

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK  
SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN DENGAN KURIKULUM 2013  
DI SD NEGERI SE-KECAMATAN BANGUNTAPAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



**Oleh**

**Maylina Kristi Lestari**

**16604221004**

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

**2020**

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK  
SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAHA  
DAN KESEHATAN DENGAN KURIKULUM 2013  
DI SD NEGERI SE-KECAMATAN BANGUNTAPAN**

Oleh:

Maylina Kristi Lestari  
NIM 16604221004

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan instrumen berupa 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 persentase.

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 sangat tidak baik sebesar 6,67%.

Kata kunci: *faktor-faktor pendukung, pembelajaran, beladiri, pencak silat*

**LEVEL OF IMPLEMENTATION PENCAK SILAT MARTIAL ARTS  
LEARNING OF EDUCATION IN JASMANI SPORTS AND HEALTH IN  
2013 CURRICULUM IN ELEMENTARY SCHOOL THROUGHOUT  
BANGUNTAPAN DISTRICTS**

By:

Maylina Kristi Lestari  
NIM 16604221004

**ABSTRACT**

This study aims to determine the level of implementation of martial arts learning in martial arts in elementary schools throughout the Banguntapan District.

This research is quantitative descriptive. The research method used in this study is a survey method with an instrument in the form of a questionnaire. The subjects of this study were physical and health physical education teachers in state elementary schools in Banguntapan sub-district, totaling 30 teachers. The data analysis technique for questionnaire results was calculated and categorized as a percentage.

The results showed that the implementation of martial arts self-defense learning in sports physical and health education subjects in public elementary schools in Banguntapan District can be explained from 30 respondents included in the excellent category by 6.67%, good category by 16.67%, category pretty good at 43.33%, the category of not good at 26.66%, the category of not very good at 6.67%.

Keywords: supporting factors, learning, martial arts, martial arts

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maylina Kristi Lestari

NIM : 16604221004

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan

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 kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang berlaku.

Yogyakarta, 05 Desember 2019

Yang Menyatakan,



Maylina Kristi Lestari

NIM. 16604221004

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK  
SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAHA  
DAN KESEHATAN DENGAN KURIKULUM 2013 DI SD NEGERI  
SE-KECAMATAN BANGUNTAPAN

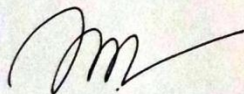
Disusun Oleh:

Maylina Kristi Lestari  
NIM 16604221004

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

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGSD Penjas

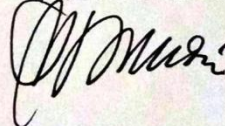


Dr. Subagyo, M.Pd.

NIP. 19561107 198203 1 003

Yogyakarta, 05 Desember 2019

Disetujui, Dosen Pembimbing



Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas. M.Or.

NIP. 19810125 200604 1 001



## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi


### TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAHA DAN KESEHATAN DENGAN KURIKULUM 2013 DI SD NEGERI SE-KECAMATAN BANGUNTAPAN

Disusun Oleh:

Maylina Kristi Lestari  
NIM. 16604221004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 17 Desember 2019

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, S.Pd. Jas. M. Or. Ketua Penguji/Pembimbing		8 - 1 - 2020
Aris Fajar Pambudi, M.Or. Sekertaris Pembimbing		8/1-2020
Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Penguji Utama		6-1-2020

Yogyakarta, 10 Januari 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 196503011990011001

## **HALAMAN MOTTO**

Penting menjadi matahari dimalam hari. Dia membantu bulan bersinar terang  
meski dia tidak terlihat  
(Maylina Kristi Lestari)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan untuk :

1. Orang tua tercinta yakni **Bapak Wartono** dan **Ibu Patmi Lestari Nugroho Wati** yang selalu mendoakan dan telah membesarkan penulis dengan penuh kasih sayang.
2. Kakak tercinta yakni **Triyono** yang sering kali menjadi tempat berkeluh kesah serta selalu memberikan dukungan mental maupun material.
3. Adik tercinta yakni **Irsa Dwi Putri Lestari** yang selalu memberikan semangat agar terus maju dan pantang menyerah.



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur 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 Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan ” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, disampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. 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 secara komperhensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Dr. Subagyo, M.Pd. Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasra Pendidikan Jasmani beserta dosen dan staff yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Para guru PJOK yang telah membantu dalam pengambilan data untuk menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, 05 Desember 2019

Penulis



Maylina Kristi Lestari

NIM. 16604221004

## DAFTAR ISI

## Halaman

<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERTNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Identifikasi Masalah .....</b>	<b>6</b>
<b>C. Batasan Masalah .....</b>	<b>7</b>
<b>D. Rumusan Masalah.....</b>	<b>7</b>
<b>E. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>F. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>8</b>
<b>BAB II .....</b>	<b>9</b>
<b>KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
<b>A. Kajian Teori.....</b>	<b>9</b>
1. Hakikat Pembelajaran.....	9
2. Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran PJOK.....	11
3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	20
4. Pembelajaran Beladiri Pencak Silat di Sekolah Dasar .....	23

5. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar .....	66
B. Penelitian yang Relevan.....	68
C. Kerangka Berfikir .....	69
<b>BAB III.....</b>	<b>71</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>71</b>
A. Desain Penelitian .....	71
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	71
C. Subjek Penelitian.....	72
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	74
E. Teknik Analisis Data .....	78
<b>BAB IV .....</b>	<b>80</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>80</b>
A. Deskripsi Tempat, Waktu, dan Sampel Penelitian .....	80
B. Hasil Penelitian.....	80
C. Pembahasan .....	92
<b>BAB V.....</b>	<b>98</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>98</b>
A. Kesimpulan .....	98
B. Implikasi .....	98
C. Saran .....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>99</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>102</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.....	72
Tabel 2. Skor Alternatif Jawaban Pernyataan .....	75
Tabel 3. Kisi-kisi penelitian .....	77
Tabel 4. Tabel Pengkategorian.....	79
Tabel 5. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan .....	81
Tabel 6. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Kurikulum .....	83
Tabel 7. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Guru.....	85
Tabel 8. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Materi Pembelajaran.....	87
Tabel 9. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Sumber Belajar .....	89
Tabel 10. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Siswa/Peserta Didik.....	91



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Sikap Tegak 1 .....	29
Gambar 2. Sikap Tegak 2 .....	30
Gambar 3. Sikap Tegak 3 .....	30
Gambar 4. Sikap Tegak 4 .....	31
Gambar 5. Sikap Hormat .....	32
Gambar 6. Salam Pembukaan .....	32
Gambar 7. Kuda-Kuda Depan .....	33
Gambar 8. Kuda-Kuda Belakang .....	34
Gambar 9. Kuda-Kuda Tengah .....	34
Gambar 10. Kuda-Kuda Samping .....	35
Gambar 11. Sikap Pasang 1 .....	36
Gambar 12. Sikap Pasang 2 .....	36
Gambar 13. Sikap Pasang 3 .....	37
Gambar 14. Sikap Pasang 4 .....	37
Gambar 15. Sikap Pasang 5 .....	38
Gambar 16. Sikap Pasang 6 .....	38
Gambar 17. Sikap Pasang 7 .....	39
Gambar 18. Sikap Pasang 8 .....	39
Gambar 19. Pukulan Depan .....	40
Gambar 20. Pukulan Lingkar .....	41
Gambar 21. Pukulan Samping .....	42
Gambar 22. Pukulan Totok/Ruas .....	42
Gambar 23. Pukulan Kepret .....	43
Gambar 24. Pukulan Sanggah .....	44
Gambar 25. Pukulan Dobrak .....	44
Gambar 26. Pukulan Sangkol .....	45
Gambar 27. Tendangan Lurus .....	46
Gambar 28. Tendangan Sabit .....	47
Gambar 29. Tendangan T .....	48

Gambar 30. Tendangan Jejak .....	49
Gambar 31. Tendangan Gejig .....	49
Gambar 32. Tendangan Celorong .....	50
Gambar 33. Tendangan Hentak Bawah .....	51
Gambar 34. Tendangan Belakang .....	52
Gambar 35. Sapuan .....	52
Gambar 36. Dengkulan Samping .....	53
Gambar 37. Dengkulan Depan .....	54
Gambar 38. Tangkisan Kelit .....	55
Gambar 39. Tangkisan Gedig .....	55
Gambar 40. Tangkisan Siku .....	56
Gambar 41. Tangkisan Kepruk .....	56
Gambar 42. Tangkisan Kepal.....	57
Gambar 43. Tangkisan Galang.....	57
Gambar 44. Tangkisan Jepit.....	58
Gambar 45. Tangkisan Tepis .....	58
Gambar 46. Tangkisan Kibas .....	59
Gambar 47. Tangkisan Bendungan .....	59
Gambar 48. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.....	82
Gambar 49. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Kurikulum .....	84
Gambar 50. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Guru .....	86
Gambar 51. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di	

SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Materi Pembelajaran.....	88
Gambar 52. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Sumber Belajar .....	90
Gambar 53. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Siswa/Peserta Didik .....	92

## DAFTAR LAMPIRAN

### Halaman

Lampiran 1. Daftar Satuan Pendidikan Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Banguntapan .....	103
Lampiran 2. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi .....	104
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	105
Lampiran 4. Angket Penelitian .....	106
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian .....	110
Lampiran 6. Data Penelitian.....	111
Lampiran 7. Olah Data .....	115
Lampiran 8. Kartu Bimbingan .....	117
Lampiran 9. Dokumentasi .....	118

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang merupakan wadah tempat proses pendidikan dilakukan. Proses pendidikan dilakukan seumur hidup dan dilaksanakan di dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah berkewajiban mengembangkan potensi siswa secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang. Pengembangan aspek kognitif meliputi kemampuan berpikir secara logis terdiri dari pengetahuan, pemahaman, aplikasi, sintesis, dan evaluasi. Pengembangan aspek afektif meliputi etika, sikap, minat, dan disiplin. Pengembangan aspek psikomotor berkaitan dengan keterampilan gerak (Bloom dalam Hernawan, 2008: 23).

Untuk mencapai tujuan dan sasaran pendidikan yang diinginkan maka dibuatlah kurikulum. Menurut Suherman, dkk (2018: 6), kurikulum dikonsepsikan sebagai proses sosial, politik, dan relasional yang terkonstruksi secara sosial, konstruksinya dikenal sebagai proses yang sedang berlangsung secara dinamis. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Dengan kurikulum yang tepat dan sesuai, maka diharapkan tujuan pendidikan akan tercapai secara maksimal. Kurikulum selalu mengalami perubahan, hal ini harus dipahami dan disikapi dengan baik oleh berbagai pihak.



Kurikulum yang berlaku di dunia pendidikan sekarang ini adalah kurikulum 2013. Kurikulum 2013 diluncurkan secara resmi pada tanggal 15 Juli 2013 (Kurniasih & Sani, 2014: 45). Kurikulum, 2013 lebih ditekankan pada pendidikan karakter, terutama pada tingkat dasar, yang akan menjadi pondasi pada tingkat selanjutnya (Mulyasa, 2013: 7). Kurikulum tidak hanya berisi serangkaian petunjuk teknis materi pembelajaran. Lebih dari itu, kurikulum merupakan sebuah program terencana dan menyeluruh, yang menggambarkan kualitas pendidikan sebuah bangsa. Dengan sendirinya kurikulum memegang peran strategis dalam kemajuan bangsa tersebut (Kurniasih, 2014: 26). Maka sebab itu kurikulum wajib diterapkan dalam suatu pembelajaran sesuai dengan silabus yang telah dibuat oleh kementerian pendidikan RI. Salah satu mata pelajaran yang diajarkan disemua jenjang sekolah yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) yang merupakan salah satu cara untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

PJOK adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Suryobroto, 2005: 9). PJOK memiliki materi yang banyak di dalamnya mulai dari olahraga berkelompok sampai perorangan atau individu. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain : guru, siswa, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian (Suryobroto, 2004: 1). Guru merupakan sosok pendidik yang bertanggungjawab atas siswanya. Sebagai guru harus memiliki kompetensi yang meliputi kompetensi pedagogik, kepribadian,

sosial, dan profesional. Dalam kurikulum 2013 PJOK sekolah dasar, salah satu kompetensi dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik adalah beladiri. Hal ini dapat dilihat dalam Permendikbud No.24 Tahun 2016 yang berbunyi “Mempraktikan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri”.

