

**TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS V TERHADAP MATERI
BELADIRI PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI SD NEGERI KOTAGEDE 5 YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan



Disusun Oleh :

Suciati Prahastiwi

17604221041

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2021**

**TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS V TERHADAP MATERI
BELADIRI PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI SD NEGERI KOTAGEDE 5 YOGYAKARTA**

Oleh:
Suciati Prahastiwi
NIM 17604221041

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang berjumlah 26 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes pilihan ganda. Hasil uji coba validitas instrumen menunjukkan 25 butir soal dinyatakan valid. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus Alpha Cronbach's sebesar 0,894. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dengan kategori sangat rendah sebesar 61,50% (16 siswa), rendah sebesar 27% (7 siswa), sedang 11,50% (3 siswa), tinggi sebesar 0% (0 siswa), dan sangat tinggi sebesar 0% (0 siswa).

Kata kunci: pemahaman, siswa kelas V, beladiri, pencak silat

**THE LEVEL OF UNDERSTANDING OF CLASS V STUDENTS OF
PENCAK SILAT MARTIAL ART IN SPORT AND HEALTH
EDUCATION IN SD NEGERI KOTAGEDE 5 YOGYAKARTA**

By:
Suciati Prahastiwi
NIM 17604221041

Abstract

This research aims to identify the level of comprehension of the fifth grade students on the martial arts learning material of Pencak Silat in the Physical Education course at SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta (Kotagede 5 Elementary School, Yogyakarta).

This research was a descriptive quantitative study with a survey method. The research population was 26 fifth grade students of SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta. The instrument used a multiple choice test. The results of the instrument validity trial showed that 25 items were declared valid. The instrument reliability test used Alpha Cronbach's formula of 0.894. The data analysis technique used the percentages.

The results show that the level of comprehension of the fifth grade students on the martial arts learning material of Pencak Silat in the Physical Education course at SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta is as follows: in the very low level at 61.50% (16 students), in the low level at 27% (7 students), in the medium level at 11.50% (3 students), in the high level at 0% (0 student), and in the very high level at 0% (0 student).

Keywords: comprehension, fifth grade students, martial arts, pencak silat

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suciati Prahastiwi

NIM : 17604221041

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V terhadap Materi
Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5
Yogyakarta

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang berlaku.

Yogyakarta, 19 Januari 2021

Yang Menyatakan,



Suciati Prahastiwi

NIM. 17604221041

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS V TERHADAP MATERI
BELADIRI PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI SD NEGERI KOTAGEDE 5 YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:
Suciati Prahastiwi
NIM 17604221041

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,
Koord. Prodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes
NIP. 19670701 199412 1 001

Yogyakarta, 19 Januari 2021
Disetujui Dosen Pembimbing



Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas. M.or
NIP. 19810125 200604 1 001

HALAMAN PENGESAHAN
Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS V TERHADAP MATERI
BELADIRI PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI SD NEGERI KOTAGEDE 5 YOGYAKARTA**

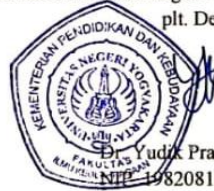
Disusun Oleh:
Suciati Prahastiwi
NIM. 17604221041

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 29 Januari 2021

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		03-02-21
Saryono, S.Pd.Jas., M.Or. Sekretaris		02-02-21
Dr. Erwin Setyo Kriswanto., M.Kes. Penguji 1		01-02-21

Yogyakarta, 03 februari 2021
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
plt. Dekan



Yudit Prasetyo, S.Or., M.Kes.
198208152005011002

HALAMAN MOTTO

1. Apabila sesuatu yang kau senangi tidak terjadi, maka senangilah apa yang terjadi (Ali bin Abi Thalib)
2. Barang siapa mendahulukan Allah daripada segalanya, maka Allah akan mendahulukannya (Ibnu Qayyim Al-Jauziyya)
3. Jangan terlalu bergantung pada siapapun di dunia, karena bayangan saja akan meninggalkanmu disaat gelap (Ibnu Taymiyyah)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan ini saya persembahkan karya sederhana ini untuk:

1. Almarhum Bapak saya Bapak Sapari yang telah menyayangi saya semasa hidup beliau. Ibu saya Ibu Mutriasih terimakasih telah melahirkan saya dan membuat saya tumbuh seperti sekarang. Untukmu Ibu yang senantiasa memberikan doa dan semangat. Ada banyak air mata kamu teteskan, keringat mengucur membasahimu. Engkau sosok paling hebat yang menjadikan anakmu ada, terimakasih.
2. Kakakku Syarafina Nur Amalia dan adikku Monic Aryatri yang selalu memberikan dukungan sehingga karya ini dapat terselesaikan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “ Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, disampaikan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas.M.Or., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi, serta memberikan perbaikan sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes. Koordinator Progran Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani beserta dosen dan staff yang memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Periode 2019-2020 yang telah memberikan izin dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Ibu Persiwi Sulistyani, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Para guru dan staff SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang telah memberikan bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Semua pihak secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau semua pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 19 Januari 2021

Penulis,



Suciati Prahastiwi

NIM 17604221041

x

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
ABTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Pemahaman.....	9
2. Hakikat PJOK.....	15
3. Hakikat Beladiri Pencak Silat	18
4. Materi Beladiri Pencak Silat Tingkat SD/MI.....	20
5. Karakteristik Siswa Kelas V SD/MI	44
B. Penelitian yang Relevan	47
C. Kerangka Berpikir	48
BAB III METODE PENELITIAN	50
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50

C. Subjek Penelitian.....	50
D. Definisi Operasional Variabel.....	51
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	51
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	56
G. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
A. Hasil Penelitian	61
B. Pembahasan.....	72
C. Keterbatasan Penelitian.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan	78
B. Implikasi.....	78
C. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	82

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK kurikulum 2013 Tingkat SD/MI Kelas V	18
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Penelitian	55
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	58
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas	59
Tabel 5. Standar Kriteria Objek	60
Tabel 6. Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta	61
Tabel 7. Distribusi Frekuensi, Data Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.....	62
Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat.....	64
Tabel 9. Destribusi Frekuensi Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat.....	64
Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Variasi Dasar dalam Pencak Silat.....	66
Tabel 11. Destribusi Frekuensi Faktor Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat	66
Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat.....	68
Tabel 13. Destribusi Frekuensi Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat.....	68
Tabel 14. Deskriptif Statistik Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat.....	70
Tabel 15. Destribusi Frekuensi Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat.....	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Taksonomi Kompetensi Pengetahuan	11
Gambar 2. Kuda-kuda Delapan Arah Mata Angin pada Pencak Silat	21
Gambar 3. Sikap Kuda-kuda Depan.....	22
Gambar 4. Sikap Kuda-kuda Belakang.....	23
Gambar 5. Sikap Kuda-kuda Samping.....	24
Gambar 6. Sikap Kuda-kuda Tengah	24
Gambar 7. Sikap Kuda-kuda Silang Belakang.....	25
Gambar 8. Sikap Kuda-kuda Silang Depan	26
Gambar 9. Sikap Tegak 1	27
Gambar 10. Sikap Tegak 2.....	27
Gambar 11. Sikap Tegak 3.....	28
Gambar 12. Sikap Tegak 4.....	29
Gambar 13. Pukulan Lurus	29
Gambar 14. Pukulan Tegak.....	30
Gambar 15. Pukulan Bandul	31
Gambar 16. Pukulan Melingkar	31
Gambar 17. Tendangan Lurus.....	32
Gambar 18. Tendangan Melingkar	33
Gambar 19. Tendangan Samping.....	33
Gambar 20. Tendangan T.....	34
Gambar 21. Tangkisan Dalam.....	35
Gambar 22. Tangkisan Luar.....	35
Gambar 23. Tangkisan Atas.....	36
Gambar 24. Tangkisan Bawah	36
Gambar 25. Elakan atas.....	37
Gambar 26. Elakan Bawah.....	37
Gambar 27. Elakan Samping.....	38
Gambar 28. Elakan Putar	38
Gambar 29. Pola Langkah Lurus	39
Gambar 30. Pola Langkah Zig-zag	39

Gambar 31. Pola Langkah Huruf U	40
Gambar 32. Pola Langkah Segitiga.....	40
Gambar 33. Pola Langkah Segiempat.....	40
Gambar 34. Pola Langkah Huruf S	41
Gambar 35. Variasi Kuda-kuda, Tangkisan Atas dan Tangkisan Bawah	41
Gambar 36. Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan.....	42
Gambar 37. Diagram Batang distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.....	62
Gambar 38. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat	65
Gambar 39. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat	67
Gambar 40. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat	69
Gambar 41. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat.....	72
Gambar 42. Kepala Sekolah SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.....	94
Gambar 43. Wali Kelas V SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta	94

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi	84
Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Observasi dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	85
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahrgaan	86
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian	87
Lampiran 5. Data Penelitian.....	88
Lampiran 6. Uji Coba Penelitian.....	89
Lampiran 7. Instrumen Penelitian	90
Lampiran 8. Kartu Bimbingan	94
Lampiran 9. Dokumentasi.....	95

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia pendidikan saat ini menerapkan Kurikulum 2013 yang lebih menekankan pada pendidikan karakter, terkhusus pada tingkat dasar yang akan menjadi pondasi pada tingkat selanjutnya. Kurikulum tidak hanya berisi serangkaian petunjuk teknis materi pembelajaran, tetapi kurikulum juga menjadi sebuah program terencana dan menyeluruh yang menggambarkan kualitas pendidikan pada suatu bangsa. Oleh sebab itu kurikulum menjadi wajib diterapkan ke dalam suatu pembelajaran yang sesuai dengan silabus yang telah dibuat dan ditetapkan oleh Kementerian Pendidikan Republik Indonesia. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) menjadi salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan dijenjang sekolah dan merupakan salah satu tujuan pendidikan nasional Indonesia. Salah satu materi pembelajaran dalam Kurikulum 2013 adalah beladiri.

Pencak silat merupakan salah satu warisan asli budaya Indonesia yang memiliki empat nilai yang menjadi satu kesatuan, yaitu nilai etis, nilai teknik, nilai estetis, dan nilai atletis. Salah satu usaha untuk melestarikan beladiri pencak silat ini adalah dengan memasukkan ke dalam materi pembelajaran PJOK, karena di dalam salah satu Kompetensi Dasar (KD) menyatakan adanya materi pembentukan gerak dasar seni beladiri. Maka, sudah sewajarnya jika beladiri pencak silat yang merupakan beladiri asli dari Indonesia diajarkan di sekolah.

Pembelajaran PJOK di sekolah dapat menjadi salah satu cara guru untuk memperkenalkan, mempelajari dan melestarikan pencak silat sebagai warisan

budaya Indonesia. Pembelajaran PJOK dapat berhasil, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya, yaitu: guru, peserta didik, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. Guru menjadi salah satu faktor penting terhadap perbaikan dan keberhasilan sebuah pendidikan. Hal ini membuat seorang guru PJOK memiliki peranan penting untuk melestarikan beladiri pencak silat agar tidak hilang tergerus oleh perkembangan jaman. Sebagai seorang pendidik, guru sebagai pelaksana utama dalam proses belajar mengajar sehingga peserta didik mampu menjadi manusia yang bermartabat dan berguna bagi nusa dan bangsa. Proses kegiatan pembelajaran akan berjalan dengan baik jika guru memiliki kualitas dan kemampuan yang baik, tak terkecuali dengan guru pendidikan jasmani..

Faktor selanjutnya yang menjadi pendukung agar pembelajaran PJOK menjadi lancar dan sukses adalah siswa. Siswa yang merasa antusias dalam mengikuti pembelajaran pencak silat akan membuat materi yang disampaikan oleh guru menjadi mudah diterima. Selanjutnya, siswa yang sudah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di dalam sekolah mau pun siswa yang mengikuti kegiatan beladiri pencak silat di luar seperti mengikuti perguruan, akan membuat siswa tersebut lebih memiliki kemampuan dan keterampilan beladiri yang baik. Siswa yang telah memiliki keterampilan tersebut dapat membantu dan mempermudah guru menyampaikan materi beladiri pencak silat karena siswa tersebut dapat menjadi contoh dalam mendemonstrasikan berbagai gerakan beladiri pencak silat.

Selain dari faktor guru dan siswa, faktor materi yang terdapat dalam beladiri pencak silat dapat menjadi pengaruh terhadap kegiatan pembelajaran beladiri

pencak silat. Guru diharapkan dapat memahami dan menguasai materi yang terdapat dalam beladiri pencak silat, agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan tujuannya akan tercapai. Materi yang terdapat dalam beladiri pencak silat untuk sekolah dasar tidaklah rumit dan mudah dipelajari karena materi yang diajarkan adalah teknik dasar dalam beladiri pencak silat yang meliputi sikap dan kuda-kuda, langkah, serangan kaki, serangan tangan, tangkisan, dan hindaran. Jika memang dirasa masih sulit, sumber belajar lain yang dapat dicari melalui buku, internet, maupun orang yang ahli dalam beladiri juga dapat mempermudah guru dalam memahami materi beladiri pencak silat.

Selain faktor-faktor diatas, faktor yang dapat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat juga dilihat dari faktor sarana dan prasarana. Sarana yang dibutuhkan dalam pembelajaran beladiri pencak silat di sekolah dasar pada dasarnya tidak seperti pada pelatihan beladiri yang membutuhkan peralatan yang banyak seperti matras, samsak, pelindung badan, dan lain sebagainya mengingat hanya materi-materi dasar dalam beladiri pencak silat yang ada di dalam silabus dan tidak menuntut prestasi. Lahan yang dibutuhkan untuk keperluan pembelajaran beladiri pencak silat juga tidak perlu terlalu luas. Pembelajaran beladiri pencak silat hanya memerlukan lahan yang cukup untuk menampung siswa untuk melakukan gerakan beladiri pencak silat.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, proses pembelajaran yang berlangsung di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta saat ini sudah berpedoman pada Kurikulum 2013 sejak tahun 2014 lalu. Kegiatan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta belum sepenuhnya

terlaksana dengan baik dan terdapat beberapa hambatan yang mengiringi terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat di sekolah tersebut. Hambatan yang pertama dapat dilihat dari guru PJOK yang tidak sepenuhnya menguasai dan memahami materi beladiri pencak silat. Hal tersebut dikarenakan guru pendidikan jasmani memiliki latar belakang cabang olahraga yang berbeda meskipun secara umum guru harus memiliki keterampilan dasar pada setiap materi yang diajarkan.

