ladong Aceh Besar”. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan. Pembimbing I. Munzir, M.Pd. Pembimbing II. Rahmat Fitra, M.Pd.

Keselamatan harus selalu menjadi prioritas utama dalam setiap kegiatan olahraga, karena olahraga paralayang bermain langsung di alam bebas jadi keamanan penerbangan sangat perlu di perhatikan. Namun ketika atlet lisensi PL 1 paralayang Aceh sedang berlatih ketepatan mendarat di bukit Ladong Aceh Besar ada beberapa dari mereka yang mendarat diluar target, bahkan ada diantara mereka yang mendarat diluar area *landing*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh berat badan dengan ukuran parasut terhadap ketepatan mendarat atlet lisensi PL 1 paralayang Aceh di bukit Ladong Aceh Besar. Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif asosiatif. Data yang dianalisis dalam penelitian ini adalah data hasil pengukuran berat badan dan data hasil tes ketepatan mendarat. Berdasarkan hasil pengumpulan data sebelum *sorting* ukuran parasut/*random* memperoleh nilai rata-rata 1.1453 dan data sesudah *sorting* ukuran parasut memperoleh nilai rata-rata 0.8063. Sehingga dapat disimpulkan secara sederhana terjadi penurunan nilai rata-rata sebelum *sorting* ukuran parasut/*random* dan sesudah *sorting* ukuran parasut sebesar 0.339. Penurunan nilai rata-rata menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif terhadap ketepatan mendarat atlet lisensi PL 1 paralayang Aceh di bukit Ladong Aceh Besar. Hasil yang sama juga di dapatkan dari hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *paired sampel t-test* berada pada tingkat *significance (sig) (2-tailed)* $0.886 \geq 0,05$ maka pengambilan keputusan *Ha* diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis *Ha* merupakan hipotesis alternatif diterima dan *Ho* merupakan hipotesis nol ditolak. Semoga hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan kontribusi untuk pengembangan ilmu pengetahuan olahraga paralayang.

Kata Kunci : Berat Badan. Ukuran Parasut. Ketepatan Mendarat.

Abstrak

Rahmat Hidayat. 2025. "The Effect of Body Weight and Parachute Size on Landing Accuracy of PL 1 Aceh Paragliding License Athletes on Ladong Hill, Aceh Besar". Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training, Education. Supervisor I. Munzir, M.Pd. Supervisor II. Rahmat Fitra, M.Pd.

Safety must always be the main priority in every sporting activity, because paragliding is played directly in the wild, so flight safety really needs to be considered. However, when PL 1 Aceh paragliding license athletes were practicing landing accuracy on Ladong Hill, Aceh Besar, some of them landed outside the target, some even landed outside the landing area. The purpose of this study was to determine the effect of body weight and parachute size on the landing accuracy of PL 1 Aceh paragliding license athletes on Ladong Hill, Aceh Besar. The type of approach used in this study is the associative quantitative approach. The data analyzed in this study were data from body weight measurements and data from landing accuracy tests. Based on the results of data collection before sorting the parachute size/random obtained an average value of 1.1453 and the data after sorting the parachute size obtained an average value of 0.8063. So it can be concluded simply that there was a decrease in the average value before sorting the parachute size/random and after sorting the parachute size by 0.339. The decrease in the average value indicates that there is a positive influence on the landing accuracy of Aceh paragliding PL 1 license athletes on Ladong hill, Aceh Besar. The same results were also obtained from the results of hypothesis testing using the paired sample t-test at the significance level (sig) (2-tailed) $0.886 \geq 0.05$, then the decision making H_a was accepted. These results indicate that the H_a hypothesis is an alternative hypothesis accepted and H_o is the null hypothesis rejected. Hopefully the results of this study are expected to be useful and contribute to the development of paragliding sports science.

Keywords : Body Weight. Parachute Size. Landing Accuracy.

MOTTO

Perhatian : Disini dilarang bodoh, karena pendidikan nomor satu di keluarga ini.
Supaya kalian tidak dibodohi dan tidak membodohi, setiap pergerakan gunakan perasaan.

Alm Anumerta Drs. Ridwan