Pencak silat merupakan sistem beladiri yang mempunyai empat nilai sebagai satu kesatuan, yakni nilai etis, teknik, estetis dan atletis. Nilai-nilai tersebut merupakan corak khas dan keistimewaan pencak silat yang merupakan salah satu budaya asli Bangsa Indonesia dan sudah diterima oleh masyarakat Mancanegara. Perkembangan pencak silat yang berakar dari budaya Bangsa Indonesia perlu dikenalkan, dipelajari dan dilestarikan oleh segenap lapisan masyarakat. Salah satu bentuk melestarikan budaya pencak silat adalah melalui pembelajaran pencak silat di sekolah dan di luar sekolah. Pencak silat memiliki gerakan yang lembut, penuh dengan unsur keindahan namun mematikan. Pencak silat di Indonesia dapat berkembang melalui berbagai macam perguruan dan instansi-instansi yang ada salah satunya instansi sekolah. Guru PJOK memiliki peran yang sangat penting dalam melestarikan beladiri pencak silat melalui pembelajaran yang sudah ada di sekolah.

Keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti : siswa, materi, guru, sarana dan prasarana. Siswa dapat menjadi faktor pendukung dalam pembelajaran beladiri pencak silat. Antusias dan minat siswa yang tinggi terhadap materi beladiri pencak silat memudahkan siswa tersebut dalam menerima materi yang diajarkan oleh guru. Guru dalam

menyampaikan materi akan lebih mudah dan semangat bila siswa yang diberikan materi dapat memahami materi tersebut dengan baik.

Faktor selanjutnya yang dapat mempengaruhi keterlaksanaan pembelajaran adalah faktor materi yang ada dalam beladiri pencak silat. Materi yang ada pada beladiri pencak silat meliputi : (1) kuda-kuda; (2) sikap pasang; (3) pola langkah; (4) teknik belaan (tangkisan dan hindaran); (5) teknik serangan (pukulan, sikutan, dan tendangan); (6) teknik bantingan atau jatuhan. Materi beladiri ini tidak terlalu sulit dikarenakan materi ini merupakan teknik dasar yang ada di beladiri pencak silat. Guru diharapkan dapat memahami dan menguasai materi tersebut sebelum diberikan kepada siswa. Ketika guru memahami dan menguasai materi tentang beladiri pencak silat, maka proses pembelajaran akan berjalan dengan baik. Pembelajaran akan mencapai tujuan yang diharapkan. Untuk memaksimalkan kegiatan pembelajaran, guru dapat memanfaatkan berbagai media untuk mendukung proses belajar mengajar. Media tersebut dapat berupa gambar, video ataupun buku-buku yang praktis dan mudah dipelajari.

Pembelajaran beladiri pencak silat sebenarnya tidak menggunakan sarana dan prasarana yang banyak, mengingat materi yang diajarkan hanya teknik-teknik dasar yang ada dalam beladiri pencak silat. Sarana dan prasarana yang digunakan dan dibutuhkan cukup dengan lapangan ataupun ruangan yang dapat menampung siswa untuk melakukan gerakan-gerakan pencak silat. Pembelajaran beladiri pencak silat yang ada di sekolah dasar tidak menggunakan peralatan seperti samsak, matras, body protector, pelindung tulang kaki, pelindung kemaluan seperti dalam pelatihan beladiri.

Pada kenyataannya keterlaksanaan pembelajaran beladiri di sekolah dasar 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 sekolah dasar tidak menguasai dan memahami materi beladiri pencak silat. Hal ini serupa dengan hasil penelitian oleh Febri Nugroho (2018) yang berjudul “Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Smp Se-Kecamatan Bantul”. Hasil dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa sebagian guru belum menguasai materi beladiri pencak silat, guru mempunyai pemikiran bahwa guru tidak harus mempunyai keterampilan beladiri pencak silat untuk menyampaikan materi beladiri pencak silat, padahal seharusnya guru setidaknya mampu memberikan contoh walaupun hanya teknik dasar.

Kurangnya penguasaan materi, kurangnya sarana dan prasarana seperti aula ataupun lapangan, kesulitan dalam mencontohkan gerakan dalam pencak silat merupakan suatu kendala yang dialami guru PJOK sekolah dasar pada saat pembelajaran berlangsung. Disinilah kreatifitas guru PJOK sekolah dasar sangat dibutuhkan. Meskipun terbatasnya sarana dan prasarana, guru PJOK sekolah dasar dapat memanfaatkan lingkungan sekitar sekolah untuk melakukan proses pembelajaran. Ketika guru kurang menguasai materi beladiri pencak silat, guru dapat memberikan video ataupun gambar kepada siswa. Sehingga guru tetap dapat menyampaikan materi dengan baik kepada siswa.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di sejumlah SD Negeri di Kecamatan Banguntapan yang sudah menerapkan kurikulum 2013 diketahui bahwa SD tersebut sudah menerapkan kurikulum 2013, namun ditemukan bahwa sebagian guru PJOK belum menyampaikan materi beladiri pencak silat. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya guru PJOK belum menguasai materi beladiri pencak silat. Selain itu diketahui alasan tidak diajarkannya materi tersebut karena bukan merupakan bidang keahlian mereka. Faktor umur juga mempengaruhi guru ketika akan memberikan contoh suatu gerakan dalam pencak silat. Keterbatasan tempat untuk melakukan gerakan pencak silat juga merupakan faktor penghambat, karena tidak semua sekolah dasar memiliki lapangan ataupun area yang luas.

Dari beberapa faktor diatas maka dapat diketahui bahwa pembelajaran beladiri pencak silat belum sepenuhnya terlaksana dengan baik. Berdasarkan latar belakang masalah di atas dan didukung dengan hasil observasi yang ada, peneliti tertarik untuk meneliti tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas terdapat beberapa permasalahan yang berkaitan dengan keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan, antara lain :



1. Sebagian guru PJOK SD Negeri di Kecamatan Banguntapan belum menyampaikan materi beladiri pencak silat dalam proses pembelajaran di sekolah.
2. Ada guru yang kurang menguasai materi beladiri pencak silat sehingga tidak mengajarkan materi beladiri pencak silat.
3. Kurangnya pengetahuan guru dalam menguasai materi pembelajaran beladiri pencak silat.
4. Belum diketahuinya tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

### **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah sangat diperlukan dalam penelitian, disebabkan adanya pertimbangan keterbatasan waktu, biaya, sumber, tenaga dan lain sebagainya. Sehingga peneliti membatasi penelitian pada permasalahan yaitu belum diketahuinya tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka dapat dirumuskan suatu masalah. Adapun rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah, “Seberapa baik tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

#### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi guru PJOK sekolah dasar maupun instansi-instansi tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Pembelajaran**

Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran (Hamalik, 2017: 57). Dalam pembelajaran terdiri dari siswa, guru dan tenaga lainnya, misalnya tenaga laboratorium. Material dalam pembelajaran yang dimaksud adalah buku-buku, papan tulis, kapur, slide dan film. Fasilitas atau perlengkapan terdiri dari ruang kelas, komputer, perlengkapan audio visual. Prosedur meliputi jadwal dan metode penyampaian informasi, praktik, belajar, ujian. Sistem pembelajaran tidak hanya dapat dilaksanakan di dalam ruang kelas saja, sistem pembelajaran dapat dilaksanakan dengan cara membaca buku di perpustakaan, mengamati lingkungan di sekitarnya.

Pembelajaran berdasarkan penjelasan Suyono & Hariyanto (2014: 9) mencakup dua hal yaitu belajar dan mengajar. Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap dan mengokohkan kepribadian. Terdapat tiga unsur pokok dalam belajar, yaitu : (1) proses, (2) perubahan tingkah laku, (3) pengalaman. Menurut Ernest R Hilgard dalam (Suryabrata, 1984: 252), belajar merupakan proses perbuatan yang dilakukan dengan sengaja, yang kemudian menimbulkan perubahan, yang keadaannya berbeda dari perubahan yang ditimbulkan oleh lainnya. Sifat perubahannya relatif permanen, tidak akan

kembali kepada semula. Tidak bisa diterapkan pada perubahan akibat situasi sesaat, seperti perubahan akibat kelelahan, sakit dan mabuk. Melalui proses belajar tersebut terjadi perubahan perkembangan, kemajuan baik dalam aspek fisik-motorik, intelek, sosial-emosi maupun sikap dan nilai.

Menurut Nasution (1982: 8), mengajar merupakan segenap aktivitas kompleks yang dilakukan guru dalam mengorganisasikan atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak sehingga terjadi proses belajar. Pengertian mengajar seperti ini memberikan petunjuk bahwa fungsi pokok dalam mengajar yaitu menyediakan kondisi yang kondusif, siswa dapat berperan aktif dalam upaya memecahkan suatu permasalahan. Pandangan pengertian mengajar yang dikemukakan oleh Nasution tersebut juga dibenarkan oleh Murwani. Murwani (2006: 62), mengemukakan bahwa dalam melakukan kegiatan mengajar guru harus memberi kesempatan seluas-luasnya bagi siswa untuk belajar, dan memfasilitasinya agar siswa dapat mengaktualisasikan dirinya untuk belajar. Dalam hal ini, yang belajar adalah siswa itu sendiri dengan kegiatannya sendiri. Peran guru dalam hal ini adalah sebagai fasilitator yang membimbing siswa untuk belajar.

Menurut Susanto, (2013: 86-89), supaya tercipta suasana yang kondusif dan menyenangkan dalam pembelajaran di sekolah dasar, ada sepuluh prinsip diperlukan. Sepuluh prinsip yang dapat menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dan menyenangkan yaitu prinsip motivasi, prinsip latar belakang, prinsip pemusatan perhatian, prinsip keterpaduan, prinsip pemecahan masalah, prinsip menemukan, prinsip belajar sambil bekerja, prinsip belajar sambil bermain,

prinsip perbedaan individu, prinsip hubungan sosial. Hasil belajar optimal harus dapat dicapai oleh siswa, karena untuk saat ini hasil belajar dijadikan patokan keberhasilan siswa serta dijadikan tolok ukur tercapai tidaknya tujuan pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar. Dengan melihat hasil belajar, maka bisa diukur ketercapaian Standar Kompetensi (SK), Kompetensi Dasar (KD), serta bisa dijadikan patokan untuk menentukan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara pendidik dan peserta didik untuk memperoleh ilmu dan keterampilan sehingga menuju ke arah yang lebih baik. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran, dan tabiat, serta pembentukan sikap dan keyakinan pada peserta didik.

## **2. Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran PJOK**

Keterlaksanaan berasal dari kata dasar laksana. Keterlaksanaan mengarah kepada proses, bukan merupakan hasil. Menurut Nasution (2000) yang dikutip oleh Sugihartono (2007: 08), pembelajaran sebagai suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak didik sehingga terjadi proses belajar, lingkungan dalam pengertian ini tidak hanya ruang belajar, tetapi juga meliputi guru, alat peraga, perpustakaan, laboratorium, dan sebagainya yang relevan dengan kegiatan siswa.