Ketidakhahaman guru tentang materi beladiri pencak silat menyebabkan guru PJOK tidak menyampaikan materi tentang beladiri pencak silat kepada peserta didiknya. Hal ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2020) yang berjudul “Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan”. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat belum sepenuhnya terlaksana dengan baik, karena tidak semua guru PJOK menyampaikan materi tentang beladiri pencak silat kepada peserta didik. Tidak tersampainya materi beladiri pencak silat kepada peserta didik dikarenakan guru PJOK tidak menguasai dan memahami materi beladiri pencak silat, serta kesulitan dalam mencontohkan gerakan dalam pencak silat merupakan suatu kendala yang dialami guru PJOK sekolah dasar saat pembelajaran berlangsung.

Selain itu, ketersediaan sarana dan prasarana di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dinilai kurang memadai seperti matras dan pelindung badan. Sekolah tersebut juga tidak memiliki tempat yang luas dikarenakan lokasi sekolah yang berada di pusat kota dan sudah penuh sesak dengan pemukiman warga yang

tinggal di daerah tersebut sehingga lahan yang tersedia tidak luas. Lahan yang tidak luas menyebabkan kegiatan pembelajaran PJOK harus berlangsung di lapangan yang jauh dari sekolah. Lapangan yang berdebu, berkerikil dan juga digunakan oleh beberapa sekolah lainnya mengakibatkan siswa menjadi sulit berkonsentrasi karena terganggu dengan permainan sekolah lain yang dianggap lebih menarik. Minimnya sarana yang tersedia juga menjadi penyebab siswa kurang tertarik dan siswa kurang memahami tentang materi beladiri pencak silat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anjarwati (2020) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Siswa kelas VIII Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul” menunjukkan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas VIII terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat di SMP Negeri 1 Sewon masuk ke dalam kategori yang rendah. Rendahnya pemahaman siswa tersebut diakibatkan oleh minimnya materi yang diberikan oleh guru. Alasan lain yang diungkapkan oleh siswa adalah kurang memahami materi beladiri pencak silat karena pembelajaran beladiri yang dilakukan di sekolah tersebut kurang menarik siswa untuk merasa antusias dan dirasa membosankan.

Berdasarkan hasil dari kedua penelitian yang dilakukan Anjarwati dan Lestari (2020) serta hambatan-hambatan di atas, diketahui bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat yang belum baik dan tingkat pemahaman siswa terhadap materi beladiri pencak silat yang masih dikategorikan rendah. Peneliti tertarik untuk meneliti tentang tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi

beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas terdapat beberapa permasalahan yang berkaitan dengan tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak siat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta, antara lain:

1. Guru PJOK di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta belum sepenuhnya mengetahui dan memahami materi beladiri pencak silat.
2. Pembelajaran beladiri pencak silat yang dilaksanakan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dirasa kurang menarik oleh siswa.
3. Minimnya sarana dan prasarana yang tersedia di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.
4. Belum diketahuinya tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah sangat diperlukan dalam penelitian karena adanya pertimbangan keterbatasan waktu, biaya, sumber, tenaga, dan lain sebagainya. Sehingga peneliti membatasi permasalahan penelitian ini pada belum diketahuinya tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dapat dirumuskan suatu masalah. Adapun rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah “Seberapa baik tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian “Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta” bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, maka peneliti mengharapkan adanya manfaat yang dapat diperoleh, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini sebagai informasi bagi guru PJOK sekolah dasar dan instansi-instansi tentang tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pemahaman

a. Definisi Pemahaman

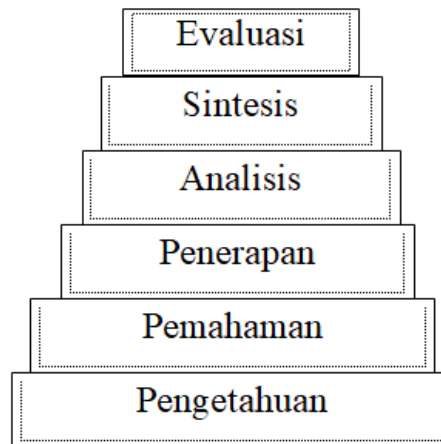
Dalam proses belajar mengajar di sekolah target yang ingin dicapai salah satunya adalah pemahaman akan suatu konsep ilmu yang dipelajari. Pemahaman berasal dari kata paham yang berarti mengerti benar atau pandai. Ernawati (2003: 8) menyatakan bahwa yang dimaksud dengan pemahaman adalah kemampuan menangkap pengertian-pengertian seperti mampu mengungkapkan suatu materi yang disajikan kedalam bentuk yang dapat dipahami, mampu memberikan interpretasi dan mampu mengklasifikasikannya.

Sudijono (2011:50) menyatakan bahwa pemahaman (*comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu dipahami dan diingat. Pemahaman merupakan bagian dalam ranah kognitif melalui proses yang dimulai dari penerimaan rangsang oleh indera, kemudian terjadi pengorganisasian konsep dan pengetahuan sehingga terjadi suatu pola yang logis dan mudah dimengerti. Pemahaman itu sendiri merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari hafalan. Sedangkan menurut Sudaryanto (2012:44), pemahaman merupakan kemampuan seseorang untuk mengerti dan memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui atau diingat yang mencakup kemampuan untuk menangkap makna dari arti dan bahan yang telah dipelajari, yang dinyatakan dengan menguraikan isi pokok dari suatu bacaan, atau mengubah data yang disajikan dalam bentuk tertentu ke bentuk yang lain.

Dari beberapa konsep pemahaman para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa siswa dapat dikatakan paham apabila siswa tersebut dapat menjelaskan atau mendefinisikan suatu konsep dengan kata atau kalimat yang berbeda akan tetapi tetap bermakna sama dan dapat memberikan contoh permasalahan yang terdapat pada lingkungan disekitarnya. Siswa akan memahami setelah siswa tersebut mengetahui dan mengingat melalui penjelasan isi pokok yang sesuai makna yang telah ditangkap dari suatu penjelasan.

b. Tingkat Pemahaman

Pemahaman menjadi salah satu patokan kompetensi yang dapat dicapai oleh siswa dalam proses belajar mengajar. Dalam kegiatan pembelajaran, setiap siswa memiliki kemampuan pemahaman yang tentu saja berbeda-beda. Ada siswa yang dapat memahami materi secara menyeluruh serta ada pula yang sekedar mengetahui dan sama sekali tidak dapat mengambil makna dari apa yang telah dipelajari oleh siswa tersebut. Dari perbedaan itulah maka terdapat tingkatan dari pemahaman. Menurut Komarudin (2016:62-67), menyatakan bahwa dalam ranah kognitif terdapat enam aspek kesukaran tingkat berpikir dari yang terendah sampai yang tertinggi, atau kemampuan berpikir kognitif 1 (C1) sampai kognitif 6 (C6). Taksonomi ini menunjukkan pada proses pengetahuan terus meningkat berupa tahapan hierarki yang disesuaikan dengan tingkat pengetahuan dan tahap perkembangan peserta didik dan bersifat realistik. Lebih jelasnya dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Taksonomi Kompetensi Pengetahuan
(Sumber: Komarudin, 2016:63)

- 1) Pengetahuan (*knowledge*), merupakan kemampuan paling dasar. Pengetahuan adalah kemampuan untuk mengingat dan mengungkap kembali (*re-call*) segala informasi tanpa harus dimengerti atau hanya menyebutkan kembali atau menghafal saja. Pada tahap ini biasa disebut pengetahuan hafalan atau ingatan yang termasuk dalam kategori rendah atau C1.
- 2) Pemahaman (*comprehension*), kemampuan dalam memahami suatu objek. Pemahaman tidak hanya mengingat informasi, tetapi berkaitan dengan kemampuan menjelaskan, menerangkan, dan menafsirkan.
- 3) Penerapan (*application*), kemampuan dalam menggunakan atau menerapkan konsep. Penerapan berhubungan dengan kemampuan mengaplikasikan suatu bahan pelajaran yang sudah dipelajari.
- 4) Analisis (*analysis*), kemampuan menganalisis atau menguraikan situasi tertentu ke dalam komponen-komponen atau unsur-unsur pembentuknya. Pada tingkatan ini peserta didik harus mampu memahami dan menguraikan

bagaimana proses terjadinya sesuatu, cara bekerjanya sesuatu, sampai kepada sistematika kerjanya.

- 5) Sintesis (*syntesis*) kemampuan menggabungkan berbagai unsur dan komponen ke dalam suatu bentuk yang menyeluruh untuk menemukan hubungan kausal atau urutan tertentu.
- 6) Evaluasi (*evaluations*), kemampuan paling tinggi dalam domain kognitif. Kemampuan ini berkenaan dengan membuat penilaian berdasarkan kriteria tertentu.

Putra (2015:27) membagi pemahaman (*comprehension*) ke dalam 3 kategori, yaitu:

- 1) Tingkat pertama atau tingkat terendah, yaitu pemahaman terjemahan yang mulai dari terjemahan dalam arti sebenarnya.
- 2) Tingkat kedua atau pemahaman penafsiran, yaitu menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya, atau menghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok.
- 3) Tingkat ketiga atau tingkat tertinggi, yakni pemahaman ekstrapolasi. Dengan ekstrapolasi diharapkan mampu melihat di balik yang tertulis, dapat membuat ramalan tentang konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus, ataupun masalahnya.

Daryanto (2012:106) menjelaskan kemampuan pemahaman berdasarkan tingkat kepekaan dan derajat penyerapan materi dapat dikelompokkan menjadi 3, antara lain:

1) Menerjemahkan (*translation*)

Penerjemahan bukan hanya berarti pengalihan arti dari bahasa A ke bahasa B saja. Tetapi dapat berarti dari konsepsi abstrak menjadi suatu model simbolik untuk mempermudah orang dalam mempelajari. Misal mengartikan lambang Negara Indonesia, mengartikan Bhineka Tunggal Ika, dan lain-lain.

2) Menafsirkan (*interpretation*).

Kemampuan ini dianggap lebih luas daripada menerjemahkan. Hal ini merupakan kemampuan untuk mengenal dan memahami. Menafsirkan dapat dilakukan dengan cara menghubungkan pengetahuan yang lalu dengan pengetahuan yang diperoleh berikutnya, menghubungkan antara grafik dengan kondisi yang dijabarkan sebenarnya, serta membedakan pokok dan tidak pokok dalam pembahasan. Misal diberikan suatu diagram, tabel, grafik atau gambar-gambar lainnya, dan ditafsirkan.

3) Mengekstrapolasi (*ekstrapolation*).

Berbeda dari menerjemahkan dan menafsirkan, tetapi lebih tinggi sifatnya karena ekstrapolasi menuntut kemampuan intelektual yang lebih tinggi sehingga seseorang dituntut untuk bisa melihat sesuatu yang tertulis. Misal diminta untuk mengisi dua bilangan yang merupakan kelanjutan dari suatu deret bilangan.

Berdasarkan tingkatan pemahaman yang telah dijelaskan, seseorang akan benar-benar memahami jika telah mampu menafsirkan atau menerjemahkan suatu ilmu atau informasi, memberikan contoh sesuai dengan ilmu yang sedang dibahas, mengklasifikasikan dan membedakan berdasarkan ciri-ciri tertentu, meringkas agar efektif dan mudah untuk menarik inferensi atau kesimpulan kemudian dapat

membandingkan dengan ide yang lain yang mana selanjutnya dapat menjelaskan kembali dengan bahasa sendiri. Pemahaman dapat tercapai karena adanya proses. Proses tersebut dapat menciptakan tingkatan-tingkatan dalam pemahaman suatu ilmu.

Komarudin (2016:69-84), menyatakan terdapat beberapa teknik dan instrumen penilaian pengetahuan (kognitif), antara lain:

1) Tes Tulis

Tes tulis adalah tes di mana soal atau pertanyaan diberikan kepada siswa untuk mendapatkan jawaban dalam bentuk tulisan. Penilaian dengan menggunakan tes tertulis sangat penting untuk merefleksikan tingkat pemahaman materi yang telah diajarkan kepada peserta didik. Tes tertulis dibagai dalam dua bentuk, yaitu soal dengan memilih jawaban (pilihan ganda, menjodohkan, dan benar-salah) dan soal dengan menyuplai jawaban (isian singkat, uraian dan uraian objektif atau non-objektif).

2) Tes Lisan

Tes yang diberikan secara langsung oleh guru kepada peserta didik dengan bahasa verbal dan menuntut jawaban dari peserta didik secara lisan.

3) Penilaian Proyek (*Project*)

Penilaian terhadap suatu tugas berupa investigasi yang harus diselesaikan peserta didik dalam kurun waktu tertentu.

2. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Dalam kurikulum 2013 terdapat beberapa mata pelajaran yang harus ditempuh, salah satunya adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Menurut Suryobroto (2001:9) pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Menurut Saryono dan Rithaudin (2011: 145-146) pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani para peserta didik sebagai wahana untuk mencapai tujuan pendidikan. Hakikat pembelajaran pendidikan jasmani dapat dijelaskan dalam dua pendapat yakni pendidikan jasmani dan hakikat pembelajaran. Rithaudin & Sari (2019: 1) menyatakan bahwa dalam proses pembelajaran pendidik mengharapkan peserta didik dapat mengoptimalkan potensi diri, sehingga bukan hanya sekedar pendidik melakukan pengajaran pengetahuan kepada peserta didik saja. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat meningkatkan keterampilan motorik, keterampilan afektif, dan keterampilan kognitif. Ketiga komponen tersebut merupakan faktor pembentuk kecerdasan pada anak dan memberikan peningkatan terhadap kualitas sumber daya manusia.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan secara keseluruhan. Hal ini senada yang dikemukakan oleh Sukintaka (2001:1) yang mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari

pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental dan sosial serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani. Pendapat yang senada juga dikemukakan oleh Mardiana, dkk (2008:14) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan integrasi dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromaskuler, intelektual dan emosional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang terencana secara sistematis yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromaskuler, perseptual, kongnitif, dan emosional dalam rangka pendidikan nasional (Depdiknas, 2004:2). Oleh karena itu, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari pendidikan nasional yang melibatkan unsur-unsur penting berupa pikiran dan tubuh. Semua aspek tersebut merupakan aspek yang berkaitan dan penting dalam kehidupan untuk menjadikan individu lebih baik. Dari beberapa uraian pendapat dari para ahli di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara keseluruhan dan pelaksanaannya menggunakan aktivitas jasmani dan terarah yang bertujuan menciptakan kebugaran jasmani, mental, sosial dan emosional dengan selaras dan seimbang.

b. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar PJOK Kelas V SD/MI

Komponen penting yang dicangkup dalam kurikulum 2013 salah satunya adalah kompetensi. Menurut Mulyasa (2007:29) menyatakan bahwa kompetensi adalah kemampuan bersikap, berpikir dan bertindak secara konsisten sebagai perwujudan dari pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dimiliki peserta didik. Kompetensi dalam kurikulum terbagi menjadi 2, yaitu kompetensi inti dan kompetensi dasar. Kompetensi inti merupakan tingkat kemampuan untuk mencapai standar kompetensi kelulusan yang harus dimiliki oleh siswa pada setiap tingkat, kelas, atau program. Sedangkan kompetensi dasar merupakan kemampuan untuk mencapai kompetensi inti yang harus diperoleh oleh siswa melalui pembelajaran. Selain itu kompetensi dasar adalah konten atau kompetensi yang terdiri atas sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang bersumber pada kompetensi inti yang harus dikuasai siswa. Kompetensi tersebut dikembangkan sesuai dengan perkembangan karakteristik siswa, kemampuan awal, serta ciri dari suatu mata pelajaran. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 37 Tahun 2018 Tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kurikulum 2013 tingkat SD/MI kelas V dapat dilihat dalam tabel berikut:

*Tabel 1. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013
Tingkat SD/MI Kelas V*

KOMPENSI INTI (KI)	KOMPETENSI DASAR (KD)
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan di tempat bermain.	3.4.Menerapkan variasi gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.	4.4. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

(Sumber: PERMENDIKBUD No. 37 Tahun 2018)

3. Hakikat Beladiri Pencak Silat

Pencak silat merupakan olahraga beladiri yang berasal dari Indonesia dan berakar dari budaya Melayu yang secara turun temurun diturunkan oleh nenek moyang kita. Pencak silat awalnya merupakan sebuah sarana untuk membeladiri dari berbagai ancaman bahaya dalam upaya mempertahankan diri. Kristanto (2015:19) mengatakan bahwa pencak silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina dan dikembangkan. Ilmu beladiri pencak silat menyebar dengan pesat diberbagai daerah di Indonesia sehingga banyak keanekaragaman jurus dan perguruan pencak silat yang berkembang sesuai dengan adat istiadat daerah tersebut. Seiring berkembangnya ilmu beladiri pencak silat, saat ini pencak silat digunakan sebagai media pendidikan dan terus berlangsung hingga menjadi bagian dari kurikulum sekolah.

Banyaknya perguruan pencak silat yang tersebar di Indonesia, maka dibentuklah wadah yang dinamai Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Pesatnya perkembangan pencak silat, membuat pencak silat tersebar hingga keluar negeri dan dibentuklah International Pencak Silat Federation yang melibatkan 4 negara yaitu: Indonesia, Malaysia, Singapura, dan Brunai Darussalam dengan nama Persekutuan Pencak Silat Antar Bangsa (Persilat) dengan presiden pertama persilat adalah H. Eddy M. Nalapraya dari Indonesia (Nugroho, 2004:5). Menurut PB. IPSI (2012:1) terdapat 4 aspek yang mencangkup nilai-nilai luhur sebagai satu kesatuan yang tak terpisahkan dalam pencak silat, yaitu aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga. Menurut Nugroho (2001:16) dari masing-masing aspek secara berurutan mengandung kaidah-kaidah pengendalian diri, kiat membeladiri, gerak seni, dan sportivitas olahraga, yang semua dilandasi dan diwarnai nilai-nilai budaya masyarakat serta dijiwai motivasi falsafah budi pekerti luhur. Falsafah budi pekerti luhur menurut Notosoejitno (1997:53) adalah ajaran moral masyarakat etnis Nusantara, yang didalamnya terdapat nilai-nilai yaitu nilai pendidikan karakter yang melekat dalam pembelajaran beladiri pencak silat.

Iskandar (1992:39) mengatakan bahwa pencak silat adalah hasil budaya manusia untuk membela atau mempertahankan eksistensinya (kemandirian), integritas (manunggal) terhadap lingkungan hidup atau alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dapat ditarik kesimpulan dari beberapa pendapat para ahli bahwa beladiri pencak silat adalah beladiri tradisional hasil budaya Indonesia

yang berakar dari budaya Melayu yang berkembang diberbagai wilayah di Indonesia dan memiliki karakteristik yang berbeda sesuai dengan adat istiadat setempat guna untuk mempertahankan diri dari gangguan, serta harus terus dikembangkan dan dilestarikan.

4. Materi Beladiri Pencak Silat Tingkat SD/MI

Dalam proses pembelajaran haruslah memiliki materi, karena penguasaan materi pelajaran merupakan tujuan utama. Materi pelajaran merupakan salah satu komponen inti dalam proses pembelajaran karena dengan seringnya terjadi proses pembelajaran diartikan sebagai proses penyampaian materi (Sanjaya, 2009:60). Materi pembelajaran beladiri pencak silat ditujukan untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai esensi dari pembelajaran beladiri pencak silat. Jika pemahaman anak tentang materi beladiri pencak silat tidak disampaikan dengan jelas, maka siswa akan memiliki persepsi yang berbeda dengan harapan guru pembimbingnya.

Pada umumnya, materi beladiri pencak silat untuk siswa sekolah dasar adalah materi-materi dasar beladiri pencak silat. Nugroho (2001:103) berpendapat bahwa teknik dasar merupakan fundamental dasar, dimana gerakan-gerakan itu masih sederhana dan mudah. Teknik dasar dipandang sebagai unsur penting dari keseluruhan penampilan olahraga disamping kesiapan kondisi fisik, teknik, dan persiapan kondisi psikologis. Teknik dasar beladiri pencak silat meliputi sikap tegak, sikap hormat, salam pembukaan, kuda-kuda, sikap pasang, teknik serangan, tangkisan, dan hindaran. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia cetakan ke-1 tahun 2019, Buku Siswa “Aktif

Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SD/MI Kelas V” materi beladiri pencak silat terdapat isi pokok pembahasan yang diajarkan yaitu variasi gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam beladiri pencak silat.

a. Variasi Gerak Non-lokomotor pada Pencak silat:

1) Variasi Sikap Kuda-kuda

Pada tahapan pembelajaran ini dimulai dengan memahami delapan arah mata angin. Arah mata angin berfungsi sebagai acuan untuk melangkahakan kaki.



Gambar 2. Kuda-kuda Delapan Arah Mata Angin pada Pencak Silat (Sumber: Simamora (2019))

Berdasarkan gerakannya, sikap kuda-kuda dalam pencak silat dibedakan menjadi enam gerakan berikut:

a) Sikap Kuda-kuda Depan

Kuda-kuda depan adalah kuda-kuda dengan sikap salah satu kaki berada di depan, sedangkan kaki lainnya di belakang dan berat badan ditopang oleh kaki depan .



Gambar 3. Sikap Kuda-kuda Depan
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap kuda-kuda depan:

- i. Berdirilah tegak di pusat arah mata angin.
- ii. Geser kaki kiri atau kanan ke depan.
- iii. Berat badan bertumpu pada tungkai bagian depan.
- iv. Posisi badan tegak dan pandangan ke depan.
- v. Tungkai depan ditekuk dan kaki belakang lurus.
- vi. Telapak kaki belakang serong ke arah luar.

b) Sikap Kuda-kuda Belakang

Kuda-kuda belakang adalah kuda-kuda dengan sikap salah satu kaki berada di depan, sedangkan kaki lainnya berada di belakang dan berat badan ditopang oleh kaki belakang. Kuda-kuda belakang umumnya dilakukan untuk menghindari serangan lawan.



Gambar 4. Sikap Kuda-kuda Belakang
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap kuda-kuda belakang:

- i. Posisi awal berdiri tegak di pusat arah mata angin.
- ii. Gerakkan kaki kiri atau kanan ke belakang, posisi badan condong ke belakang.
- iii. Kaki pada posisi belakang ditekuk.
- iv. Berat badan bertumpu pada tungkai belakang.
- v. Tungkai belakang dipakai sebagai tumpuan.

c) Sikap Kuda-kuda Samping

Kuda-kuda samping adalah kuda-kuda dengan sikap kedua kaki melebar sejajar dengan bahu dan berat badan ditopang oleh satu kaki yang menekuk ke kiri/kanan. Kuda-kuda samping dapat diterapkan untuk melakukan elakan.



Gambar 5. Sikap Kuda-kuda Samping
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap kuda-kuda samping:

- i. Berdiri tegak di pusat arah mata angin.
- ii. Geser salah satu kaki ke samping kiri atau kanan.
- iii. Kaki yang posisinya tidak bergeser diluruskan.
- iv. Kaki yang bergeser ditekuk ke samping.
- v. Berat badan bertumpu pada tungkai yang ditekuk.

d) Sikap Kuda-kuda Tengah

Kuda-kuda tengah adalah kuda-kuda dengan sikap kedua kaki melebar melebihi lebar bahu dan berat badan ditopang secara merata oleh kedua kaki.



Gambar 6. Sikap Kuda-kuda Tengah
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap kuda-kuda tengah:

- i. Sikap awal, berdiri di pusat mata angin.
- ii. Pandangan ke depan.
- iii. Kedua kaki dibuka ke samping melebihi lebar bahu.
- iv. Kedua tungkai ditekuk dengan berat badan bertumpu di tengah.

e) Sikap Kuda-kuda Silang Belakang

Kuda-kuda silang belakang adalah sikap kuda-kuda dengan salah satu kaki kiri atau kanan menyilang ke belakang dengan posisi berat badan berada di kaki bagian belakang.



Gambar 7. Sikap Kuda-kuda Silang Belakang
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap kuda-kuda silang belakang:

- i. Sikap awal berdiri tegak di pusat mata angin.
- ii. Salah satu kaki dilangkahkan ke belakang dengan gerakan sedikit menyilang.
- iii. Telapak kaki yang dipindahkan berada sejajar dengan telapak kaki lainnya.
- iv. Badan tetap lurus agar tidak jatuh saat melakukan gerakan tersebut.

f) Sikap Kuda-kuda Silang Depan

Kuda-kuda silang depan adalah kuda-kuda dengan salah satu kaki kiri atau kanan menyilang di depan kaki yang lainnya. Berat badan berada pada kaki depan.



Gambar 8. Sikap Kuda-kuda Silang Depan
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah dalam melakukan sikap kuda-kuda silang depan:

- i. Sikap awal berdiri tegak dipusat mata angin
- ii. Salah satu kaki kiri atau kanan dilangkahkan ke depan sedikit menyilang.
- iii. Telapak kaki yang dipindahkan sejajar dengan kaki lainnya.
- iv. Badan tetap lurus agar tidak jatuh saat melakukan gerakan.

2) Variasi Sikap Tegak

a) Sikap Tegak 1

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam sikap tegak 1 adalah:

- i. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- ii. Posisi lengan dan tangan berada lurus di samping badan.
- iii. Berat badan berada di kedua kaki.
- iv. Kedua kaki dibuka selebar bahu.



Gambar 9. Sikap Tegak 1
(Sumber: Simamora (2019))

b) Sikap Tegak 2

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan sikap tegak 2 adalah:

- i. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- ii. Kedua tangan mengepal dan berada di pinggang.
- iii. Berat badan berada di kedua kaki
- iv. Kedua kaki dibuka selebar bahu.



Gambar 10. Sikap Tegak 2
(Sumber: Simamora (2019))

c) Sikap Tegak 3

Hal-hal yang harus diperhatikan dalam melakukan sikap tegak 3 adalah:

- i. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- ii. Kedua tangan mengepal dan menempel berada di depan dada.
- iii. Berat badan berada di kedua kaki.
- iv. Kaki dibuka selebar bahu.



Gambar 11. Sikap Tegak 3
(Sumber: Simamora (2019))

d) Sikap Tegak 4

Hal-hal yang harus diperhatikan dalam melakukan sikap tegak 4 adalah:

- i. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- ii. Jari-jari rapat dan kedua tangan menyilang di depan dada.
- iii. Posisi tangan kanan berada di depan.
- iv. Berat badan berada di kedua kaki.
- v. Kedua kaki dibuka selebar bahu.



Gambar 12. Sikap Tegak 4
(Sumber: Simamora (2019))

3) Variasi Pukulan

Pukulan adalah salah satu alat serang dalam beladiri pencak silat. Pukulan menggunakan tangan sebagai alat serang.

a) Pukulan Lurus

Pukulan lurus adalah serangan yang menggunakan pangkal jari tengah dan telunjuk dengan lintasan lurus ke depan.



Gambar 13. Pukulan Lurus
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan lurus:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Tangan mengepal, perkenaan adalah pangkal jari tengah dan telunjuk.

- iii. Lintasan pukulan lurus ke depan.
- iv. Sasaran pukulan adalah ulu hati/dada.

b) Pukulan Tegak

Pukulan tegak adalah serangan yang menggunakan pangkal jari tengah dan telunjuk dengan posisi kepalan tegak.



Gambar 14. Pukulan Tegak
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan tegak:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Tangan mengepal tegak, perkenaannya adalah pangkal jari tengah dan telunjuk.
- iii. Lintasan pukulan lurus ke depan.
- iv. Sasaran pukulan adalah persendian bahu.

c) Pukulan Bandul

Pukulan bandul adalah serangan dengan menggunakan sisi luar telapak tangan posisi tangan mengepal lintasan dari dalam ke luar sasaran pelipis, rusuk bagian samping.



Gambar 15. Pukulan Bandul
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan bandul:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Tangan mengepal, perkenaan adalah sisi luar telapak tangan.
- iii. Lintasan pukulan adalah dari samping dalam ke luar.
- iv. Sasaran pukulan adalah pelipis, rusuk bagian samping.

d) Pukulan Melingkar

Pukulan melingkar adalah serangan menggunakan pangkal jari tengah dan telunjuk dengan lintasan melingkar sasaran rusuk bagian samping.



Gambar 16. Pukulan Melingkar
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan melingkar:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Tangan mengepal, perkenaannya adalah pangkal jari tengah dan telunjuk.
- iii. Lintasan pukulan melingkar.
- iv. Sasaran pukulan adalah rusuk bagian samping.

4) Variasi Tendangan

Tendangan adalah satu serangan dalam beladiri pencak silat yang dilakukan menggunakan tungkai kaki. Tendangan terdiri dari:

a) Tendangan Lurus

Tendangan lurus adalah tendangan menggunakan pangkal jari-jari kaki, lintasan lurus ke depan dan sasaran dada/ulu hati.



Gambar 17. Tendangan Lurus
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan lurus:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Mengangkat lutut ke depan setinggi dada.
- iii. Menendangkan/melecutkan tungkai ke depan dengan sasaran dada/ulu hati.
- iv. Perkenaan adalah pangkal jari-jari kaki.
- v. Pandangan lurus ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan.

b) Tendangan Melingkar

Tendangan melingkar adalah tendangan menggunakan telapak kaki bagian dalam dengan lintasan melingkar ke luar dengan sasaran pelipis.



Gambar 18. Tendangan Melingkar
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan melingkar:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Ayunkan tungkai melingkar dari dalam ke luar sasaran pelipis.
- iii. Perkenaan adalah menggunakan telapak kaki.
- iv. Pandangan ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan.

c) Tendangan Samping

Tendangan samping adalah tendangan menggunakan punggung kaki dengan lintasan melingkar dari luar ke dalam dengan sasaran rusuk bagian samping atau punggung.



Gambar 19. Tendangan Samping
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan samping:

- i. Dimulai dengan sikap pasang.
- ii. Mengangkat lutut ke samping setinggi dada.
- iii. Menendangkan/melecutkan tungkai dari samping ke dalam sasaran punggung.
- iv. Perkenaan adalah punggung kaki.
- v. Pandangan lurus ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan.

d) Tendangan T

Tendangan T adalah tendangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya lurus ke depan dan perkenaannya pada tumit. Biasanya digunakan untuk serangan samping dengan sasaran seluruh bagian tubuh.



Gambar 20. Tendangan T
(Sumber: Simamora (2019))

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan T:

- i. Dimulai dengan sikap pasang, kuda-kuda sejajar.
- ii. Mengangkat lutut ke samping setinggi dada.
- iii. Menendangkan/melecutkan tungkai ke depan.
- iv. Perkenaan adalah tumit.
- v. Pandangan lurus ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan.

5) Variasi Tangkisan

Tangkisan adalah usaha pembelaan dengan cara mengadakan kontak langsung dengan serangan. Kontak langsung itu bertujuan untuk mengalihkan serangan dari lintasannya dan membendung atau menahan serangan. Berikut macam-macam tangkisan:

a) Tangkisan Dalam

Tangkisan dalam adalah tangkisan dengan menggunakan sisi bagian dalam lengan dengan posisi tangan mengepal. Arah lintasan tangkisan dalam dalam adalah dari luar ke dalam.



Gambar 21. Tangkisan Dalam
(Sumber: Simamora (2019))

b) Tangkisan Luar

Tangkisan luar adalah tangkisan dengan menggunakan sisi luar bagian lengan dengan posisi tangan mengepal. Arah tangkisan luar adalah dari dalam ke luar.



Gambar 22. Tangkisan Luar
(Sumber: Simamora (2019))

c) Tangkisan Atas

Tangkisan atas adalah tangkisan dengan menggunakan lengan dengan arah lintasan dari bawah ke atas.



Gambar 23. Tangkisan Atas
(Sumber: Simamora (2019))

d) Tangkisan Bawah

Tangkisan bawah adalah tangkisan dengan menggunakan lengan dengan arah lintasan dari atas ke bawah.



Gambar 24. Tangkisan Bawah
(Sumber: Simamora (2019))

6) Variasi Elakan

Elakan adalah gerakan menghindari serangan lawan dengan cara mengelak. Elakan dilakukan dengan memindahkan posisi tubuh untuk menghindari pukulan atau tendangan. Berikut macam-macam elakan:

a) Elakan Atas

Elakan atas adalah menghindar dengan diawali kuda-kuda depan dengan posisi tubuh tetap menghadap ke lawan. Elakan atas bertujuan untuk mengelak dari serangan di bagian bawah.



Gambar 25. Elakan atas
(Sumber: Simamora (2019))

b) Elakan Bawah

Elakan bawah adalah menghindar dengan diawali dengan sikap kuda-kuda dengan posisi tubuh merendah. Elakan bawah bertujuan untuk mengelak dari serangan bagian tubuh atas.



Gambar 26. Elakan Bawah
(Sumber: Simamora (2019))

c) Elakan Samping

Elakan samping adalah elakan yang bertujuan untuk menghindari dari serangan misal tendangan lurus. Elakan samping dilakukan dengan sikap awal posisi kuda-kuda dilanjutkan dengan mengelakkan badan ke samping.



Gambar 27. Elakan Samping
(Sumber: Simamora (2019))

d) Elakan Putar

Elakan putar adalah elakan yang bertujuan untuk menghindari dengan cara memutar tubuh.



Gambar 28. Elakan Putar
(Sumber: Simamora (2019))

b. Variasi Gerak Lokomotor pada Pencak Silat

1) Variasi Pola Gerak Langkah

Pola gerak langkah pada beladiri pencak silat memiliki fungsi penting, yaitu sebagai dasar tumpuan untuk berdiri kuat, dasar pembelaan dan serangan, serta dasar menempatkan posisi yang kuat dan menguntungkan. Gerak langkah dalam beladiri pencak silat dibagi berdasarkan arah dan pola langkah. Berikut ini macam-macam pola gerak langkah dalam beladiri pencak silat:

a) Langkah Lurus

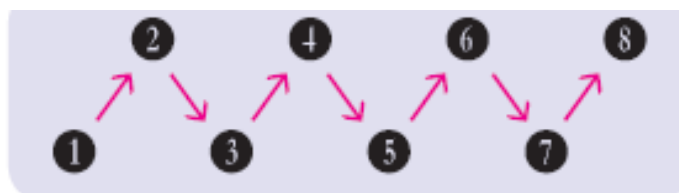
Pelaksanaan pola langkah lurus diawali dengan sikap kuda-kuda. Pada pola ini, bentuk gerakan bebas maju atau mundur.



Gambar 29. Pola Langkah Lurus
(Sumber: Simamora (2019))

b) Langkah Zig-zag

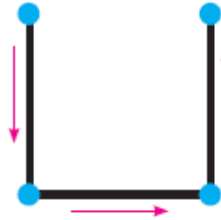
Pola langkah zig-zag adalah pola langkah yang diawali dengan sikap pasang, serta menggunakan gerakan langkah zig-zag atau gergaji atau berkelok-kelok, baik gerakan maju atau mundur.



Gambar 30. Pola Langkah Zig-zag
(Sumber: Simamora (2019))

c) Langkah Huruf U

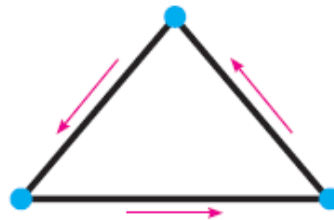
Pola langkah huruf U disebut juga pola langkah ladang yang dilakukan dengan membentuk huruf U.



Gambar 31. Pola Langkah Huruf U
(Sumber: Simamora (2019))

d) Langkah Segitiga

Pola langkah segitiga merupakan pola langkah yang menggunakan pola segitiga dalam langkahnya.



Gambar 32. Pola Langkah Segitiga
(Sumber: Simamora (2019))

e) Langkah Segiempat

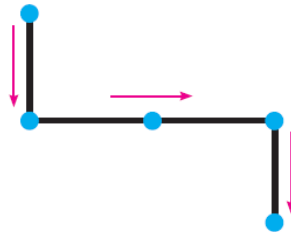
Pola langkah segiempat dilakukan dengan membentuk pola segiempat.



Gambar 33. Pola Langkah Segiempat
(Sumber: Simamora (2019))

f) Langkah Huruf S

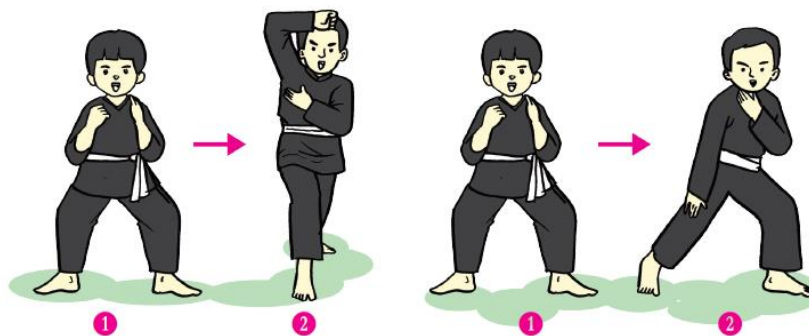
Pola langkah huruf S adalah pola langkah yang menggunakan pola langkah menyerupai huruf S.



Gambar 34. Pola Langkah Huruf S
(Sumber: Simamora (2019))

2) Variasi Kuda-kuda, Tangkisan Atas dan Tangkisan Bawah

Pada pembelajaran variasi kuda-kuda, tangkisan atas dan tangkisan bawah diawali dengan posisi sikap kuda-kuda kemudian melakukan tangkisan atas. Lakukan langkah lurus dan tangkisan bawah.

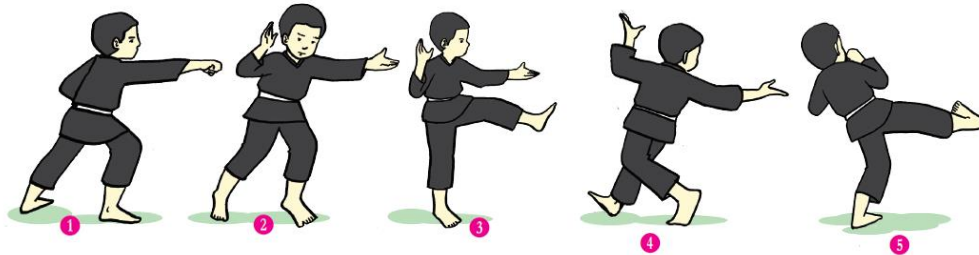


Gambar 35. Variasi Kuda-kuda, Tangkisan Atas dan Tangkisan Bawah
(Sumber: Simamora (2019))

3) Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan

Pada pembelajaran ini diawali dengan posisi awal kedua tangan mengepal di depan dada. Kedua tumit rapat dan ujung jari kaki membentuk sudut 90° . Selanjutnya, langkahkan kaki kanan ke depan diikuti gerakan pukulan tangan kanan. Lengan kanan lurus. Kemudian, lakukan pukulan tangan kiri bersamaan

dengan kaki kiri melangkah ke depan. Lakukan variasi tendangan dengan kaki kanan. Posisi akhir, kembali ke sikap kuda-kuda.



*Gambar 36. Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan
(Sumber: Simamora (2019))*

Bentuk-bentuk pembelajaran pencak silat adalah pengembangan dari latihan sikap dasar, gerak dasar, serta pembelaan dan serangan. Oleh karena itu, guru dituntut untuk menguasai sikap dan gerak dasar, serta pembelaan dan serangan yang selanjutnya bentuk-bentuk pembelajaran tersebut disesuaikan dengan masa pertumbuhan dan perkembangan siswa (Januarno, 1989:70). Untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan siswa, maka materi pelajaran yang diberikan dapat dalam bentuk permainan yang menyenangkan dan tidak banyak peraturan. Berikut ini bentuk-bentuk latihan pencak silat untuk anak usia Sekolah Dasar menurut Subekti (2018: 93-94):

a) Gobak Sodor

Model latihan gobak sodor ini termasuk dalam kategori sangat baik. Gobak sodor dinilai sangat efektif dalam hal mentransfer yang akan dihasilkan. Model latihan gobak sodor ini sangat sesuai dalam proses latihan keterampilan gerak pencak silat. Gobak sodor sangat efektif untuk menanamkan kebutuhan yang ada dalam olahraga pencak silat meliputi komponen biomotor antara lain kekuatan, ketahanan, fleksibilitas, kelincahan, kecepatan, dan kordinasi. Selain itu model ini juga dapat mengembangkan ranah afektif seperti menanam unsur menyerang dan

bertahan yang dibutuhkan dalam olahraga pencak silat. Kemudian model ini juga mampu mengembangkan ranah kognitif seperti memunculkan ide baru, menemukan pengalaman dan hal penting yaitu bagaimana anak mempertahankan kemenangan dan cara apa yang harus dilakukan untuk mempertahankannya, tidak hanya mempertahankan kemenangan namun ranah kognitif seperti bagaimana anak untuk mencari kemenangan juga termuat dalam model latihan ini. Kesamaan yang terjadi antara model gobak sodor dengan olahraga pencak silat meliputi jenis gerakan, konsep permainan mencerminkan adanya sebuah ikatan yang kuat antara keduanya sehingga dapat disimpulkan model sangat sesuai digunakan untuk melatih keterampilan gerak pencak silat anak usia sekolah dasar.

b) Jala Ikan

Jala ikan sangat efektif untuk menanamkan kebutuhan yang ada dalam olahraga pencak silat meliputi komponen biomotor antara lain kekuatan, ketahanan, kecepatan, fleksibilitas, dan kordinasi. Selain itu model juga dapat mengembangkan ranah afektif seperti menanam unsur menyerang dan bertahan yang dibutuhkan dalam olahraga pencak silat. Unsur ini dapat melekat pada anak sehingga di kemudian hari ketika menjadi atlet pencak silat mempunyai unsur menyerang dan bertahan yang kuat. Model ini juga mampu mengembangkan ranah kognitif. Ranah kognitif yang diperoleh dari model ini seperti bagaimana anak melakukan tindakan untuk memenangkan sebuah pertandingan. Pencapaian kemenangan tidak semata-mata bertuju pada pemenang. Namun, keberhasilan tindakan anak terhadap apa yang akan dilakukan dan hasilnya sesuai dengan aturan menjadi pengertian secara umum.

c) Berburu Burung

Berburu burung sangat efektif untuk menanamkan kebutuhan yang ada dalam olahraga pencak silat. Meliputi komponen biomotor antara lain kekuatan, ketahanan, kelincahan, kecepatan, fleksibilitas, dan kordinasi. Selain itu model juga dapat mengembangkan ranah afektif seperti menanamkan unsur menyerang dan bertahan yang dibutuhkan dalam olahraga pencak silat. Unsur ini dapat melekat pada anak sehingga dikemudian hari ketika menjadi altet pencak silat mempunyai unsur menyerang dan bertahan yang kuat.