Dalam upaya melaksanakan tugas kegiatan belajar mengajar tidak lepas dari berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi. Menurut Sugihartono, dkk

(2007: 156-157) faktor-faktor yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran meliputi:

1. Guru sebagai pembina siswa belajar
2. Prasarana dan sarana pembelajaran
3. Kebijakan penilaian
4. Lingkungan sekolah siswa di sekolah
5. Kurikulum sekolah

Lebih lanjut Muslich (2014: 40) menyatakan bahwa faktor-faktor yang menentukan keberhasilan suatu proses pembelajaran antara lain : kurikulum yang digunakan sebagai acuan dasarnya, program pengajaran yang dijalankan, guru, materi pembelajaran, strategi pembelajaran yang dipilih, ketersediaan sumber belajar dan teknik atau penilaian. Sedangkan menurut Suryobroto (2004: 1) secara khusus menyatakan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian.

Dari pendapat para ahli di atas, peneliti mengambil beberapa bagian yang akan digunakan sebagai acuan dalam penelitian ini. Berdasarkan faktor-faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran di atas, peneliti menyimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain yaitu: a) kurikulum, b) guru pendidikan jasmani, c) materi pembelajaran, d) sumber belajar, e) siswa atau peserta didik,

dari semua faktor tersebut saling berkaitan untuk terlaksananya pembelajaran dengan baik dan optimal. Berikut adalah penjabaran tentang faktor-faktor tersebut.

a. Kurikulum

Kurikulum berdasarkan pendapat Suherman (2004:7), merupakan suatu pedoman atau cetak biru pengalaman (materi) belajar yang memungkinkan siswa dapat mencapai tujuan yang ditetapkan. Kurikulum merupakan acuan rencana dalam rangka mencapai tujuan pendidikan, dan untuk mencapainya tentu rencana tersebut harus dilaksanakan. Dengan demikian, peran seorang guru sangat vital, karena guru adalah yang menyampaikan materi dalam pembelajaran di sekolah, tentunya seorang guru idealnya menyampaikan materi ajar berdasarkan kurikulum yang berlaku. Amirullah (2011:42) mengungkapkan bahwa Kualitas dari pendidikan jasmani sebenarnya terletak pada totalitas kurikulum untuk dapat mencakup tujuan umum dari pendidikan jasmani di sekolah.

Kurikulum yang berlaku di Indonesia saat ini adalah kurikulum 2013 (K13). Kurikulum ini adalah pengganti kurikulum KTSP. Kurikulum 2013 memiliki tiga aspek penilaian, yaitu aspek pengetahuan, aspek keterampilan, dan aspek sikap dan perilaku. Di dalam kurikulum 2013, terutama di dalam materi pembelajaran terdapat materi yang dirampingkan dan materi yang ditambahkan. K13 memiliki alokasi waktu 3 jam per minggu yang sangat membantu guru PJOK untuk dapat mengajar semua kompetensi dasar yang ada di dalam kurikulum baik itu materi wajib atau materi yang tidak harus diajarkan.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kurikulum bisa dikatakan sebagai landasan atau dasar yang berisi rancangan ide dalam dunia

pendidikan yang diciptakan untuk mencapai tujuan pendidikan itu sendiri. Kurikulum 2013 (K13) sangat membantu guru PJOK dalam mengajarkan semua kompetensi dasar dan memberikan materi-materi yang wajib maupun yang tidak.

b. Guru

Seorang guru harus memiliki tingkat kompetensi yang tinggi untuk menciptakan generasi penerus yang bagus. Menurut UU No. 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen, ada 4 kompetensi dasar yang harus dimiliki oleh seorang guru profesional. Empat kompetensi dasar yang dimaksud adalah kompetensi pedagogik, profesional, kepribadian, dan kompetensi sosial. Guru yang berkualitas berpengaruh besar terhadap efektivitas pembelajaran dan pada gilirannya mempengaruhi prestasi anak (Maksum, 2009:2). Seorang guru PJOK dituntut untuk dapat berperan sesuai bidangnya, hal tersebut akan menentukan pencapaian tujuan pembelajaran sesuai dengan kurikulum. Guru profesional akan memperhatikan dan melaksanakan tugas tugasnya dengan baik. Tugas guru berdasarkan (Barnawi & Arifin, 2014: 15-25) dalam (Ditjen PMPTK,2008: 4-7) meliputi :

1) Merencanakan Pembelajaran

Guru wajib membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) pada awal tahun atau awal semester, sesuai dengan rencana kerja sekolah. Kegiatan penyusunan RPP ini diperkirakan berlangsung selama 2 (dua) minggu atau 12 hari kerja. Kegiatan ini dapat diperhitungkan sebagai kegiatan tatap muka. Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) adalah rencana yang menggambarkan prosedur



dan pengorganisasian pembelajaran untuk mencapai satu kompetensi dasar yang ditetapkan dalam Standar Isi dan telah dijabarkan dalam silabus.

2) Melaksanakan Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran adalah kegiatan dimana terjadi interaksi edukatif antara peserta didik dengan guru, kegiatan ini adalah kegiatan tatap muka yang sebenarnya. Pelaksanaan pembelajaran merupakan implementasi dari RPP. Pelaksanaan pembelajaran meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup (Majid, 2013: 43-45).

3) Menilai Hasil Pembelajaran

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes dan nontes. Penilaian nontes dapat dibagi menjadi pengamatan dan pengukuran sikap serta penilaian hasil karya dalam bentuk tugas, proyek fisik, atau produk jasa.

4) Membimbing dan Melatih Peserta Didik

Membimbing dan melatih peserta didik dibedakan menjadi tiga yaitu membimbing atau melatih peserta didik dalam pembelajaran, intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Bimbingan dan latihan pada kegiatan pembelajaran adalah bimbingan dan latihan yang dilakukan menyatu dengan proses pembelajaran atau tatap muka di kelas.

5) Melaksanakan Tugas Tambahan

Tugas-tugas tambahan guru dapat dikelompokkan menjadi 2 (dua) kategori yaitu tugas struktural, dan tugas khusus. Tugas structural adalah tugas tambahan berdasarkan jabatan dalam struktural organisasi sekolah. Sementara tugas khusus

adalah tugas tambahan yang dilakukan untuk menangani masalah khusus yang mengatur organisasi sekolah.

Dari beberapa pernyataan di atas adalah guru merupakan seseorang yang memiliki keahlian untuk memberikan pembelajaran. Tugas guru di sekolah meliputi merencanakan pembelajaran, melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran. Selain itu guru harus memiliki kompetensi, kompetensi guru adalah kemampuan yang dimiliki seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang diterapkan dalam proses belajar mengajar. Husien (2017: 33) berpendapat bahwa tingkat kualitas kompetensi profesi seseorang itu tergantung pada tingkat penguasaan kompetensi kinerja sebagai ujung tombak serta tingkat kemantapan penguasaan kompetensi kepribadian sebagai landasan dasarnya, maka implikasinya ialah bahwa dalam upaya pengembangan profesi dan perilaku guru sebagai aspek kinerja dan kepribadian. Untuk mendeteksi sejauh mana seorang guru telah memiliki sesuatu kompetensi maka diperlukan indikator dalam melakukan tugasnya.

Guru yang profesional adalah guru yang memiliki seperangkat kompetensi yang harus dimiliki, dihayati, dan dikuasai oleh guru dalam melaksanakan tugasnya. Kompetensi yang harus dimiliki seorang guru berdasarkan Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab IV Pasal 10 ayat 91 yang menyatakan bahwa kompetensi guru meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Keempat kompetensi tersebut dijelaskan oleh (Suprihatiningrum, 2014: 101-118) sebagai berikut :

- a) Kompetensi pedagogik merupakan kemampuan yang berkaitan dengan pemahaman siswa dan pengelola pembelajaran yang mendidik dan dialogis. Secara substansi, kompetensi ini mencakup pemahaman terhadap siswa, perancangan dan pelaksanaan pembelajaran, evaluasi hasil belajar, dan pengembangan siswa untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimiliki.
- b) Kompetensi kepribadian merupakan kemampuan personal yang mencerminkan kepribadian yang mantab, stabil, dewasa, arif, dan berwibawa, menjadi teladan bagi siswa, dan berakhlak mulia. Guru yang memiliki kompetensi kepribadian yang baik akan mempengaruhi cara mengajar mereka sehingga berdampak pada peningkatan kualitas pembelajaran.
- c) Kompetensi sosial berkaitan dengan kemampuan pedagogik sebagai bagian dari masyarakat untuk berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan siswa, sesama pendidik, tenaga kependidikan, orangtua/wali siswa, dan masyarakat sekitar.
- d) Kompetensi professional merupakan kemampuan yang berkaitan dengan penguasaan materi pembelajaran bidang studi secara luas dan mendalam yang mencakup penguasaan substansi keilmuan yang menaungi materi kurikulum serta wawasan sebagai guru. Kompetensi profesional menuntut setiap guru untuk menguasai materi yang akan diajarkan, termasuk langkah-langkah yang diambil guru dalam memperdalam penguasaan bidang studi yang diampunya. Guru harus ahli dalam bidangnya.

Berdasarkan penjelasan di atas seorang guru harus memiliki kompetensi yang menjadi bekal untuk menjadi guru yang profesional. Kompetensi tersebut

meliputi kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan professional yang harus dimiliki oleh seorang guru.

c. Materi Pembelajaran

Djamarah & Zain (2013: 48) menyatakan bahwa materi pembelajaran adalah substansi yang akan disampaikan dalam proses belajar mengajar. Tanpa materi pembelajaran proses belajar mengajar tidak akan berjalan. Materi pembelajaran ini disesuaikan dengan bahan pelajaran yang ada di dalam silabus. Sanjaya (2013: 175) menjelaskan bahwa materi pembelajaran adalah segala sesuatu yang mengandung pesan yang akan disampaikan ke siswa.

Dalam dokumen Kompetensi Dasar Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) maupun Kurikulum 2013 pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan tercantum materi pelajaran beladiri. Kurikulum tersebut mencantumkan tentang materi aktivitas beladiri, sesuai dengan kompetensi dasar yang ada siswa dituntut untuk dapat memahami dan mempratikkan aktivitas beladiri sesuai dengan kemampuan beladiri yang dimiliki oleh guru PJOK. Materi yang terdapat dalam beladiri pencak silat adalah sikap dan kuda-kuda, langkah, serangan kaki, serangan tangan, tangkisan, elaan, dan belaan. Berdasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa materi pembelajaran sangat penting dalam proses pembelajaran. Materi pembelajaran beladiri pencak silat yang ada dalam silabus adalah sikap dan kuda-kuda, langkah, serangan kaki, serangan tangan, tangkisan, elaan, dan belaan.

d. Sumber Belajar

Djamarah & Zain (2013: 48) menjelaskan bahwa sumber belajar adalah bahan untuk menambah ilmu pengetahuan yang mengandung hal-hal baru bagi si pelajar. Sanjaya (2013: 60) menjelaskan bahwa sumber belajar siswa dapat diperoleh dari mana saja dengan memanfaatkan hasil-hasil teknologi. Oleh karena itu tugas guru adalah sebagai pengelola sumber belajar. Melalui pengelolaan tersebut sumber belajar yang ada dapat dimanfaatkan dengan baik untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Majid (2007:170), sumber belajar adalah segala sesuatu yang mengandung informasi dan disimpan dalam bentuk media dan dapat dimanfaatkan siswa untuk belajar. sehingga peran media sangat membantu dalam pembelajaran dan hal ini harus dimanfaatkan. Menurut Sanjaya (2010:228) sumber belajar adalah segala sesuatu yang ada di sekitar lingkungan kegiatan belajar yang secara fungsional dapat digunakan untuk membantu optimalisasi hasil belajar.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa sumber belajar sebuah informasi yang disimpan bisa dalam bentuk media yang nantinya bisa dimanfaatkan siswa untuk belajar dan mendapatkan informasi yang bertujuan mendukung proses pengajaran serta dapat memudahkan pencapaian belajar.

e. Siswa/ Peserta Didik

Siswa berdasarkan Sanjaya (2013: 54) adalah organisme yang unik yang berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Perkembangan anak merupakan seluruh aspek kepribadian dengan tempo dan irama perkembangan masing-masing anak tidak selalu sama. Djamarah & Zain (2013: 114)

menjelaskan bahwa keberhasilan pembelajaran dipengaruhi oleh minat siswa terhadap pelajaran tersebut dan pemahaman siswa dalam menyerap ilmu yang diberikan. Minat siswa dalam mengikuti pembelajaran sangat berpengaruh karena siswa akan lebih senang dengan pelajaran yang mengasyikan dan siswa bisa lebih menerima pelajaran tersebut. Sedangkan pemahaman daya serap setiap siswa berbeda-beda, ada yang cepat dan lambat hal ini juga mempengaruhi keterlaksanaan dalam pembelajaran.

Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa siswa merupakan manusia yang membutuhkan suatu bimbingan untuk perkembangan pribadinya melalui pembelajaran. Keterlaksanaan pembelajaran tersebut bisa tercapai maka siswa harus memiliki minat dan pemahaman terhadap pembelajaran yang disampaikan.

### **3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Hakikat pembelajaran pendidikan jasmani bisa dijelaskan berdasar dua pendapat yaitu hakikat pembelajaran dan pendidikan jasmani. Hakikat pembelajaran lebih dari sekedar pengajaran pengetahuan dari seorang guru kepada siswanya, lebih dari itu dalam proses pembelajaran harapannya seorang pendidik bisa mengoptimalkan seluruh potensi yang ada pada diri siswa (Rithaudin& Sari, 2019: 1). Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggap sebagai seorang yang terpisah

kualitas fisik dan mentalnya (Husdarta, 2015: 3). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral pendidikan keseluruhan yang bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Depdiknas, 2008:1). Pendidikan jasmani berdasarkan penjelasan dari WHO (World Health Organization) adalah kegiatan jasmani yang diselenggarakan untuk menjadi media bagi kegiatan pendidikan. Pendidikan adalah kegiatan yang merupakan proses untuk mengembangkan kemampuan dan sikap rohaniah yang meliputi aspek mental, intelektual dan bahkan spritual. Sebagai bagian dari kegiatan pendidikan, maka pendidikan jasmani merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera rohani (melalui kegiatan jasmani), yang dalam lingkup WHO berarti sehat rohani. Pembelajaran pendidikan jasmani mencakup tiga hal yaitu pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara menyeluruh, mempunyai tujuan yang spesifik dan menggunakan media yang spesifik juga untuk mencapai tujuannya yaitu menggunakan aktivitas jasmani atau gerak manusia (Rithaudin& Sari, 2019: 3). Pendidikan jasmani sangat penting bagi anak-anak, melalui pendidikan jasmani, fisik, mental, emosional anak ikut berkembang. Kebermanfaatan penjas bagi anak-anak demikian besar, namun demikian hal itu tidak akan tercapai apabila proses pembelajaran penjas tidak diselenggarakan berdasarkan kaidah keilmuan yang ilmiah.

Menurut Suherman, dkk (2018: 45), ada tiga karakteristik pendidikan jasmani sebagai berikut.

1. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di TK-SMU, yang memepelajari dan mengkaji gerak manusia secara interdisipliner. Gerak manusia adalah aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan motorik, mengembangkan sikap dan perilaku agar terbentuk gaya hidup yang aktif. Aktivitas jasmani yang dilakukan berupa aktivitas bermain, permainan dan olahraga.
2. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan interdisipliner, karena melibatkan berbagai disiplin ilmu seperti anatomi, fisiologi, psikologi, sosiologi, dan ilmu-ilmu yang lain. Pendukung utama pendidikan jasmani adalah ilmu keolahragaan yang mencakup filsafat olahraga, sejarah olahraga, pedagogi olahraga, sosiologi olahraga, psikologi olahraga, fisiologi olahraga, dan biomekanika olahraga.
3. Materi pendidikan jasmani merupakan kajian terhadap gerak manusia yang dikemas dalam muatan yang esensial, faktual, dan aktual. Materi ini disampaikan dalam rangka memberikan kesempatan bagi siswa untuk tumbuh kembang secara proporsional, dan rasional dalam hal ranah psikomotor, jasmani, kognitif, dan afektif.

Berdasarkan dari pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola



hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan.

#### **4. Pembelajaran Beladiri Pencak Silat di Sekolah Dasar**

##### **a. Pengertian Pencak Silat**

Pencak silat merupakan ilmu beladiri yang diwariskan turun-temurun dari nenek moyang kita sejak dahulu. Nenek moyang bangsa Indonesia menjadikan pencak silat sebagai sarana untuk membeladirinya dari berbagai ancaman bahaya dalam mempertahankan hidup. Pencak silat dipergunakan sebagai alat untuk membela diri karena pencak silat mengandung unsur budi pekerti, keterampilan, keperibadian yang kuat, keberanian untuk menegakkan kebenaran, semangat juang yang tinggi dalam melawan kelaliman serta menegakan keadilan yang dilandasi Ketuhanan Yang Maha Esa .

Pencak silat merupakan salah satu warisan budaya bangsa Indonesia. Pencak silat sendiri ada di Indonesia sejak jaman peradaban manusia di bumi pertiwi. Perkembangan pencak silat satu rumpun dengan kebudayaan bangsa melayu. Terdapat berbagai macam perguruan pencak silat di Indonesia dan berkembang sesuai dengan adat istiadat daerah tersebut. Pencak silat juga berkembang di negara tetangga rumpun melayu seperti : Malaysia, Singapura dan Brunei Darusalam (Nugroho, 2004: 4-5). Di dalam pencak silat terkandung nilai-nilai luhur yang meliputi 3 hal pokok sebagai satu kesatuan, yaitu budaya Indonesia sebagai asal dan coraknya, falsafah budi pekerti luhur sebagai jiwa dan sumber motivasi penggunaanya, pembinaan mental sebagai spiritual/budi pekerti,

beladiri, seni dan olahraga sebagai aspek integral dari substansinya (Mulyana, 2013: 95).

Pada mulanya pencak silat hanya dipergunakan sebagai alat untuk membeladiri terhadap alam, dan lawan namun, seiring dengan kebutuhan manusia pada saat itu pencak silat juga digunakan sebagai alat pertahanan di kerajaan-kerjan dalam mengatasi suatu peperangan. Banyaknya perguruan pencak silat yang tersebar di berbagai daerah di Indonesia maka pada tahun 1948 dibentuklah wadah organisasi Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Teknik-teknik yang ada dalam pencak silat adalah : (1) belaan yaitu : tangkisan, elakan, hindaran; (2) serangan yaitu : pukulan, tendangan, jatuhan dan kuncian; (3) teknik bawah yaitu : sapuan bawah, sirkel bawah, dan guntingan. Pencak silat mempunyai sifat dan ciri-ciri yang lebih spesifik dibandingkan dengan beladiri lainnya. Pencak silat mempunyai 1 ciri umum dan 1 ciri khusus. Dalam ciri-ciri pencak silat secara umum pencak silat mempergunakan seluruh bagian tubuh, pencak silat dapat dilakukan dengan adanya senjata maupun tangan kosong, pencak silat tidak memerlukan senjata tertentu benda apapun dapat dijadikan senjata, pencak silat lahir dan tumbuh serasi dengan : alam sekitarnya, adat istiadat, watak dan kepribadian suku bangsa, serta agama atau kepercayaan. Dalam ciri-ciri khusus pencak silat, pencak silat mempunyai sifat yang tenang, lemas (rileks), dan waspada. Yang kedua pencak silat mempergunakan kelincahan, kelentukan, kecepatan disertai gerakan refleks untuk mengatasi lawan. Selanjutnya pencak silat menggunakan prinsip timbang badan, permainan posisi dengan perubahan

titik berat badan. Pencak silat juga memanfaatkan setiap serangan dan tenaga dari lawan.

b. Aspek Pencak Silat

Substansi pencak silat mempunyai empat aspek sebagai kesatuan meliputi : aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga. Terdapat 4 aspek yang mencakup nilai-nilai luhur sebagai kesatuan yang tak terpisahkan dalam pencak silat, menurut PB. IPSI (2012; 1) meliputi:

- 1) Aspek Mental Spiritual
  - a) Takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
  - b) Tenggang rasa, percaya diri dan disiplin
  - c) Tangguh dan ulet
  - d) Tanggap, peka dan cermat
- 2) Aspek seni budaya
  - a) Mengembangkan pencak silat sebagai budaya bangsa Indonesia yang mencerminkan nilai-nilai luhur.
  - b) Mengembangkan pencak silat yang diarahkan pada penerapan nilai-nilai kepribadian bangsa.
  - c) Mencegah penonjolan secara sempit nilai-nilai pencak silat yang bersifat kedaerahan.
  - d) Menanggulangi pengaruh kebudayaan asing yang negatif.
- 3) Aspek bela diri
  - a) Berani dalam membela kebenaran dan keadilan
  - b) Tahan uji dan tbat

- c) Tangguh dan ulet
- d) Tanggap, peka dan cermat
- 4) Aspek olahraga
  - a) Berlatih dan melaksanakan olahraga pencak silat sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari
  - b) Meningkatkan prestasi
  - c) Menjunjung tinggi solidaritas
  - d) Pantang menyerah

Dari masing-masing aspek secara berurutan mengandung kaidah-kaidah; pengendalian diri, kiat membela diri, gerak seni, dan sportivitas olahraga, yang semua itu dilandasi dan diwarnai nilai-nilai budaya masyarakat serta dijiwai motivasi falsafah budi pekerti luhur (Agung Nugroho, 2001: 16). Dapat disimpulkan bahwa pencak silat merupakan olahraga beladiri asli dari Indonesia yang harus dikembangkan dan dilestarikan. Melalui pendidikan jasmani di sekolah dasar pencak silat dapat dikembangkan dan dilestarikan keberadaannya.

#### c. Kategori dalam Pencak Silat

Menurut Agung Nugroho, 2004: 49 terdapat 4 kategori pertandingan dalam pencak silat, diantaranya,

##### 1) Kategori tanding

Kategori tanding adalah kategori yang menampilkan 2 orang pesilat dari sudut yang berbeda. Keduanya saling berhadapan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis/mengelak/mengena/menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan, menggunakan teknik dan taktik bertanding, ketahanan

stamina dan semangat juang, menggunakan kaidah dengan memanfaatkan kekayaan teknik dan jurus (Erwin Setyo, 2015: 118).

2) Kategori tunggal

Pertandingan pencak silat yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahiran dalam jurus tunggal baku secara benar, tepat dan mantap, penuh penjiwaan, dengan tangan kosong dan bersenjata serta tunduk kepada peraturan dan ketentuan yang berlaku untuk kategori tunggal dalam waktu 3 menit (Erwin Setyo, 2015: 132).

3) Kategori ganda

Pertandingan pencak silat yang menampilkan 2 orang pesilat dari kubu yang sama, memperagakan kemahiran dan kekayaan teknik jurus bela serang pencak silat yang dimiliki. Gerakan bela serang ditampilkan secara terencana, efektif, estetik, mantap, logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, baik bertenaga dan cepat maupun dalam gerakan lambat penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan senjata dalam waktu 3 menit (Erwin Setyo, 2015: 137).

4) Kategori beregu

Kategori pertandingan pencak silat yang menampilkan tiga orang pesilat dari kubu yang sama memperagakan kemahirannya dalam jurus regu baku secara benar, tepat, mantap penuh penjiwaan dan kompak dengan tangan kosong serta tunduk kepada ketentuan dan peraturan yang berlaku dalam kategori regu (Erwin Setyo, 2015: 143).

d. Teknik Dasar Pencak Silat

Secara umum, ada 9 aspek teknik dasar pencak silat yang harus dipahami oleh siapapun yang hendak menekuni seni beladiri ini. Aspek-aspek tersebut antara lain: kuda-kuda, sikap pasang, arah, pola langkah, pukulan, tendangan, tangkisan, guntingan, kuncian.