Kriswanto (2008: 52) berpendapat agar fungsi bermain dapat berjalan sebagaimana mestinya maka dalam memilih jenis permainan perlu memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut: 1) Beri permainan yang dapat mengembangkan fisik; 2) Perlu ada keseimbangan antara permainan yang bersifat tenang dan yang banyak bergerak dalam ruangan atau di luar ruangan; 3) Berikan macam-macam permainan untuk memusatkan perhatian mereka; 4) Sediakan permainan atau kegiatan yang bertujuan memberikan pengalaman belajar bagi mereka; 5) Pilihlah permainan yang sesuai dengan usia mereka; 6) Persiapkan seorang atau orang dewasa untuk memimpin mereka dalam bermain atau berekreasi; 7) Berikan kesempatan untuk menggunakan daya imajinasi dan kreativitas mereka.

5. Karakteristik Siswa Kelas V SD/MI

Sekolah merupakan salah satu wadah formal yang berusaha melaksanakan proses pendidikan perilaku melalui pendidikan. Sekolah dasar merupakan awal dari pendidikan selanjutnya. Masa anak sekolah dasar merupakan awal dari

perpindahan anak dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah. Menurut Desmita (2009:12) karakter yang baik (*good character*) tidak begitu saja dapat diperoleh dengan mudah, bahkan tidak otomatis oleh setiap siswa didapatkan ketika siswa itu dilahirkan. Akan tetapi harus melalui didikan yang benar dan pendidikan melalui ilmu-ilmu yang diajarkan di sekolah.

Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun anak juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis. Pada masa mulai masuk usia sekolah, anak-anak akan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Melalui pengalaman itu, anak akan mengalami perubahan dalam sikap, nilai dan perilaku. Masa anak usia sekolah dasar merupakan masa kanak-kanak akhir. Jahja (2011: 115-116) menggambarkan masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar antara usia 9-13 tahun. Biasanya anak seumuran ini duduk di kelas 4, 5 dan 6. Pada masa ini timbul minat pada pelajaran-pelajaran khusus, ingin tahu, ingin belajar dan realistis. Izzaty, dkk (2013: 114-115) menyatakan bahwa masa kanak-kanak akhir dibagi menjadi dua fase yaitu:

- a. Masa kelas-kelas rendah Sekolah Dasar yang berlangsung antara usia 6/7 tahun sampai 9/10 tahun, biasanya mereka duduk di kelas 1, 2, dan 3 Sekolah Dasar.

Adapun ciri-ciri anak masa kelas-kelas rendah Sekolah Dasar adalah:

- 1) Ada hubungan yang kuat antara keadaan jasmani dan prestasi sekolah.
- 2) Suka memuji diri sendiri.

- 3) Kalau tidak dapat menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, tugas atau pekerjaan itu dianggap tidak penting.
 - 4) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak lain, jika hal itu menguntungkan dirinya.
 - 5) Suka meremehkan orang lain.
- b. Masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar, yang berlangsung antara usia 9/10 tahun sampai 12/13 tahun, biasanya mereka duduk di kelas 4, 5 dan 6 Sekolah Dasar.

Ciri-ciri khas anak kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar adalah:

- 1) Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari.
- 2) Ingin tahu, ingin belajar dan realistis.
- 3) Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- 4) Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajar di sekolah.
- 5) Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau *peer group* untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Berdasarkan Hadiutomo (2006: 176), karakter anak usia Sekolah Dasar dilihat dari perkembangan jasmani dan psikomotorik adalah sebagai berikut:

a. Perkembangan Jasmani

- 1) Keadaan jasmani anak lebih stabil dan lebih kuat.
- 2) Kekuatan badan dan tangan pada anak laki-laki bertambah dengan pesat.
- 3) Pada umumnya ada hubungan yang tetap dalam perkembangan tulang dan jarinya.

- 4) Sampai umur 12 tahun anak akan bertambah panjang 1-6 cm tiap tahunnya.
- 5) Pada umur 10 tahun anak laki-laki agak lebih besar sedikit daripada anak perempuan, sesudah itu anak laki-laki lebih unggul daripada anak perempuan.

b. Perkembangan Psikomotorik

- 1) Keseimbangan relatif berkembang dengan baik.
- 2) Koordinasi mata dengan tangan berkembang lebih baik.
- 3) Ada perubahan dalam sifat dan frekuensi motorik kasar dan halus.
- 4) Kecakapan motorik lebih bergantung dari aturan formal dan aturan yang telah ditentukan dan bersifat kurang spontan.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan Rohma Anjarwati (2020) dengan judul “Tingkat Pemahaman Siswa Kelas VIII Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul yang berjumlah 224 siswa. Pengambilan sampel menggunakan proportional random sampling. Instrumen yang digunakan adalah tes pilihan ganda. Hasil dari uji coba validitas instrumen menunjukkan 32 butir soal dinyatakan valid dan 3 butir soal dinyatakan gugur. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus Alpha Cronbach’s sebesar 0,788. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman siswa

kelas VIII terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dengan kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 58,10% (25 siswa), “tinggi” sebesar 41,90% (18 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Maylina Kristi Lestari (2020) dengan judul “Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan instrumen angket. Subjek penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan yang berjumlah 30 guru. Teknik analisis data hasil perolehan angket dihitung dan dikategorikan dalam bentuk presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan dapat dijelaskan dari 30 responden yang termasuk dalam kategori sangat baik sebesar 6,67%, kategori baik sebesar 16,67%, kategori cukup baik sebesar 43,33%, kategori tidak baik sebesar 26,66%, kategori tidak baik sebesar 6.67%.

C. Kerangka Berpikir

Pencak silat merupakan beladiri yang berasal dari Indonesia yang patut dikembangkan dan dilestarikan. Agar tetap lestari dan tidak hilang tergerus oleh

zaman, maka salah satu caranya yaitu dengan melalui pembelajaran beladiri pencak silat di sekolah. Faktor penunjang pembelajaran beladiri pencak antara lain adalah guru, siswa, sarana dan prasarana. Guru merupakan pelaksana dan penanggungjawab dalam kegiatan belajar-mengajar di sekolah. Beladiri pencak silat merupakan salah satu materi dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sekolah dasar, maka dari itu penting bagi guru untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat kepada siswa. Guru memegang peranan penting terhadap aspek pemahaman siswa, agar siswa paham dengan maksud materi yang disampaikan dan tercapai tujuan pembelajaran.

Faktor siswa juga berpengaruh dalam proses pembelajaran. Siswa yang mempunyai motivasi dan semangat merupakan sebuah pengaruh besar dalam tercapainya tujuan pembelajaran. Selain dilihat dari faktor guru dan siswa, faktor sarana dan prasarana juga tak kalah penting. Sarana dan prasarana yang memadai dapat dikatakan apabila telah memenuhi standar yang ditetapkan agar dapat memenuhi semua kebutuhan siswa dan menunjang tersampainya materi dengan baik. Dari uraian diatas perlu diketahui tentang tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta, maka perlu dilakukan penelitian mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017:147), menyatakan bahwa penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagai mana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan instrumen penelitian berupa tes. Arikunto (2006:152), menyatakan bahwa metode survei merupakan salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak. Survei dilakukan kepada siswa kelas V SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta untuk mendapatkan deskripsi tentang hasil tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang beralamat di Jl. Kemasan No. 68, Prenggan, Kec. Kotagede, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55172. Pelaksanaan pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus-September 2020.

C. Subjek Penelitian

Menurut Arikunto (2006:145) subjek penelitian adalah responden yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Subjek penelitian pada dasarnya adalah yang akan dikenai kesimpulan hasil penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang berjumlah 26 siswa.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam sebuah penelitian perlu diketahui untuk mencapai tujuan penelitian yang dilakukan. Arikunto (2013:161) menyebutkan bahwa variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman siswa terhadap materi beladiri pencak silat. Secara operasional variabel tersebut didefinisikan sebagai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diukur dengan tes pilihan ganda yang meliputi kemampuan untuk menerjemahkan (*translation*), menafsirkan (*interpretation*), dan mengekstrapolasi (*extrapolation*).

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian

Sugiyono (2016:156) berpendapat bahwa, instrumen merupakan alat seperti kuisisioner, dan pedoman observasi yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Hal senada diungkapkan oleh Arikunto (2016:136) yang menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar penelitian yang dilakukan lebih mudah dan hasil penelitian tersebut akan lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes, dalam penelitian ini tes yang digunakan adalah tes pilihan ganda. Tes merupakan serangkaian soal pertanyaan untuk mengukur tingkat keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok

(Mahmud, 2011:185-186). Tolak ukur penggunaan alat tes sebagai instrumen pengumpulan data dalam suatu penelitian adalah sebagai berikut:

a. Objektif

Hasil penelitian yang dicapai dapat menggambarkan keadaan atau kondisi yang sebenarnya tentang tingkat kemampuan seseorang, baik berupa pengetahuan maupun keterampilan.

b. Cocok

Alat yang digunakan sesuai dengan jenis data penelitian yang akan dikumpulkan untuk menguji hipotesis guna untuk menjawab masalah penelitian yang telah diajukan.

c. Valid

Alat tes memiliki derajat kesesuaian, terutama isi dan konstraknya, dengan kemampuan suatu kelompok yang akan diukur.

d. Reliabel

Alat tes harus memiliki derajat reabilitas atau kekonsistenan skor yang diperoleh dari hasil tes penelitian menggunakan alat tersebut.

Langkah-langkah dalam penyusunan tes menurut Arikunto (2010:167) adalah sebagai berikut:

- a. Menentukan tujuan mengadakan tes.
- b. Mengadakan pembatasan terhadap bahan yang akan dijadikan tes.
- c. Merumuskan tujuan instruksional khusus dari tiap bagian bahan.
- d. Menderetkan semua indikator dalam tabel persiapan yang memuat pola aspek tingkah laku yang terkandung dalam indikator itu.

- e. Menyusun tabel spesifikasi yang memuat pokok materi.
- f. Menuliskan butir-butir soal, didasarkan atas indikator-indikator yang sudah dituliskan pada tabel indikator dan aspek tingkah laku yang dicakup.

Mardapi (2008:88) menyatakan langkah-langkah dalam mengembangkan tes adalah sebagai berikut:

- a. Menyusun spesifikasi tes

Penyusunan spesifikasi tes mencakup kegiatan berikut ini:

- 1) Menentukan tujuan tes

Maksud dari tujuan tes ini dalam sebuah penelitian adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

- 2) Menyusun kisi-kisi

Mardapi (2008:90) berpendapat bahwa kisi-kisi merupakan tabel matrik yang berisi tentang spesifikasi soal yang hendak dibuat. Dalam penulisan sebuah tes diperlukan kisi-kisi sebagai pedomannya. Matrik kisi-kisi terdiri dari dua jalur, yaitu kolom dan baris.

- 3) Menentukan bentuk tes

Pemilihan bentuk tes yang tepat ditentukan oleh tujuan tes, waktu yang tersedia untuk memeriksa tes, jumlah peserta tes, cakupan materi tes, serta karakteristik tes yang diujikan (Mardapi, 2008:91). Bila jumlah peserta tes banyak, cakupan materi banyak, dan waktu yang dibutuhkan singkat, maka bentuk

tes objektif pilihan ganda sangat tepat digunakan. Dalam penelitian ini, tes yang digunakan adalah tes bentuk pilihan ganda dengan 4 alternatif pilihan jawaban.

4) Menentukan panjang tes

Menentukan panjang tes penelitian yang dilaksanakan ditentukan oleh cakupan materi yang diujikan dan tingkat kelelahan peserta tes (Mardapi, 2008:92). Umumnya waktu yang dibutuhkan peserta tes untuk mengerjakan tes bentuk pilihan ganda adalah 2 sampai 3 menit per setiap butir soalnya.

b. Menulis soal tes

Pedoman utama dalam pembuatan tes bentuk pilihan ganda menurut (Mardapi, 2008:93) antara lain: pokok soal jelas, pilihan jawaban homogen, pilihan jawaban angka diurutkan, tidak ada petunjuk jawaban benar, panjang kalimat pilihan jawaban alternatif relatif sama, hindari menggunakan jawaban semua benar atau semua salah, semua pilihan jawaban logis, jangan menggunakan negatif tanda, kalimat yang digunakan sesuai, bahasa yang digunakan baku, dan letak pilihan jawaban benar ditentukan secara acak.

c. Menelaah soal tes

Menelaah soal yang telah dibuat perlu dilakukan untuk memperbaiki soal jika ternyata dalam pembuatan soal masih ditemukan kekurangan atau kesalahan.

d. Melakukan uji coba tes

Melakukan uji coba tes digunakan sebagai sarana memperoleh data empirik tentang tingkat kebaikan soal yang telah disusun.

e. Menganalisis butir soal

Menganalisis butir soal dapat digunakan untuk mengetahui tingkat kesukaran butir soal, daya pembeda.

f. Memperbaiki tes

Perbaikan ini dilakukan apabila masih terdapat butir-butir soal yang belum baik. Ada kemungkinan beberapa soal sudah baik sehingga tidak perlu direvisi, beberapa butir perlu direvisi, dan beberapa butir yang lainnya mungkin harus dibuang karena tidak memenuhi standar kualitas yang diharapkan.

g. Menyusun tes

Setelah dianalisis dan diperbaiki, kemudian semua butir soal disusun dengan hati-hati menjadi kesatuan soal tes yang terpadu.

h. Melaksanakan tes dan menafsirkan hasil tes

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	No. Item	Jumlah
Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta	1. Menerjemahkan (<i>translation</i>)	1. Pengertian beladiri pencak silat	1, 2, 3, 4	4
		2. Pengertian variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	9
	2. Menafsirkan (<i>interpretation</i>)	Memahami peraturan dan penilain beladiri pencak silat	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	9
	3. Mengeksplorasi (<i>ektrapolation</i>)	Fasilitas, sarana prasarana beladiri pencak silat	23, 24, 25	3
Jumlah				25