Teknik dasar menurut Agung Nugroho (2001: 103) adalah merupakan fundamen 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. Di dalam penampilan olahraga yang tinggi, suatu kontrol anak yang sempurna merupakan persyaratan bagi pencapaian prestasi puncak individu. Seorang atlet yang tidak tahu bagaimana cara mengarahkan secara fungsional atau secara efisien dengan menggunakan teknik yang sempurna, hanya dapat mengimbangi sebagian dari kekurangan ini melalui kualitas lain.

Teknik dasar pencak silat menurut Johansyah Lubis (2004:7) adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi, dan terkendali yang mempunyai empat aspek sebagai kesatuan, yaitu aspek mental spiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya, sehingga disimpulkan bahwa pencak silat merupakan cabang olahraga yang lengkap dan patut dipelajari karena, mencakup pada empat aspek yang menjadi satu kesatuan yang utuh. Sedangkan teknik dasar pencak silat antara lain:

1) Sikap berdiri: sikap tegak 1 sampai dengan 4

Dalam sikap tegak 1 ini hal-hal yang harus diperhatikan adalah:

- a. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- b. Posisi lengan dan tangan berada lurus disamping badan.
- c. Berat Badan berada di kedua kaki.
- d. Kedua kaki dibuka selebar bahu.



*Gambar 1. Sikap Tegak 1*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Dalam sikap tegak 2 ini hal-hal yang harus diperhatikan adalah:

- a. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- b. Kedua tangan mengepal dan berada di pinggang.
- c. Berat Badan berada di kedua kaki.
- d. Kedua kaki dibuka selebar bahu



*Gambar 2. Sikap Tegak 2*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Dalam sikap tegak 3 ini hal-hal yang harus diperhatikan adalah:

- a. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- b. Kedua tangan mengepal dan menempel berada di depan dada.
- c. Berat Badan berada di kedua kaki, kedua kaki dibuka selebar bahu.



*Gambar 3. Sikap Tegak 3*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)



Dalam sikap tegak 4 ini hal-hal yang harus diperhatikan adalah:

- a. Badan tegak lurus, pandangan ke depan.
- b. Jari-jari rapat dan kedua tangan menyilang di depan dada.
- c. Posisi Tangan kanan berada di depan.
- d. Berat Badan berada di kedua kaki.
- e. Kedua kaki dibuka selebar bahu.



*Gambar 4. Sikap Tegak 4*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

## 2) Sikap Hormat

Sikap hormat dilakukan pada setiap awal dan akhir pelajaran atau latihan kepada guru/pelatih, memberi salam kepada teman, serta memulai dan mengakhiri pertandingan. Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap hormat:

- a. Dimulai dengan sikap tegak 1
- b. Kedua telapak tangan merapat dan bertemu di depan dada dengan menganggukan kepala.
- c. Kembali ke sikap 1.



*Gambar 5. Sikap Hormat*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

### 3) Salam Pembukaan

Salam pembukaan dilakukan sebelum melakukan suatu rangkaian gerakan.

Berikut ini langkah-langkah melakukan Salam Pembukaan:

- a. Dimulai dengan sikap tegak 1
- b. Merentangkan kedua tangan keatas kepala membentuk huruf V
- c. Posisi tangan terbuka dan jari-jari rapat sedangkan lengan lurus
- d. Kedua tangan bertemu dan merapat di atas kepala.
- e. Kedua tangan diturunkan sampai ke depan dada.
- f. Kembali ke sikap tegak 1



*Gambar 6. Salam Pembukaan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

#### 4) Kuda-Kuda

Kuda-Kuda Kuda-kuda adalah teknik yang memperlihatkan sikap dari kedua kaki dalam keadaan statis. Teknik ini digunakan untuk mendukung sikap pasang pencak silat. Kuda-kuda juga digunakan sebagai latihan dasar penak silat untuk memperkuat otot. Ditinjau dari bentuknya kuda-kuda dibagi menjadi empat jenis:

##### (a) 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 7. Kuda-Kuda Depan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

(b) 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.



*Gambar 8. Kuda-Kuda Belakang*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

(c) Kuda-kuda Tengah

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



*Gambar 9. Kuda-Kuda Tengah*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

(d) Kuda-kuda Samping

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



*Gambar 10. Kuda-Kuda Samping*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

5) Sikap Pasang

Sikap Pasang Sikap pasang mempunyai pengertian sikap taktik untuk menghadapi lawan yang berpola menyerang atau menyambut. Apabila ditinjau dari system beladiri, sikap pasang berarti kondisi siap tempur yang optimal. Dalam pelaksanaannya, sikap pasang merupakan kombinasi dan koordinasi dari kuda-kuda, sikap tubuh dan sikap tangan. Untuk menyeragamkan sikap pasang secara nasional PB IPSI membagi sikap pasang menjadi 8, yaitu:

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 1:

- a. Dimulai dari sikap tegak 1, pandangan lurus ke depan
- b. Kaki kiri melangkah ke depan atau sebaliknya
- c. Kuda-kuda depan sejajar.
- d. Posisi kedua tangan berada di depan dada searah dengan kaki



*Gambar 11. Sikap Pasang 1*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 2:

- Dari sikap pasang 1 badan diputar ke bagian dalam.
- Kuda-kuda sejajar, posisi kaki silang dan siku belakang jinjit.
- Posisi tangan berlawanan dengan kaki.



*Gambar 12. Sikap Pasang 2*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 3:

- Dimulai dari sikap pasang 2
- Kuda-kuda serong , tangan berlawanan dengan kaki.
- Berat badan berada di kaki depan



*Gambar 13. Sikap Pasang 3*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 4:

- a. Dari sikap pasang 3
- b. Kaki merapat menjadi satu dan digeser sejajar.
- c. Tangan berada di depan dada.



*Gambar 14. Sikap Pasang 4*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 5:

- a. Dari sikap pasang 4 kaki kanan digeser ke depan sejajar kaki kiri.
- b. Kaki kiri disilangkan ke belakang kaki kanan.
- c. Posisi tangan berlawanan dengan kaki.



*Gambar 15. Sikap Pasang 5*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 6:

- Dari sikap pasang 5 badan diputar ke bagian dalam.
- Posisi kaki sejajar dan badan menyamping.
- Posisi tangan searah dengan kaki.



*Gambar 16. Sikap Pasang 6*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 7:

- Dari sikap pasang 6 kaki belakang disilangkan ke depan.
- Posisi kaki silang dan kaki belakang jinjit.
- Posisi tangan searah dengan kaki





*Gambar 17. Sikap Pasang 7*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan sikap pasang 8:

- a. Dari sikap pasang 7 kaki kanan di gantung.
- b. Posisi kaki gantung menghadap ke depan.
- c. Posisi tangan terbuka di samping lutut kaki gantung.



*Gambar 18. Sikap Pasang 8*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

- 6) Teknik Serangan
  - a) Pukulan Depan

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



*Gambar 19. Pukulan Depan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawati 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan depan:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan mengepal, perkenaannya adalah pangkal jari tengah dan telunjuk.
- iii. Lintasan pukulan lurus ke depan
- iv. Sasaran pukulan adalah ulu hati / dada

b) Pukulan Lingkar

Pukulan lingkar adalah pukulan menggunakan pangkal jari tengah dan telunjuk dengan lintasan melingkar sasaran pelipis, rusuk bagian samping.



*Gambar 20. Pukulan Lingkar*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan lingkar:

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

c) Pukulan Samping

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



*Gambar 21. Pukulan Samping*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan samping:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan mengepal, perkenaannya adalah sisi luar telapak tangan
- iii. Lintasan pukulan dari samping luar ke dalam
- iv. Sasaran pukulan adalah pelipis, rusuk bagian samping
- d) Pukulan Totok/Ruas

Pukulan totok/ruas adalah pukulan menggunakan ruas-ruas jari ke-2 lintasan lurus sasaran pangkal hidung, pangkal tenggorokan.



*Gambar 22. Pukulan Totok/Ruas*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

e) Pukulan Kepret

Pukulan Kepret adalah pukulan menggunakan sisi luar telapak tangan posisi telapak tangan terbuka sasaran muka bagian samping.



Gambar 23. Pukulan Kepret  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan kepret:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan terbuka, perkenaannya adalah sisi luar telapak tangan
- iii. Lintasan pukulan dari samping luar ke dalam
- iv. Sasaran pukulan adalah muka bagian samping

f) Pukulan Sanggah

Pukulan sanggah adalah pukulan menggunakan sisi dalam telapak tangan posisi telapak tangan terbuka.



*Gambar 24. Pukulan Sanggah*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan sanggah:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan terbuka, perkenaannya adalah sisi dalam telapak tangan
- iii. Lintasan pukulan dari bawah ke atas
- iv. Sasaran pukulan adalah dagu
- g) Pukulan Dobrak

Pukulan Dobrak adalah pukulan menggunakan kedua telapak tangan dengan sasaran dada.



*Gambar 25. Pukulan Dobrak*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan dobrak:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan terbuka, perkenaannya adalah kedua sisi dalam telapak tangan
- iii. Lintasan lurus ke depan
- iv. Sasaran pukulan adalah dada

h) Pukulan Sangkol

Pukulan sangkol adalah pukulan mengepal dengan lintasan lurus dari bawah ke atas dengan sasaran kemaluan.



*Gambar 26. Pukulan Sangkol*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan sangkol:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Tangan mengepal, perkenaan tangan terbalik
- iii. Lintasan pukulan dari bawah ke atas
- iv. Sasaran pukulan adalah kemaluan

i) Tendangan Lurus

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



*Gambar 27. Tendangan Lurus*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

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
- j) Tendangan Sabit

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





*Gambar 28. Tendangan Sabit*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Sabit:

- 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
- k. 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 29. Tendangan T*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

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

l. Tendangan Jejak

Tendangan jejak adalah tendangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasan lurus ke depan dan perkenaan seluruh telapak kaki. Sifatnya mendorong dengan sasaran dada.



*Gambar 30. Tendangan Jejag*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Jejag:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Mengangkat lutut ke depan setinggi dada
- iii. Menendangkan / melecutkan tungkai ke depan dengan sasaran dada
- iv. Perkenaan adalah seluruh bagian telapak kaki
- v. Pandangan lurus ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan
- m. Tendangan Gejig

Tendangan Gejig adalah tendangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai dengan lintasan lurus ke samping ke arah persediaan kaki/dengkul dengan tujuan mematahkan.



*Gambar 31. Tendangan Gejig*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Gejig:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Mengangkat lutut ke depan setinggi dada
- iii. Menendangkan / melecutkan tungkai lurus ke samping arah persendian/dengkul
- iv. Perkenaan adalah telapak kaki
- v. Pandangan lurus ke depan dan salah satu tangan melindungi kemaluan.
- n. Tendangan Celorong

Tendangan celorong adalah yakni tendangan T dengan posisi merebahkan badan dengan sasaran lutut dan kemaluan.



*Gambar 32. Tendangan Celorong*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Celorong:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Merebahkan badan ke depan
- iii. Menendangkan / melecutkan tungkai lurus ke depan dengan sasaran lutut dan kemaluan dan perkenaan telapak kaki/tumit
- iv. Pandangan lurus ke depan

o. Tendangan Hentak Bawah

Tendangan hentak bawah adalah tendangan yang menggunakan telapak kaki menghadap luar, yang dilaksanakan dengan posisi badan direbahkan, bertujuan untuk mematahkan persendian.



*Gambar 33. Tendangan Hentak Bawah*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Hentak Bawah:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Merebahkan badan ke bawah
- iii. Menendangkan / melecutkan tungkai ke depan dengan sasaran persendian
- iv. Perkenaan adalah telapak kaki menghadap ke luar
- p. Tendangan Belakang

Tendangan belakang adalah tendangan menggunakan pangkal jari-jari kaki lintasan lurus dengan posisi jongkok/setengah berdiri kedua tangan bertumpu di lantai dengan sasaran kemaluan atau perut.