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan instrumen soal tes kepada subjek penelitian, yaitu siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta. Penggunaan tes dengan bentuk pilihan ganda pada penelitian ini dirasa lebih praktis dan efisien karena peneliti dapat memperoleh data dari responden dalam waktu cukup singkat. Mekanisme dalam penelitian ini dimulai dengan peneliti meminta surat izin penelitian dari Fakultas. Kedua peneliti mencari data siswa kelas V di SD Negeri Kotagede V Yogyakarta. Kemudian peneliti menyebarkan kuisisioner kepada subjek penelitian. Selanjutnya, peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil tes. Langkah terakhir setelah memperoleh data penelitian, peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum dilakukan pengambilan data yang sebenarnya, kuisisioner yang telah disusun perlu diujicobakan terlebih dahulu untuk memenuhi alat pengumpul data yang benar-benar valid (sahih) dan reliabel (andal). Uji coba atau *try out* dilakukan kepada sampel yang memiliki karakteristik hampir sama dengan subjek yang sebenarnya. Berikut ini langkah-langkah yang digunakan untuk mengetahui sebuah instrumen baik atau tidak:

a. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah derajat ukuran kemampuan yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment* (Arikunto, 2006:96). Perhitungan dihitung dengan bantuan komputer

SPSS 16. Menurut Hadi (1991:17) suatu instrumen dikatakan sah jika instrumen tersebut mampu mengukur apa yang hendak diukur. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada tabel taraf sidnifikansi 0,05. Apabila setelah dianalisis $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan sah. Rumus korelasi *Product Moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} = koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total

x = skor butir

y = skor total

n= banyaknya subjek

Berdasarkan hasil uji coba penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa dari 25 butir soal tersebut semua adalah valid. Sehingga terdapat 25 butir soal yang dapat digunakan untuk penelitian. Kisi-kisi instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	No. Item	Jumlah
Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta	4. Menerjemahkan (<i>translation</i>)	3. Pengertian beladiri pencak silat	1, 2, 3, 4	4
		4. Pengertian variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	9
	5. Menafsirkan (<i>interpretation</i>)	Memahami peraturan dan penilain beladiri pencak silat	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	9
	6. Mengeksplorasi (<i>ektrapolation</i>)	Fasilitas, sarana prasarana beladiri pencak silat	23, 24, 25	3
Jumlah				25

b. Uji Reliabilitas

Suatu instrumen penelitian yang baik haruslah memiliki reliabilitas di dalamnya. Menurut Arikunto (2006:41) reliabilitas instrumen mengacu pada sebuah pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Arikunto (2006:47) menyatakan bahwa perhitungan reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Perhitungannya dengan bantuan komputer SPSS 16. Analisis butir hanya dilakukan pada butir yang sah dan bukan pada semua butir yang belum diuji. Arikunto (200:47) menyatakan bahwa uji keandalan instrumen menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*. Berdasarkan hasil uji coba reliabilitas instrumen disajikan dalam tabel 4 berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
,894	25

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data diperoleh, selanjutnya data tersebut dianalisis dan menarik suatu kesimpulan. Pada penelitian ini, untuk menganalisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentase. Analisis deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta. Arikunto (2006:291), menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud menguji hipotesis tetapi hanya menggambarkan seperti apa adanya tentang suatu variabel, gejala atau keadaan.

Penelitian ini dimulai dengan tahapan menyebarkan kuisioner kepada responden yaitu siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta, kemudian data dikumpulkan dan diolah menggunakan bantuan aplikasi SPSS 16. Setelah data tersebut dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data. Rumus yang digunakan dalam mencari persentase menurut Anas Sudijono (2012:43) yaitu:

$$p = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

p = persentase

f = frekuensi

N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

Sebelum mengelompokkan berdasarkan kategori, tentukan terlebih dahulu skor minimum dan maksimum. Selanjutnya, tentukan mean dan standar deviation skor yang telah diperoleh. Setelah menentukan nilai rata-rata dan standar deviation, data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian melakukan pengkategorian serta menyajikan dalam bentuk histogram. Kriteria dalam penskoran data tiap faktor dapat diketahui dengan melakukan pengkategorian sesuai dengan instrumen. Pengkategorian disusun dalam lima kategori yaitu, sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Berikut ini rumus yang digunakan untuk menyusun kategori:

Tabel 5. Standar Kriteria Objek

Interval	Kategori
76-100	Sangat Tinggi
66-75	Tinggi
56-65	Sedang
41-55	Rendah
0-40	Sangat Rendah

Arikunto (2010:208) menyatakan, rumusan yang digunakan untuk mengukur persentase dari jawaban yang di dapat dari kuisisioner, jika benar nilai 1 dan jika salah nilai 0, yaitu:

$$persentase = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100$$

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data hasil penelitian tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta, yang diungkapkan dengan tes pilihan ganda yang berjumlah 25 butir. Setelah data hasil penelitian terkumpul didapatkan *skor minimum* = 24; *skor maximum* = 64; *mean* = 41,23; *median* = 40,00; *mode* = 40; dan *standard deviasi* = 10,041. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta

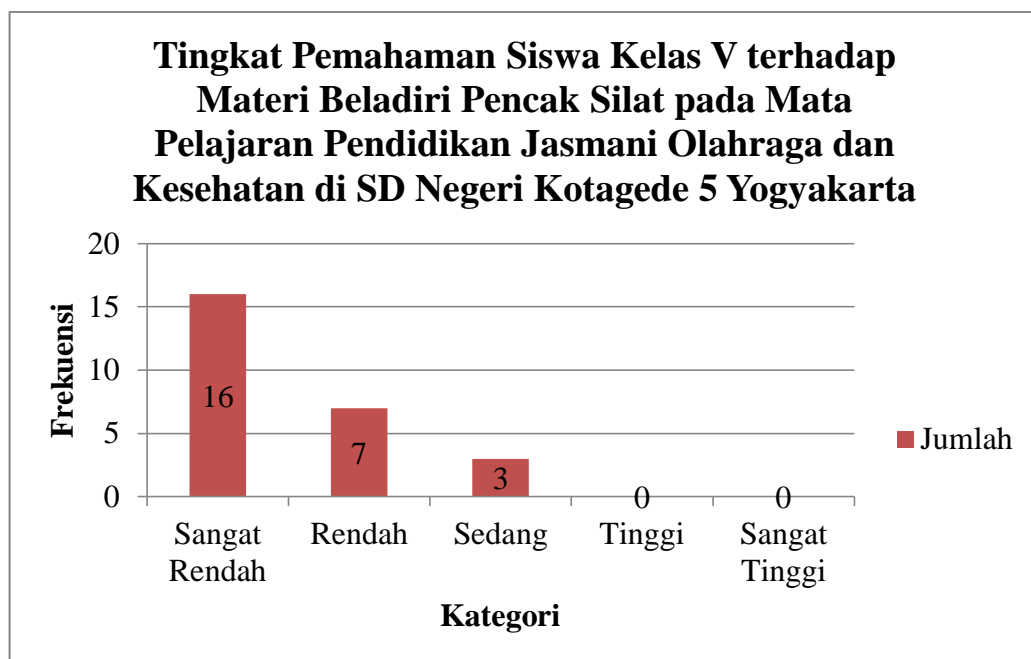
Statistik		
<i>N</i>	<i>Valid</i>	26
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		41,23
<i>Median</i>		40,00
<i>Mode</i>		40
<i>Std. Deviation</i>		10,041
<i>Minimum</i>		24
<i>Maximum</i>		64

Berdasarkan distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 7. Distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	76-100	Sangat Tinggi	0	0%
2.	66-75	Tinggi	0	0%
3.	56-65	Sedang	3	11,50%
4.	41-55	Rendah	7	27,00%
5.	0-40	Sangat Rendah	16	61,50%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 37. Diagram Batang distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diketahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 61,50% (16 siswa), “rendah” sebesar 27% (7 siswa), “sedang” 11,50% (3 siswa), “tinggi” sebesar 0% (0 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta masuk dalam kategori “sangat rendah”.

Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dalam penelitian ini didasarkan pada faktor pengertian beladiri pencak silat, pengertian variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat, peraturan dan penilaian beladiri pencak silat, dan fasilitas, sarana prasarana beladiri pencak silat. Hasil penelitian masing-masing faktor tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat didapat *skor minimum* = 0; *skor maximum* = 75; *mean* = 47,12; *median* = 50,00; *mode* = 25; dan *standard deviasi* = 22,723. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat

Statistik		
N	Valid	26
	Missing	0
Mean		47,12
Median		50,00
Mode		25
Std. Deviation		22,723
Minimum		0
Maximum		75

Berdasarkan distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

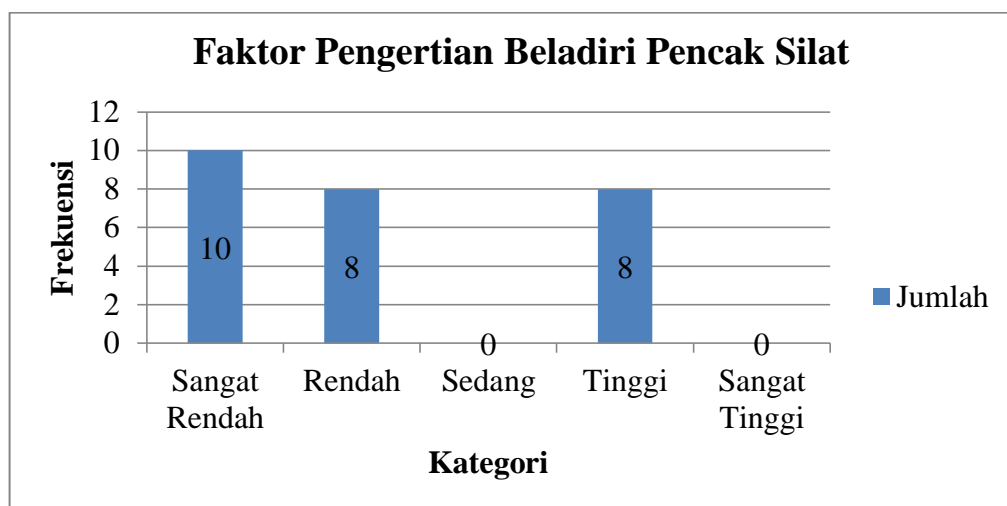
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	76-100	Sangat Tinggi	0	0%
2.	66-75	Tinggi	8	30,80%
3.	56-65	Sedang	0	0%
4.	41-55	Rendah	8	30,80%
5.	0-40	Sangat Rendah	10	38,40%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 38,40% (10 siswa), “rendah” sebesar 30,80% (8 siswa), “sedang” 0% (0 siswa), “tinggi” sebesar 30,80% (8 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5

Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat masuk dalam kategori “sangat rendah”.

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 38. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Pengertian Beladiri Pencak Silat

2. Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat didapat *skor minimum* = 11; *skor maximum* = 67; *mean* = 39,74; *median* = 33,33; *mode* = 33; dan *standard deviasi* = 13,023. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Variasi Dasar dalam Pencak Silat

Statistik		
N	Valid	26
	Missing	0
Mean		39,74
Median		33,33
Mode		33
Std. Deviation		13,023
Minimum		11
Maximum		67

Berdasarkan distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

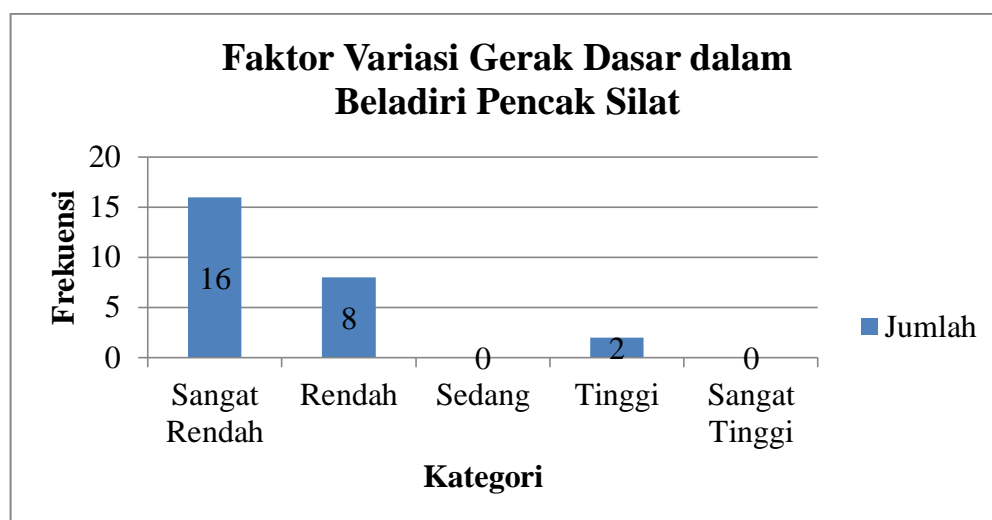
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Faktor Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	76-100	Sangat Tinggi	0	0%
2.	66-75	Tinggi	2	7,70%
3.	56-65	Sedang	0	0%
4.	41-55	Rendah	8	30,80%
5.	0-40	Sangat Rendah	16	61,50%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 61,50% (16 siswa), “rendah” sebesar 30,80% (8 siswa), “sedang” 0% (0 siswa), “tinggi” sebesar 7,70% (2 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa

tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat masuk dalam kategori “sangat rendah”.

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 39. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat

3. Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat didapat *skor minimum* = 11; *skor*

maximum = 67; *mean* = 41,03; *median* = 44,44; *mode* = 22^a; dan *standard deviasi* = 16,8562. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat

Statistik		
<i>N</i>	<i>Valid</i>	26
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		41,03
<i>Median</i>		44,44
<i>Mode</i>		22 ^a
<i>Std. Deviation</i>		16,856
<i>Minimum</i>		11
<i>Maximum</i>		67
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown		

Berdasarkan distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

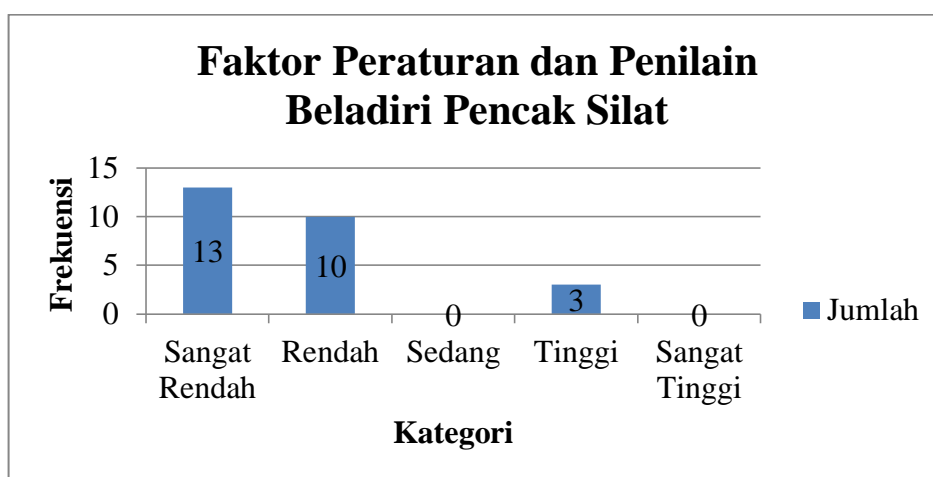
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	76-100	Sangat Tinggi	0	0%
2.	66-75	Tinggi	3	11,50%
3.	56-65	Sedang	0	0%
4.	41-55	Rendah	10	38,50%
5.	0-40	Sangat Rendah	13	50%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat berada pada kategori “sangat rendah”

sebesar 50% (13 siswa), “rendah” sebesar 38,50% (10 siswa), “sedang” 0% (0 siswa), “tinggi” sebesar 11,50% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat masuk dalam kategori “sangat rendah”.