*Gambar 34. Tendangan Belakang*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Tendangan Belakang:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Menendangkan / melecutkan tungkai ke belakang tubuh
- iii. Posisi jongkok/setengah berdiri dan kedua tangan bertumpu di lantai dengan sasaran kemaluan atau perut
- iv. Perkenaan adalah telapak kaki
- q. Sapuan

Sapuan adalah serangan menyapu kaki dengan cara merebahkan diri bertujuan untuk menjatuhkan.



*Gambar 35. Sapuan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Sapuan:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Merebahkan badan ke depan
- iii. Menendangkan kaki dengan lintasan setengah melingkar dengan sasaran tungkai bawah
- iv. Perkenaan adalah punggung kaki
- v. Satu tangan melindungi kepala.
- r. Dengkulan Samping

Dengkulan Samping adalah serangan menggunakan lutut dengan lintasan melingkar dari belakang luar ke depan samping sasaran rusuk samping.



*Gambar 36. Dengkulan Samping*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Dengkulan Samping:

- i. Dimulai dengan sikap pasang
- ii. Menendangkan / melecutkan lutut dengan lintasan melingkar dari belakang luar ke depan samping sasaran rusuk samping.
- iii. Perkenaan adalah lutut
- iv. Pandangan lurus ke depan

s.      **Dengkulan Depan**

Dengkulan Depan adalah serangan dengan dengkulan dengan lintasan dari bawah ke atas dengan sasaran ulu hati atau kemaluan.



*Gambar 37. Dengkulan Depan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

Berikut ini langkah-langkah melakukan Dengkulan Depan:

- i.      Dimulai dengan sikap pasang
  - ii.     Menendangkan / melecutkan lutut dengan lintasan lurus dari belakang ke depan dengan sasaran ulu hati / kemaluan
  - iii.    Perkenaan adalah lutut
  - iv.    Pandangan lurus ke depan
- 7)      Teknik 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 ini macam-macam tangkisan:



a. Tangkisan Kelit

Tangkisan kelit adalah tangkisan yang menggunakan satu lengan dengan telapak tangan terbuka yang perkenaannya telapak tangan bagian luar dan arah gerakan dari dalam ke luar atau sebaliknya.



*Gambar 38. Tangkisan Kelit*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

b. Tangkisan Gedig

Tangkisan gedig adalah tangkisan yang menggunakan satu lengan dengan tangan mengepal yang perkenaannya bagian belakang lengan bawah dengan lintasan dari atas ke bawah.



*Gambar 39. Tangkisan Gedig*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

c. Tangkisan Siku

Tangkisan siku adalah tangkisan yang menggunakan siku dengan lintasan dari luar ke dalam.



*Gambar 40. Tangkisan Siku*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

d. Tangkisan Kepruk

Tangkisan kepruk adalah tangkisan yang menggunakan kedua tangan mengepal dan lengan berbentuk siku-siku yang digerakan ke bawah dengan perkenaannya punggung kepalan tangan.



*Gambar 41. Tangkisan Kepruk*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

e. Tangkisan Kepala

Tangkisan kepala adalah tangkisan dengan menggunakan sisi dalam lengan bawah posisi tangan mengepal.



*Gambar 42. Tangkisan Kepala*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

f. Tangkisan Galang

Tangkisan galang adalah tangkisan yang menggunakan sisi dalam lengan bawah yang digerakan ke samping luar ke dalam dan dari dalam ke luar.



*Gambar 43. Tangkisan Galang*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

g. Tangkisan Jepit

Tangkisan jepit adalah tangkisan untuk mengantisipasi serangan atas dengan posisi kedua telapak tangan terbuka menyilang di atas dahi.



*Gambar 44. Tangkisan Jepit*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

h. Tangkisan Tepis

Tangkisan tepis adalah tangkisan yang menggunakan satu atau kedua telapak tangan terbuka dengan perkenaannya telapak tangan bagian dalam dan arah gerakan dari dalam ke luar atau atas ke bawah.



*Gambar 45. Tangkisan Tepis*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

i. Tangkisan Kibas

Tangkisan kibas adalah tangkisan dengan menggunakan sisi dalam kaki dengan lintasan melingkar dari luar bawah ke dalam atas.



*Gambar 46. Tangkisan Kibas*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

j. Bendungan

Bendungan adalah tangkisan dengan menggunakan sisi luar tungkai bawah ke arah luar dan lutut ke arah dalam.



*Gambar 47. Tangkisan Bendungan*  
(Sumber: Hendri Budi Setyawan 2012)

8) Teknik Hindaran

Teknik hindaran adalah usaha pembelaan dengan cara memindahkan sasaran dari arah serangan, dengan melangkahkan atau memindahkan kaki.

Sasaran yang dimaksud adalah bagian badan yang menjadi tujuan serangan lawan.

Macam-macam hindaran tersebut adalah sebagai berikut:

a. Hindaran Hadap

Hindaran hadap adalah menghindar dengan memindahkan kaki sehingga posisi tubuh menghadap lawan.

b. Hindaran Silang

Hindaran silang adalah menghindar dengan memindahkan kaki secara menyilang.

c. Hindaran Sisi

Hindaran sisi adalah menghindar dengan memindahkan kaki sehingga posisi tubuh menyamping lawan.

d. Hindaran Angkat Kaki

Hindaran angkat kaki adalah menghindar dengan cara mengangkat kaki untuk menghindari serangan bawah.

Dalam Kompetensi Dasar Kurikulum 2013 Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan pada tahun 2013 tercantum materi pelajaran beladiri dalam Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar. Kurikulum 2013 mencantumkan materi mengenai beladiri, yaitu yang terdapat pada :

1. Kelas IV terdapat pada Kompetensi Dasar

3.4 Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri

4.4 Mempraktikkan gerakan dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

2. Kelas V terdapat pada Kompetensi Dasar

3.4 Menerapkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

4.4 mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

3. Kelas VI terdapat pada Kompetensi Dasar

3.4 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.

e. Bentuk-Bentuk Pembelajaran Beladiri Pencak Silat

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 diberikan dalam bentuk permainan yang menyenangkan dan tidak banyak peraturan. Berikut ini beberapa bentuk-bentuk latihan pencak silat bagi pemula (tingkat dasar).

1) Bentuk-bentuk pembelajaran latihan kuda-kuda

Latihan kuda-kuda merupakan sikap dasar yang harus dikuasai dalam belajar pencak silat, karena mendasari tumpuan kaki untuk penguatan otot-otot

tungkai kaki. Bentuk latihan kuda-kuda dapat diberikan secara klasikal berbentuk permainan (Nugroho, 2004: 43-47).

a) Latihan Kuda-Kuda dengan Permainan Kucing dan Tikus

Pelaksanaanya:

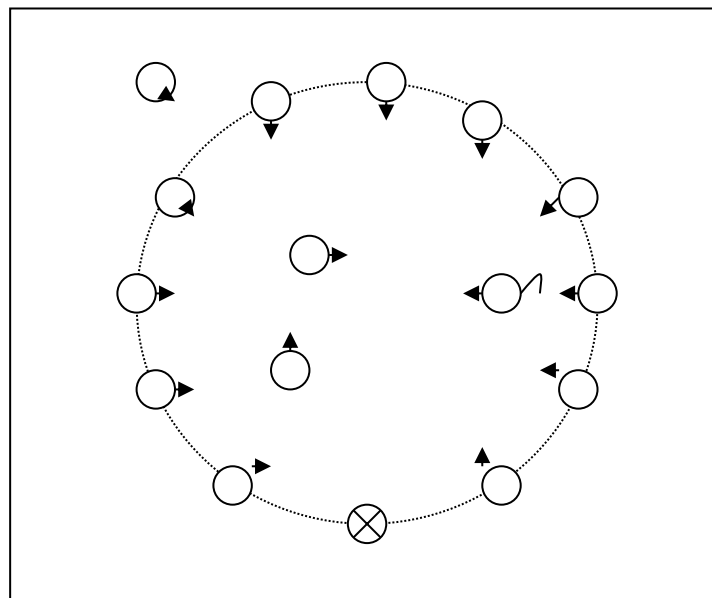
Seorang siswa sebagai kucing dan seorang siswa lainnya sebagai tikus.

Sedang siswa-siswa lainnya berdiri sikap tegak 1, membentuk lingkaran.

Pada permulaan permainan kucing dan tikus berada di dalam lingkaran setelah aba-aba “Yak “ dari guru, maka kucing berusaha memegang tikus.

Tikus bebas menerobos keluar masuk pagar yang melingkar, pada saat kucing menerobos pagar maka siswa **“membuat sikap kuda-kuda tengah dengan kedua tangan mengepal di samping pinggang”** seolah-olah sebagai pagar.

Pelaksanaan permainan dapat diganti dengan kuda-kuda menyamping ke kiri atau ke kanan pada saat kucing mau menerobos pagar.

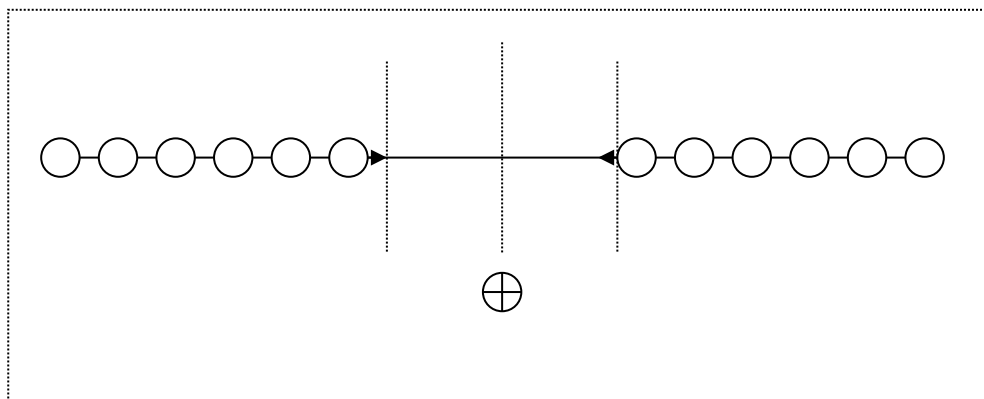




b) Pembelajaran Latihan kuda-Kuda dengan Tarik Tambang

Pelaksanaanya :

Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang sama postur tubuhnya (masing-masing kelompok 5-8 siswa). Siswa membuat kuda-kuda kaki kanan di depan dengan memegang tali (sabuk yang disambung). Setelah ada aba-aba “Yak” maka siswa menarik tali dengan merubah kuda-kuda kaki sebagai tumpuan. Pemenang adalah kelompok yang dapat melewati garis batas tengah. Permainan dapat diulang dengan merubah posisi kuda-kuda kaki kiri di depan.



c) Pembelajaran Latihan Kuda-Kuda dengan Arah 8 Penjuru Mata Angin (Januarno, 1989: 34).

Pelaksanaanya:

- a. Latihan dilakukan di atas balok yang kuat berdiameter 20 cm, tinggi 20 cm. Sikap awal siswa berdiri di balok tengah (0), sama dengan latihan kuda-kuda dengan balok.
- b. Aba-aba 1 siswa melangkahkan kaki kiri ke belakang, berat badan di kaki kiri.

- c. Aba-aba 2 siswa melangkahkan kaki kiri serong kiri belakang, berat badan di kaki kiri.
- d. Aba-aba 3 siswa melangkahkan kaki kiri ke samping kiri, berat badan di kaki kiri.
- e. Aba-aba 4 siswa melangkahkan kaki kiri serong kanan depan, berat badan di kaki kiri.
- f. Aba-aba 5 siswa melangkahkan kaki kanan ke depan, berat badan di kaki kanan.
- g. Aba-aba 6 siswa melangkahkan kaki kanan serong kanan depan, berat badan di kaki kanan.
- h. Aba-aba 7 siswa melangkahkan kaki kanan ke samping kanan, berat badan di kaki kanan.
- i. Aba-aba 8 siswa melangkahkan kaki kanan serong kanan belakang, berat badan di kaki kanan.

f. Bentuk aktivitas untuk pengembangan keterampilan gerakan pencak silat

Gerak dasar dalam pencak silat didukung pula oleh kemampuan gerakan dasar anak. Ada beberapa jenis aktivitas atau permainan yang bisa membantu mengembangkan keterampilan gerak dasar tersebut diantaranya gobak sodor dan menjala ikan.

#### 1) Gobak Sodor

Model latihan dalam permainan ini termasuk dalam kategori yang sangat baik. Jenis olahraga ini juga dinilai sangat efektif untuk mentransfer tujuan yang akan dihasilkan. Secara khusus model latihan ini sangat sesuai untuk digunakan

dalam proses latihan keterampilan gerak pencak silat. Model ini sangat efektif untuk menanamkan kebutuhan yang ada dalam olahraga pencak silat meliputi komponen biomotor antara lain kekuatan, ketahanan, kecepatan, fleksibilitas, kelincahan dan koordinasi. Selain itu model juga dapat mengembangkan ranah afektif seperti menanamkan unsur menyerang dan bertahan yang dibutuhkan dalam olahraga pencak silat. Kemudian model 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 antar keduanya sehingga dapat disimpulkan model sangat sesuai digunakan untuk melatih keterampilan gerak pencak silat anak usia sekolah dasar (Subekti, 2018: 3-4).

## 2) 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 menanamkan 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 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 tertuju pada pemenang, namun keberhasilan tindakan anak terhadap apa yang dilakukan dan hasilnya sesuai dengan aturan menjadi pengertian secara umum (Subekti, 2018: 4).

## **5. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar**

Karakteristik memiliki pengertian tabiat, watak, pembawaan atau kebiasaan yang dimiliki oleh individu yang relatif tetap. Karakteristik mengacu kepada karakter dan gaya hidup seseorang serta nilai yang berkembang secara teratur sehingga tingkah laku menjadi lebih konsisten dan mudah diperhatikan. Sementara itu, siswa atau anak didik adalah setiap orang yang menerima pengaruh dari seseorang atau sekelompok orang yang menjalankan pendidikan. Anak didik adalah unsur penting dalam kegiatan interaksi edukatif karena sebagai pokok persoalan dalam semua aktivitas pembelajaran. Jadi, karakteristik siswa merupakan keseluruhan pola kelakuan dan kemampuan yang ada pada siswa sebagai hasil dari pembawaan dari lingkungan sosial sehingga menentukan pola aktivitas dalam meraih cita-citanya. Pengertian lainnya adalah aspek-aspek atau kualitas perorangan siswa yang terdiri dari minat, sikap, motivasi belajar, gaya belajar kemampuan berfikir, dan kemampuan awal yang dimiliki.

Menurut Kurniasih dan Sani (2017: 66-67) ada beberapa karakteristik anak usia sekolah dasar yang perlu diketahui oleh guru agar lebih mengetahui keadaan peserta didik khususnya ditingkat sekolah dasar. Karakteristik peserta didik tingkat sekolah dasar sebagai berikut :

a. Senang bermain

Karakteristik ini menuntut guru untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan lebih-lebih untuk kelas rendah. Guru sekolah dasar diharapkan merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya.

b. Senang bergerak

Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak sekolah dasar dapat duduk dengan tenang paling lama sekitar 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau bergerak. Menyuruh anak untuk duduk rapi untuk jangka waktu yang lama dirasakan anak sebagai siksaan.

c. Senang bekerja dalam kelompok

Anak usia SD dalam pergaulannya dengan kelompok sebaya, mereka belajar aspek-aspek penting dalam proses sosialisasi, seperti : belajar memenuhi aturan-aturan kelompok, belajar setia kawan, belajar tidak tergantung pada diterimanya di lingkungan, belajar menerima tanggung jawab, belajar bersaing dengan orang lain secara sehat, dan mempelajari olahraga. Guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk bekerja atau belajar dalam kelompok, serta belajar keadilan dan demokrasi. Karakteristik ini membawa implikasi bahwa guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk bekerja atau belajar dalam kelompok.

- d. Senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung

Ditinjau dari teori perkembangan kognitif, anak SD memasuki tahap operasional konkret. Dari apa yang dipelajari di sekolah, ia belajar menghubungkan konsep-konsep baru dengan konsep-konsep lama. Berdasarkan pengalaman ini, siswa membentuk konsep-konsep tentang angka, ruang, waktu, fungsi-fungsi badan, moral dan sebagainya. Bagi anak sekolah dasar, penjelasan guru tentang materi pelajaran akan lebih dipahami jika anak melaksanakan sendiri. Dengan demikian guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

#### **B. Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian yang dilakukan Febri Nugroho pada tahun 2018 tentang keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Se-Kecamatan Bantul. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan menggunakan instrumen angket. Subjek penelitian adalah guru PJOK di Sekolah Menengah Pertama (SMP) se- Kecamatan Bantul yang berjumlah 16 guru dari 10 sekolah. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP se-Kecamatan Bantul yang termasuk dalam kategori sangat rendah ada 1 guru (6, 25%), kategori rendah ada 9 guru (56, 25%), kategori tinggi ada 5 guru (31, 25%), dan yang termasuk dalam kategori sangat tinggi ada 1 guru (6, 25%). Keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat

pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP se-Kecamatan Bantul sebagian besar termasuk ke dalam kategori rendah.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Mohammad Yusuf pada tahun 2018 tentang faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Se-Kecamatan Bantul. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, sedangkan metode yang digunakan adalah survei. Uji validitas menggunakan Korelasi Product Moment dan uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach. Instrumen menggunakan angket yang berisi pernyataan. Subjek penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD se-Kecamatan Bantul yang berjumlah 27 guru. Teknik analisis data hasil perolehan angket dihitung dan dikategorikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD se Kecamatan Bantul secara keseluruhan berada dalam kategori sangat mendukung sebesar 7,4% (2 guru), kategori mendukung sebesar 26,0% (7 guru), kategori cukup mendukung sebesar 44,4% (12 guru), kategori kurang mendukung sebesar 22,2% (6 guru), dan kategori tidak mendukung tidak ada

### **C. Kerangka Berfikir**

Sebaik apapun kurikulum dalam sebuah pendidikan di suatu negara, tentu tidak akan ada artinya apabila kurikulum tersebut tidak dilaksanakan dan dijalankan dengan baik. Keterlaksanaan dalam menjalankan kurikulum merupakan indikator suksesnya suatu proses pendidikan. Guru merupakan pelaksana pembelajaran sehari-hari dalam suatu mata pelajaran di sekolah.

Sebagai guru juga dituntut untuk mempunyai kompetensi-kompetensi agar proses belajar-mengajar dapat berjalan secara maksimal dan mencapai tujuan dari pembelajaran tersebut.

Beladiri pencak silat merupakan salah satu materi dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sekolah dasar. Materi ini merupakan salah satu materi yang penting untuk dilaksanakan, hal ini tercantum dalam Kurikulum 2013. Selain itu, pencak silat merupakan beladiri yang berasal dari Indonesia yang harus dilestarikan. Pentingnya keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat agar warisan budaya dari nenek moyang ini tidak punah. Melalui pembelajaran beladiri di sekolah dasar maka kita turut serta dalam melestarikan warisan bangsa Indonesia. Berdasarkan survey di lapangan, terdapat beberapa guru PJOK yang belum mengajarkan dan memberikan pembelajaran beladiri pencak silat ini kepada peserta didik. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ada faktor penghambat dalam materi beladiri pencak silat untuk sekolah dasar.

Berdasarkan uraian di atas perlu diketahui tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan, maka perlu dilakukan penelitian mengenai tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2014: 14), penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode survei dengan instrumen berupa angket. Metode survei adalah metode pengumpulan data primer dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada responden individu. Survei dilakukan kepada guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan untuk mendapatkan deskripsi tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013.

##### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Berdasarkan penjelasan Arikunto (2013: 161), variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran PJOK yang tercermin dari faktor-faktor yang meliputi a) kurikulum, b) guru, c) siswa, d) materi, e) sumber belajar. Sehingga dalam penelitian ini, proses pembelajaran akan diamati dan diteliti secara langsung oleh peneliti di sekolah tersebut dengan menggunakan alat atau instrumen yang digunakan untuk

mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat tersebut dengan metode survei, sedangkan pengumpulan datanya menggunakan angket.

### C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian atau responden dalam penelitian ini adalah guru PJOK di SD Negeri se-Kecamatan banguntapan. Menurut Arikunto (2006:145) subjek penelitian adalah responden yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Jika kita bicara tentang subjek penelitian, sebetulnya kita bicara tentang unit analisis, yaitu subjek yang menjadi pusat perhatian atau sasaran peneliti. Dalam penelitian ini responden adalah orang yang diminta memberikan keterangan suatu fakta. Subjek dalam penelitian ini adalah guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Banguntapan yang terdiri dari 21 sekolah. SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terdiri dari 21 sekolah, adapun total jumlah guru PJOK dari 21 SD tersebut sebanyak 30 guru. Adapun rinciannya sebagai berikut:

*Tabel 1. Daftar SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan*

No.	Nama Sekolah	Alamat	Jumlah Guru
1	SD N 1 Jambidan	Kepanjen, Jambidan, Banguntapan	2
2	SD N 1 Salakan	Salakan, Potorono, Banguntapan	1
3	SD N 1 Sekarsuli	Mantup, Baturetno, Banguntapan	1
4	SD N 2 Jambidan	Pamotan, Jambidan, Banguntapan, Bantul	1
5	SD N 2 Salakan	Mertosanan Wetan, Potorono, Banguntapan, Bantul	1

6	SD N Banguntapan	Tegalkopen, Banguntapan, Banguntapan	1
7	SD N Baturetno	Tegal Priyan, Plakaran, Baturetno, Banguntapan	1
8	SD N Grojogan	Jl.Wijoyo Mulyo 10, Grojogan, Tamanan, Banguntapan	2
9	SD N Jaranan	Pringgolayan	1
10	SD N Jomblangan	Jomblangan, RT09 RW30	2
11	SD N Jurugentong	Jurugentong, Banguntapan, Banguntapan	3
12	SD N Mutihan	Mutihan, Wirokerten, Banguntapan	1
13	SD N Plakaran	Plakaran, Baturetno, Banguntapan	1
14	SD N Sampangan	Sampangan, Wirokerten, Banguntapan	2
15	SD N Singosaren	Sarirejo 2, Singosaren, Banguntapan	1
16	SD N Sokowaten Baru	Jl. Arimbi No.27 Babadan, Banguntapan	3
17	SD N Tamanan	Jl. Pasopati No.21 Kauman, Tamanan, Banguntapan	2
18	SD N Wirokerten	Glondong, Wirokerten, Banguntapan	1

19	SD N Wiyoro	Wiyoro, Baturetno, Banguntapan	1
20	SD Ngentak	Ngentak	1
21	SD Potorono	Nglaren, Potorono	1
	Jumlah		30

#### **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen**

Menurut pendapat Sugiyono (2016: 156), instrumen merupakan alat seperti kuisioner, dan pedoman observasi yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Instrumen Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa angket untuk memperoleh data, instrumen penelitian ini menggunakan skala likert. Instrumen penelitian ini dibuat dalam bentuk checklist sehingga responden hanya memberikan tanda (√) pada kolom jawaban. Responden dalam penelitian adalah guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan, kemudian dalam kuesioner terdapat beberapa pernyataan dengan alternatif jawaban “Sangat Mendukung (SM)”, “Mendukung (M)”, “Tidak Mendukung (TM)”, dan “Sangat Tidak Mendukung (STM)” . Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang kejadian atau gejala sosial (Sugiyono, 2012: 134). Skala likert memiliki gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, yang dapat berupa kata – kata antara lain : sangat mendukung, mendukung, tidak mendukung dan sangat tidak mendukung. Pernyataan bersifat positif maka untuk pilihan SM bernilai 4 sampai dengan STM

secara berurutan bernilai 1, dan pernyataan negatif untuk pilihan STM bernilai 4 sampai dengan SM secara berurutan bernilai 1.

Bentuk pertanyaan atau dukungan sikap yang di ungkapkan melalui kata-kata sebagai berikut :

*Tabel 2. Skor Alternatif Jawaban Pernyataan*

Alternatif Jawaban	Singkatan	Skor Untuk Pernyataan	
		Positif	Negatif
Sangat Mendukung	SM	4	1
Mendukung	M	3	2
Tidak Mendukung	TM	2	3
Sangat Tidak Mendukung	STM	1	4

Prosedur dalam penyusunan instrumen (Hadi, 1991:7), yaitu ada tiga langkah:

a. Mengidentifinisikan Konstrak

Konstrak yaitu suatu tujuan yang bertujuan untuk memberikan batasan arti konstrak yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini. Konstrak dalam penelitian ini adalah faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kurikulum 2013 di SD N se-Kecamatan Banguntapan.

b. Menyidik faktor

Menurut Hadi (1991: 9) menyidik faktor bertujuan untuk melakukan pemeriksaan mikroskopis terhadap konstrak dan menemukan unsur-unsurnya,

sehingga faktor-faktor yang dikemukakan dalam kontrak dapat ditandai dan diteliti. Faktor atau indikator ditetapkan dari variabel dalam bentuk kisi-kisi untuk menyusun instrumen penelitian. Faktor-faktor tersebut antara lain: 1) kurikulum 2) guru PJOK 3) materi pembelajaran 4) sumber belajar 5) siswa/ peserta didik.

c. Menyusun kisi-kisi instrumen

Langkah terakhir adalah menyusun butir pernyataan berdasarkan faktor-faktor yang menyusun kontrak. Butir-butir pernyataan disusun dalam sebuah angket. Dalam menyusun butir-butir angket, mengacu pendapat Usman (1996:60) harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

- 1) Bahasa singkat jelas dan sederhana
- 2) Kata-kata yang digunakan tidak mengandung makna rangkap
- 3) Menghindari pernyataan yang relatif panjang. Sehingga sukar diingat responden
- 4) Menghindari pernyataan yang mengandung lebih dari dua unsur
- 5) Menghindari kata-kata seperti semua, seluruh, selalu, tak satupun, tidak pernah karena bersifat menggiring responden.

Dalam usaha untuk memudahkan instrumen maka penulis membuat kisi-kisi berdasarkan indikator yang ada. Kisi-kisi yang dimaksud terdapat pada tabel berikut:

*Tabel 3. Kisi-kisi penelitian*

Variabel	Faktor	Butir Pertanyaan		Jumlah
		Positif	Negatif	
Faktor-faktor yang mendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran PJOK dengan kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan	Kurikulum	1,2,3,4,5,6	7	7
	Guru	8,9,10,11,12		6
		13		
	Materi	14,15,16,17,18		5
	Pembelajaran			
	Sumber			7
	Belajar	19,20,21,22,23,24,25		
	Siswa	26,27,29,30	28	5
	Jumlah			30

(Sumber: Mohammad Yusuf, tahun 2018)

Angket dari Mohammad Yusuf tersebut telah memiliki nilai validitas sebesar 0,569 dan nilai reliabilitas sebesar 0,934. Angket tersebut digunakan oleh penulis dikarenakan penelitian oleh Muhammad Yusuf berada di SD di Kabupaten Bantul sama halnya dengan penelitian yang diteliti oleh penulis yaitu di SD di Kabupaten Bantul.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara mengedarkan angket atau kuisioner kepada guru PJOK yang mengajar di SD se-Kecamatan Banguntapan yang berjumlah 30 orang. Penggunaan angket sebagai

instrumen pada penelitian ini karena dirasa lebih praktis dan efisien. Peneliti dapat memperoleh data dari responden dalam waktu yang cukup singkat.

#### **E. Teknik Analisis Data**

Penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis statistik deskriptif secara kuantitatif. Analisis deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan. Sugiyono (2016: 254), statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Sedangkan teknik perhitungan untuk masing-masing butir dalam angket ini adalah presentase. Untuk menghitung presentase responden yang masuk kategori di setiap aspek digunakan rumus Sudijono (2012: 43) adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

P = Presentase

f = frekuensi

N = jumlah sampel

Analisis data dalam penelitian tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan dilakukan dengan cara deskriptif



kuantitatif. Analisis data penelitian yang didapat kemudian dihitung norma penilaian/pengkategoriannya. Hasil perhitungan ditunjukkan dalam pengategorian skor.

*Tabel 4. Tabel Pengkategorian*

No.	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD \leq \dots\dots\dots$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD \leq s.d. < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq s.d. < M + 0,5 SD$	Cukup Baik
4	$M - 1,5 SD \leq s.d. < M - 0,5 SD$	Tidak Baik
5	$\dots\dots\dots < M - 1,5 SD$	Sangat Tidak Baik

Sumber : Riduwan dan Sunarto (2011)

Keterangan :

X = Skor

SD = Standar Deviasi

M = Mean (Rata-rata)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Tempat, Waktu, dan Sampel Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri (SD) se-Kecamatan Banguntapan. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan September-Oktober 2019. Subyek penelitian adalah guru PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan. Jumlah guru PJOK yang digunakan untuk pengambilan data penelitian berjumlah 30 guru dari 21 sekolah.

#### **B. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian berupa data yang dideskripsikan untuk mengetahui gambaran tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan yang diukur dengan menggunakan angket yang berjumlah 30 butir pernyataan dengan alternatif jawaban sangat mendukung, mendukung, tidak mendukung, sangat tidak mendukung dan diberi skor 1-4. Angket yang digunakan diisi oleh responden sebanyak 30 guru PJOK sekolah dasar se-Kecamatan Banguntapan.

Hasil data penelitian yang diperoleh, tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan dapat dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu kategori sangat baik, baik, cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik. Sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

Nilai minimal	= 77
Nilai maksimal	=113
Mean	= 91,967
Standar deviasi	=7,8251

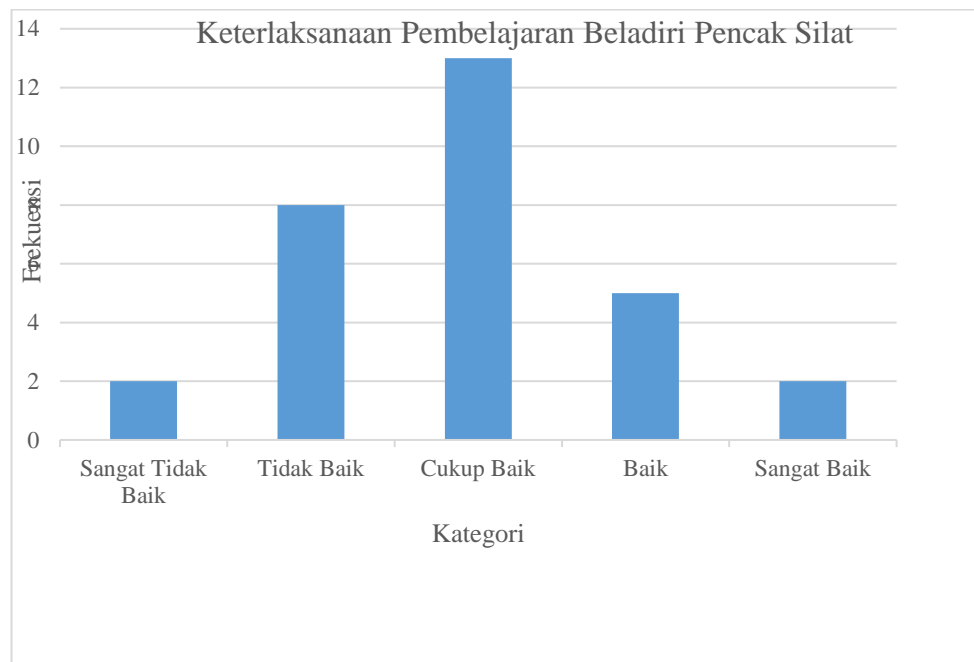
Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik.

*Tabel 5. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 103,7$	2	6,67%
2	Baik	$95,879 \leq 103,7$	5	16,67%
3	Cukup	$88,054 \leq 95,879$	13	43,33%
4	Tidak Baik	$80,229 \leq 88,054$	8	26,66%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 80,229$	2	6,67%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa analisis keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan yang masuk 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 sangat tidak baik sebesar 6,67%).

Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar diagram batang distribusi frekuensi tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD se-Kecamatan Banguntapan. Subjek penelitian ini adalah 30 guru pendidikan jasmani sekolah dasar se-Kecamatan Banguntapan.



*Gambar 48. Diagram Batang Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan*

Keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se- Kecamatan Banguntapan dapat dilihat dari berbagai faktor yaitu: (a) kurikulum, (b) guru, (c) materi pembelajaran, (d) sumber belajar, (e) siswa/peserta didik. Hasil penelitian masing-masing faktor adalah sebagai berikut:

### **1. Kurikulum**

Faktor kurikulum pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 7 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 28; skor terendah = 19; mean = 22,8; dan standar defiasi = 2,3721. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik,

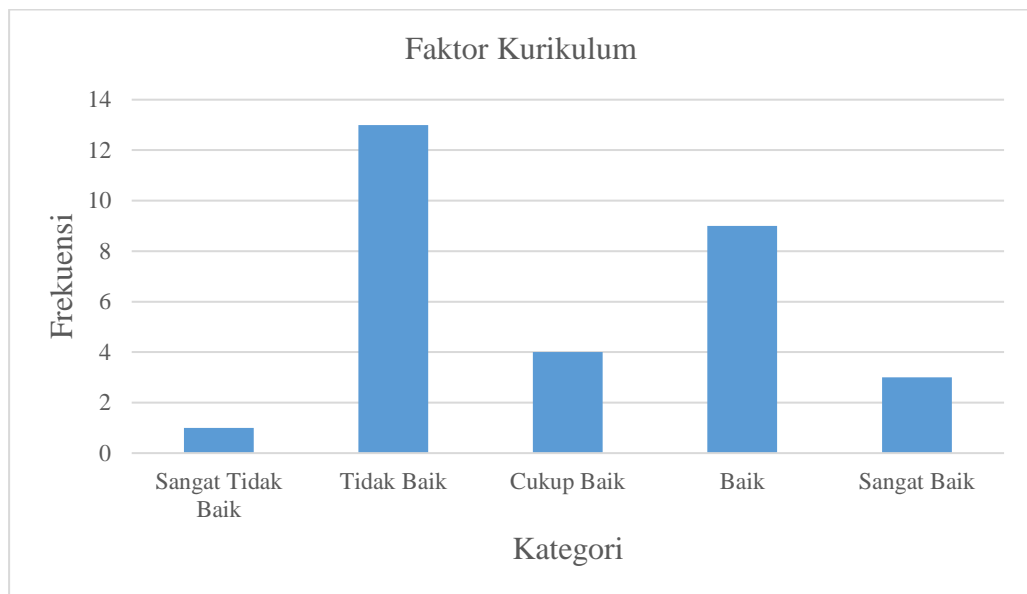
tidak baik, sangat tidak baik.. Hasil kategorisasi faktor kurikulum dapat dilihat pada tabel berikut:

*Tabel 6. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Kurikulum*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 26,358$	3	10%
2	Baik	$23,986 \leq 26,358$	9	30%
3	Cukup	$21,614 \leq 23,986$	4	13,33%
4	Tidak Baik	$19,242 \leq 21,614$	13	43,34%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 19,242$	1	3,33%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil faktor kurikulum yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 10%, pada kategori baik sebesar 30%, pada kategori cukup baik sebesar 13,33%, pada kategori tidak baik sebesar 43,34%, pada kategori sangat tidak baik sebesar 3,33%.

Hasil penelitian faktor kurikulum apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



*Gambar 49. Diagram Batang Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Kurikulum*

## 2. Guru