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 40. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat

4. Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat didapat *skor minimum* = 0; *skor maximum* = 100; *mean* = 39.74; *median* = 33,33; *mode* = 33; dan *standard deviasi* = 24,979. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14. Deskriptif Statistik Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat

Statistik		
<i>N</i>	<i>Valid</i>	26
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		39,74
<i>Median</i>		33,33
<i>Mode</i>		33
<i>Std. Deviation</i>		24,979
<i>Minimum</i>		0
<i>Maximum</i>		100

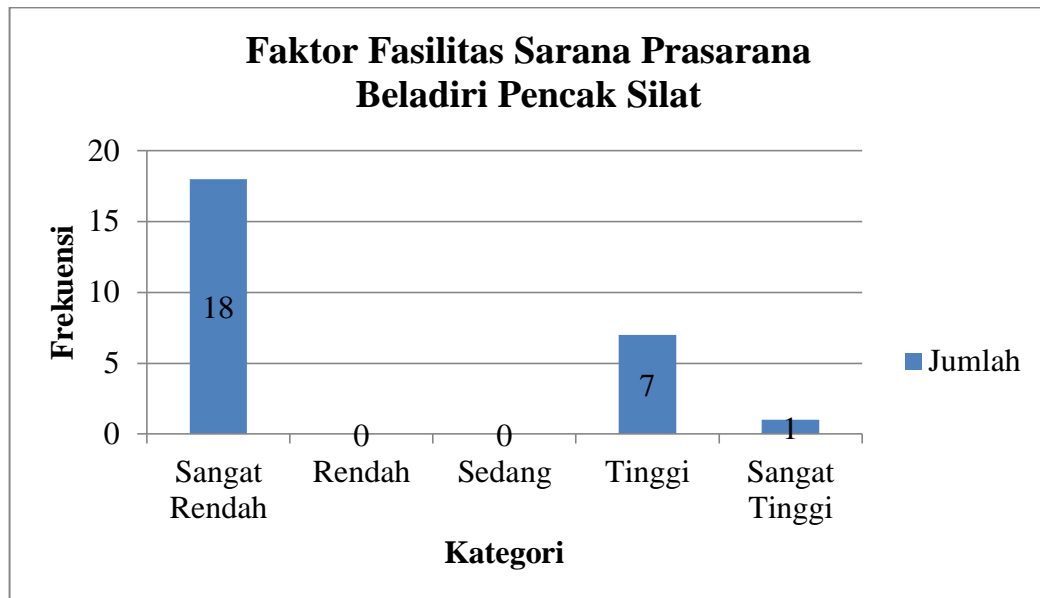
Berdasarkan distribusi frekuensi, data tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	76-100	Sangat Tinggi	1	3,80%
2.	66-75	Tinggi	7	26,90%
3.	56-65	Sedang	0	0%
4.	41-55	Rendah	0	0%
5.	0-40	Sangat Rendah	18	69,30%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 69,30% (18 siswa), “rendah” sebesar 0% (0 siswa), “sedang” 0% (0 siswa), “tinggi” sebesar 26,90% (7 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 3,80% (1 siswa). Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat masuk dalam kategori “sangat rendah”.

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 41. Diagram Batang Distribusi Frekuensi Faktor Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang diungkapkan dengan tes pilihan ganda berjumlah 25 butir dan terbagi menjadi 4 faktor, yaitu pengertian beladiri pencak silat, variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat, peraturan dan penilaian beladiri pencak silat, dan sarana prasarana beladiri pencak silat. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan hasil observasi awal yaitu guru PJOK belum sepenuhnya mengetahui dan memahami materi beladiri pencak silat. Suryobroto (2004: 1) menyatakan bahwa dalam pembelajaran PJOK dapat berjalan dengan lancar ditentukan oleh beberapa faktor yaitu: guru, siswa, sarana prasarana, kurikulum, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian.

Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang termasuk dalam “sangat rendah” sebesar 61,50% (16 siswa), “rendah” sebesar 27% (7 siswa), “sedang” 11,50% (3 siswa), “tinggi” sebesar 0% (0 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan uraian di atas tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta bisa dilihat dari beberapa faktor berikut:

1. Pengertian Beladiri Pencak Silat

Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor pengertian beladiri pencak silat dalam kategori “sangat rendah” yakni terdapat 10 siswa dengan presentase 38,40%. Kesalahan paling banyak terdapat pada butir soal nomor 2, yaitu dengan pertanyaan “Alasan dibentuknya IPSI adalah ...” jawaban yang tepat adalah banyaknya perguruan pencak silat yang tersebar di Indonesia (*option B*). Pada butir nomor 2, hanya terdapat 10 siswa dari 26 siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada faktor pengertian beladiri pencak silat, paling banyak menjawab benar terdapat pada butir nomor 4, yaitu dengan pertanyaan “Nilai mental spiritual, beladiri, seni, dan olahraga dalam beladiri pencak silat disebut dengan ...” jawabannya yaitu aspek beladiri pencak silat yaitu terdapat 16 siswa dari 26 siswa yang memahami bahwa aspek beladiri pencak silat yaitu aspek

mental spiritual, beladiri, seni dan olahraga. Menurut PB. IPSI (2012:1) terdapat 4 aspek yang mencakup nilai-nilai luhur sebagai satu kesatuan yang tak terpisahkan dalam pencak silat, yaitu aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga.

2. Variasi Gerak Dasar dalam Beladiri Pencak Silat

Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat dalam kategori “sangat rendah” yakni terdapat 16 siswa dengan presentase 61,50%. Kesalahan paling banyak terdapat pada butir soal nomor 12, yaitu dengan pertanyaan “Dika berlatih pola gerak langkah huruf U. Setelah mengambil posisi kuda-kuda tengah, langkah Dika selanjutnya ...” jawaban yang tepat adalah menarik kaki ke arah kaki kanan (*option B*). Pada butir nomor 12, hanya terdapat 6 siswa dari 26 siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada faktor variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat, paling banyak menjawab benar terdapat pada butir nomor 5, yaitu dengan pertanyaan “1. Tangkisan; 2. Elakan; 3. Patahan; 4. Tendangan; 5. Sikap tegak. Gerak dasar dalam beladiri pencak silat adalah ...” jawabannya yaitu 1, 2, 5. Terdapat 16 siswa dari 26 siswa yang memahami variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat. Nugroho (2001:103) berpendapat bahwa teknik dasar merupakan fundamental dasar, dimana gerakan-gerakan itu masih sederhana dan mudah. Teknik dasar dipandang sebagai unsur penting dari keseluruhan penampilan olahraga disamping kesiapan kondisi fisik, teknik, dan persiapan kondisi psikologis. Teknik dasar beladiri

pencak silat meliputi sikap tegak, sikap hormat, salam pembukaan, kuda-kuda, sikap pasang, teknik serangan, tangkisan, dan hindaran.

3. Peraturan dan Penilaian Beladiri Pencak Silat

Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat dalam kategori “sangat rendah” yakni terdapat 13 siswa dengan presentase 50%. Kesalahan paling banyak terdapat pada butir soal nomor 18, yaitu dengan pertanyaan “Seorang pesilat melakukan tendangan yang perkenaannya adalah punggung kaki dengan arah lintasannya melingkar dari luar ke dalam adalah ...” jawaban yang tepat adalah tendangan samping (*option B*). Pada butir nomor 18, hanya terdapat 8 siswa dari 26 siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada faktor peraturan dan penilaian beladiri pencak silat, paling banyak menjawab benar terdapat pada butir nomor 22, yaitu dengan pertanyaan “Pukulan melingar dilakukan seorang pesilat dengan sasaran ...” jawabannya yaitu perut dan pinggang. Terdapat 16 siswa dari 26 siswa yang memahami variasi gerak dasar dalam beladiri pencak silat. Nugroho (2004:1) mengungkapkan, dengan memahami peraturan pertandingan beladiri pencak silat siswa dalam mengikuti pertandingan beladiri pencak silat dapat berjalan lancar dan tanpa ada hambatan mengenai peraturan pertandingan beladiri pencak silat.

4. Fasilitas Sarana Prasarana Beladiri Pencak Silat

Tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri

Kotagede 5 Yogyakarta berdasarkan faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat dalam kategori “sangat rendah” yakni terdapat 18 siswa dengan presentase 69,30%. Hasil tersebut dikarenakan sebagian besar siswa belum mempunyai kemampuan yang baik dalam memahami faktor fasilitas sarana dan prasarana beladiri pencak silat. Kurangnya pemahaman tersebut dapat dikarenakan siswa merasa kurang tertarik dengan pembelajaran beladiri pencak silat. Disisi lain terdapat 1 siswa yang mempunyai kemampuan pemahaman yang baik dengan presentase 3,80% terhadap faktor fasilitas sarana dan prasarana beladiri pencak silat. Kesalahan paling banyak terdapat pada butir soal nomor 23, yaitu dengan pertanyaan “Pakaian ketika seorang pesilat bertanding adalah berwarna hitam karena ...” jawaban yang tepat adalah sesuai peraturan pertandingan pencak silat (*option B*). Pada butir nomor 23, hanya terdapat 6 siswa dari 26 siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada faktor fasilitas sarana prasarana beladiri pencak silat, paling banyak menjawab benar terdapat pada butir nomor 24, yaitu dengan pertanyaan “Peralatan yang diperlukan oleh seorang atlet pencak silat untuk sebuah pertandingan pencak silat kecuali ...” jawabannya yaitu pelindung kepala dan pelindung badan. Artinya terdapat 13 siswa dari 26 siswa yang memahami sarana prasarana yang dibutuhkan dalam beladiri pencak silat.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil tes, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam penelitian.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran kuesioner penelitian kepada responden tidak dapat terpantau karena sedang terjadi pandemi Covid-

19 yang tidak memungkinkan siswa dikumpulkan untuk menghindari terjadinya kerumunan. Sehingga tidak diketahui jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

3. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi angket.
4. Peneliti belum sepenuhnya memahami tentang apa yang akan diteliti.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta yang dijelaskan dari 26 responden yang termasuk dalam kategori “sangat rendah” sebesar 61,50% (16 siswa), “rendah” sebesar 27% (7 siswa), “sedang” 11,50% (3 siswa), “tinggi” sebesar 0% (0 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa).

B. Implikasi

Setelah diketahui hasil penelitian yang dapat memberikan gambaran tentang tingkat pemahaman siswa kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

C. Saran

1. Bagi siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran beladiri pencak silat.
2. Bagi guru PJOK harus lebih kreatif dan inovatif agar pembelajaran yang diajarkan dapat memicu siswa untuk menyukai pembelajaran, khususnya pada materi beladiri pencak silat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjarwati, R. (2020). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas VIII terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- _____. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Red.ed). Jakarta: PT Bina Aksara.
- Daryanto. (2012). *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdiknas. (2004). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pra Sekolah Dasar dan Menengah Ketentuan Umum*. Jakarta: Depdiknas.
- Desminta. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hadi, Sutrisno. (1991). *Analisis Butir untuk Instrument*. Yogyakarta: Andi offset
- Hadiutomo. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Izzaty, dkk. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Jahja. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Komarudin. (2016). *Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kriswanto, E.S. (2008). Model Pembelajaran dan Prinsip Bermain Pencak Silat untuk Anak Prasekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5 (1), 2008, 52.
- _____. (2015). *Pencak Silat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Lestari, M.K. (2020). Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Mahmud. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mardapi. (2008). *Teknik Penyusunan Instrumen Tes dan Non Tes*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.

- Mardiana, dkk. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas terbuka.
- Mulyasa. (2013). *Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Notosoejitno. (1997). *Khazanah Pencak Silat*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Nugroho, Agung. (2001). *Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- _____. (2004). *Pencak Silat Comparasi, Implementasi dan Manajemen*. Yogyakarta: FIK UNY.
- PB. IPSI. (2012). *Peraturan Pertandingan 2012*. Jakarta: PB. IPSI.
- Permendikbud. (2003). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan*.
- _____. (2018). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 37, Tahun 2018, Tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pelajaran Pada Kurikulum 2013*.
- Rithaudin, Ahmad & Sari, I.P..P. (2019). Analisis Pembelajaran Aspek Kognitif Materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 2019, 33-38.
- Sanjaya. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Saryono & Rithaudin, A. (2011). Mea Analisis Pengaruh Pembelajaran Pendekaan Taktik (TGfU) terhadap Pengembangan Aspek Kognitif Siswa dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8 (2), 2011, 145-146.
- Simamora, B.S. (2019). *Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud.
- Subekti, Nur. (2018). *Model Pembelajaran Pencak Silat untuk Anak Sekolah Dasar*. Surakarta: UMS
- Sudijono, Anas. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- _____. (2011). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudjana. (2011). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan FIK UNY

Suryosubroto, A.S. (2004). *Diktat Mata Kuliah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168

Nomor : 47a/PGSD Penjas/VI/2020
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Suciati Prahastiwi
NIM : 17604221041
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 2 Juni 2020
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

2020 PGSD-PENJAS

Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Observasi dari Fakultas Ilmu Keolahragaan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 536168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/32/UN34.16/DL.16/2020

Lampiran : -

1 Juli 2020

Hal : Permohonan Izin Observasi

Yth. Kepala SDN Kotagede 5 Yogyakarta,
Jln. Kemasan No. 68, Prenggan, Kec. Kotagede, Kota Yogyakarta, DIY

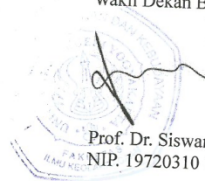
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini, akan melaksanakan observasi di lingkungan instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka untuk melengkapi tugas mata kuliah "Tugas akhir skripsi" atas nama :

Nama : Suciati Prahastiwi
NIM : 17604221041
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pgsd Penjas - S1
Waktu Pelaksanaan Observasi : 2 - 10 Juli 2020
Judul / Keperluan : Observasi untuk penelitian tugas akhir

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.
NIP. 19720310 199903 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 399/UN34.16/PT.01.04/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

6 Oktober 2020


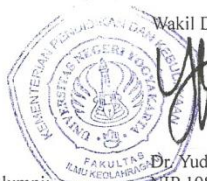
Yth . **Kepala SD Negeri Kotagede 5**
Jl. Kemasan No.68, Prenggan, Kec. Kotagede, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta
55172

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suciati Prahastiwi
NIM : 17604221041
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Permohonan izin pengambilan data untuk penelitian tugas akhir skripsi dengan judul "Tingkat Pemahaman Siswa kelas V terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta"
Waktu Penelitian : 12 - 31 Oktober 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PENGELOLA PAUD
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH TIMUR
SEKOLAH DASAR NEGERI KOTAGEDE 5

Alamat : Jl. Kemas No. 68 Kotagede Yogyakarta 55172 Telp : (0274) 387378
HOT LINE SMS : 08112505244 E MAIL : sdnkotagede5@gmail.com
HOT LINE SMS : 08122780001 HOT LINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id
WEB SITE : www.jogjakota.go.id

SURAT KETERANGAN

No. : 421/ 575

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Parsiwi Sulistyani, S. Pd.
NIP : 19660526 198604 2 001
Gol. Ruang : Pembina/ IV A
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta

Menerangkan bahwa:

Nama : Suciati Prahastiwi
NIM : 17604221041
Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian tugas akhir skripsi di SD Negeri Kotagede 5 Kecamatan Kotagede yang dilaksanakan pada tanggal 12-31 oktober 2020 dengan judul “ Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta”.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 18 November 2020
Kepala Sekolah

Parsiwi Sulistyani, S. Pd.
NIP. 19660526 198604 2 001

Lampiran 5. Data Penelitian

No	Nomor Butir Soal																									Total	SKOR		
	Pengertian beladiri pencak silat				variasi gerak dasar										peraturan dan penilaian										Fasilitas, sarana prasarana				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25				
1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	7	28		
2	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	10	40		
3	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	13	52		
4	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	12	48		
5	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	16	64		
6	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	14	56		
7	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	11	44		
8	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	9	36		
9	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	6	24		
10	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	11	44		
11	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	11	44		
12	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	16	64		
13	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	9	36		
14	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	10	40		
15	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	10	40		
16	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	10	40		
17	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	7	28		
18	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	10	40		
19	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	12	48		
20	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	9	32		
21	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	10	40		
22	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	9	36		
23	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	7	28		
24	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	11	44		
25	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	9	36		
26	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	10	40		

Lampiran 6. Uji Coba Penelitian

NO	Nomor Butir Soal																									TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	10
2	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	9
3	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	8
4	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	21
5	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24
7	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
8	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	23
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	24
11	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	23
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	24
13	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
14	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	20
15	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
16	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
17	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22
18	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	16
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
20	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	22
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23
22	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
23	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	23
24	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	11
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	22
26	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	15
		19	16	21	22	21	19	21	22	21	21	21	24	25	21	24	22	22	22	23	22	20	20	20	20	18
R TABEL	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	
R HTUNG	0,3888	0,4445	0,7524	0,6283	0,7907	0,4398	0,4273	0,3985	0,5038	0,3891	0,5421	0,5809	0,4417	0,6759	0,6658	0,482	0,5238	0,7954	0,7268	0,6492	0,4761	0,4045	0,4582	0,6013	0,4108	
V/T	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	

Lampiran 7. Instrumen Penelitian

A. Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

B. Petunjuk Pengisian

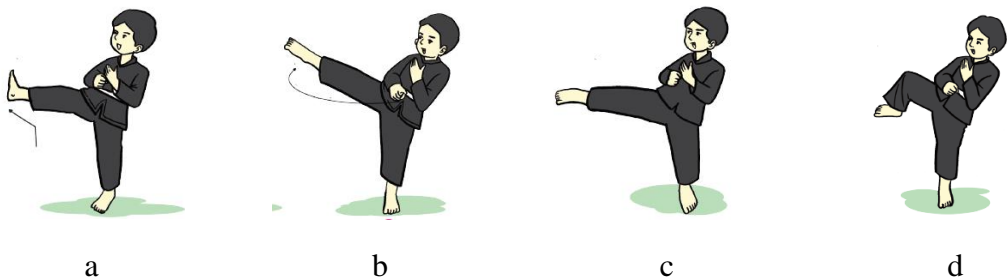
Isilah pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu alternatif jawaban menurut tingkat pemahaman anda.

Jawablah pertanyaan di bawah ini:

1. Berikut ini pengertian pencak silat yang tepat adalah ...
 - a. **Olahraga beladiri yang berasal dari Indonesia dan berakar dari bangsa Melayu**
 - b. Permainan beladiri yang berasal dari Indonesia dan berakar dari bangsa Melayu
 - c. Olahraga beladiri yang berasal dari Melayu dan berakar dari Indonesia
 - d. Permainan beladiri yang berasal dari Melayu dan berakar dari Indonesia
2. Alasan dibentuknya IPSI adalah ...
 - a. Banyaknya negara asing yang mengikuti beladiri pencak silat dengan Indonesia
 - b. **Banyaknya perguruan pencak silat yang tersebar di Indonesia**
 - c. Banyaknya masyarakat yang berminat dengan beladiri pencak silat
 - d. Banyaknya warga negara asing yang berminat dengan beladiri pencak silat
3. Banyaknya keanekaragaman jurus dan perguruan pencak silat di Indonesia diakibatkan oleh ...
 - a. **Pencak silat berkembang sesuai dengan adat istiadat daerah**
 - b. Jurus pencak silat dibuat khusus untuk daerah tersebut
 - c. Banyaknya peminat beladiri pencak silat
 - d. Berkembangnya pemahaman beladiri pencak silat
4. Nilai mental spiritual, beladiri, seni, dan olahraga dalam beladiri pencak silat disebut dengan ...
 - a. Sifat beladiri pencak silat
 - b. Fungsi beladiri pencak silat
 - c. Prinsip beladiri pencak silat
 - d. **Aspek beladiri pencak silat**
5. Perhatikan pernyataan berikut!
 - 1) Tangkisan
 - 2) Elakan
 - 3) Patahan
 - 4) Tendangan
 - 5) Sikap tegak

Gerak dasar dalam beladiri pencak silat adalah ...

- a. 1, 2, 3
 - b. 1, 3, 4
 - c. **1, 2, 5**
 - d. 1, 3, 5
6. Berikut ini pengertian dari teknik pukulan tegak adalah ...
- a. **Teknik pukulan yang sasarannya adalah bahu atau persendian bahu**
 - b. Teknik pukulan yang sasarannya adalah ulu hati dan dada
 - c. Teknik pukulan yang sasarannya adalah perut dan pinggang
 - d. Teknik pukulan yang sasarannya adalah pinggang dan ulu hati
7. Teknik dasar tendangan adalah ...
- a. Salah satu teknik serang yang menggunakan tangan sebagai alat serangnya
 - b. **Salah satu teknik serang yang menggunakan tungkai kaki sebagai alat serangnya**
 - c. Salah satu teknik belaun yang menggunakan tangan sebagai alat belanya
 - d. Salah satu teknik hindaran yang menggunakan kaki
8. Perhatikan gambar berikut ini!



Saat berlatih beladiri pencak silat, seorang anak belajar menendang dengan melecutkan tungkai depan pada perkenaan adalah tumit dan sasarannya adalah seluruh bagian tubuh adalah ...

- a. Gambar a. Tendangan T
 - b. Gambar b. Tendangan lurus
 - c. **Gambar c. Tendangan T**
 - d. Gambar d. Tendangan melingkar
9. Gerak dasar tangkisan dalam beladiri pencak silat merupakan ...
- a. Salah satu teknik serang yang menggunakan tangan sebagai alat serangnya
 - b. Salah satu teknik serang yang menggunakan tungkai kaki sebagai alat serangnya
 - c. Salah satu teknik tendangan yang alat serangnya menggunakan tungkai
 - d. **Usaha pembelaan terhadap serangan dengan mengadakan kontak langsung**
10. Berikut ini fungsi pola langkah kecuali ...
- a. Sebagai dasar tumpuan, pembelaan dan serangan
 - b. Sebagai dasar tumpuan, dan menempatkan posisi
 - c. **Sebagai dasar pembelaan, serangan, dan pembukaan**
 - d. Sebagai dasar menempatkan posisi yang kuat dan menguntungkan











11. Dimas melakukan sikap kuda-kuda tengah. Posisi kaki Dimas yang tepat ialah ...
- Kedua tungkai ditekuk dengan titik tumpu di tengah**
 - Tungkai depan ditekuk dan kaki belakang lurus
 - Tungkai kiri bergerak menyilang ke belakang
 - Tungkai belakang dipakai sebagai tumpuan
12. Dika berlatih pola gerak langkah huruf U. Setelah mengambil posisi kuda-kuda tengah, langkah Dika selanjutnya ...
- Melangkahkan kaki kiri ke depan
 - Menarik kaki ke arah kaki kanan**
 - Menggeser kaki kiri ke arah belakang
 - Menggeser kaki kanan ke titik tangan depan
13. Berikut ini langkah yang dilakukan dalam melakukan sikap tegak 4 adalah ...
- Badan tegak, jari-jari rapat dan tangan menyilang, berat badan di kedua kaki dan dibuka selebar bahu**
 - Badan tegak, tangan mengepal dan kedua tangan menempel di depan dada, berat badan di kedua kaki dan dibuka selebar bahu
 - Badan tegak, tangan mengepal dan berada di pinggang, berat badan di kedua kaki dan dibuka selebar bahu
 - Badan tegak, jari jari rapat dan kedua tangan lurus di samping badan, berat badan di kedua kaki dan dibuka selebar bahu
14. Nilai dua diberikan ketika serangan yang dilakukan seorang pesilat masuk mengenai pelindung badan adalah serangan...
- Elakan
 - Tendangan**
 - Pukulan
 - Bantingan
15. Nilai yang diberikan oleh juri pertandingan pencak silat merupakan tolok ukur untuk menentukan pesilat tersebut ...
- Diskualifikasi pertandingan
 - Kalah pertandingan
 - Memenangkan pertandingan**
 - Undur diri dalam pertandingan
16. Jika seorang pesilat diberikan dua kali pembinaan oleh wasit pertandingan pencak silat maka pesilat tersebut mendapatkan ...
- Teguran**
 - Peringatan
 - Kemenangan
 - Diskualifikasi
17. Ketika bertanding beladiri pencak silat antar kubu akan menempati sudutnya masing-masing, yaitu sudut ..
- Merah dan hijau
 - Merah dan biru**
 - Putih dan kuning
 - Biru dan putih

18. Seorang pesilat melakukan tendangan yang perkenaannya adalah punggung kaki dengan arah lintasannya melingkar dari luar ke dalam adalah ...
- Tendangan melingkar
 - Tendangan samping**
 - Tendangan T
 - Tendangan lurus
19. Adi mengikuti pertandingan pencak silat di sekolah. Salah satu sikap yang dilakukan Adi adalah sikap kuda-kuda depan. Sikap tersebut dilakukan pada saat ...
- Memberi salam
 - Melakukan elakan
 - Melakukan serangan**
 - Mengakhiri pertandingan
20. Pesilat melakukan serangan dengan menggunakan tendangan yang perkenaannya pada ujung kaki dan lawan merasa sakit pada bagian perut. Teknik tendangan tersebut adalah ...
- Tendangan melingkar
 - Tendangan samping
 - Tendangan T
 - Tendangan lurus**
21. Sasaran teknik pukulan lurus dalam pertandingan pencak silat adalah ...
- Bagian dada**
 - Bagian perut
 - Bagian pinggang
 - Bagian pelipis
22. Pukulan melingar dilakukan seorang pesilat dengan sasaran ...
- Pelipis dan dahi
 - Dada dan perut
 - Persendian bahu dan perut
 - Perut dan pinggang**
23. Pakaian ketika seorang pesilat bertanding adalah berwarna hitam karena ...
- Sesuai dengan peraturan menteri
 - Sesuai peraturan pertandingan pencak silat**
 - Sesuai peraturan perundang-undangan
 - Sesuai peraturan pemerintah
24. Peralatan yang diperlukan oleh seorang atlet pencak silat untuk sebuah pertandingan pencak silat kecuali ...
- Pelindung kaki dan pelindung tangan
 - Pelindung badan dan pelindung kemaluan
 - Pelindung kepala dan pelindung badan**
 - Pelindung kaki dan pelindung kemaluan
25. Salah satu fungsi matras dalam pertandingan pencak silat kecuali ...
- Sebagai alas dalam pertandingan pencak silat
 - Menahan benturan dengan lawan yang dihadapi**
 - Menahan benturan ke bawah karena serangan lawan
 - Menopang segala gerakan dan posisi atlet

Lampiran 8. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Suciati Prahastiyi
NIM : 17604221041
Program Studi : PGSD PENJAS
Jurusan : POR
Pembimbing : Ahmad Rithaudin, M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	12/6/20	Konfirmasi bimbingan. - Menit Bab I	
2	24/6/20	Revisi Bab I	
3	17/7/20	Revisi bab I - II (susan kisi-kisi, dan instrumen)	
4	25/8/20	Revisi bab II + Instrumen	
5	2/9/20	Revisi instrumen, ajukan ijin penelitian.	
6	13/11/20	Revisi hasil penelitian.	
7	6/01/21	Revisi hasil penelitian	
8	15/01/21	Revisi Akhir I	
9	18/01/21	Revisi Akhir II	
10	19/01/21	Persetujuan uji coba	

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 9. Dokumentasi



Gambar 42. Kepala Sekolah SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta



Gambar 43. Wali Kelas V SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta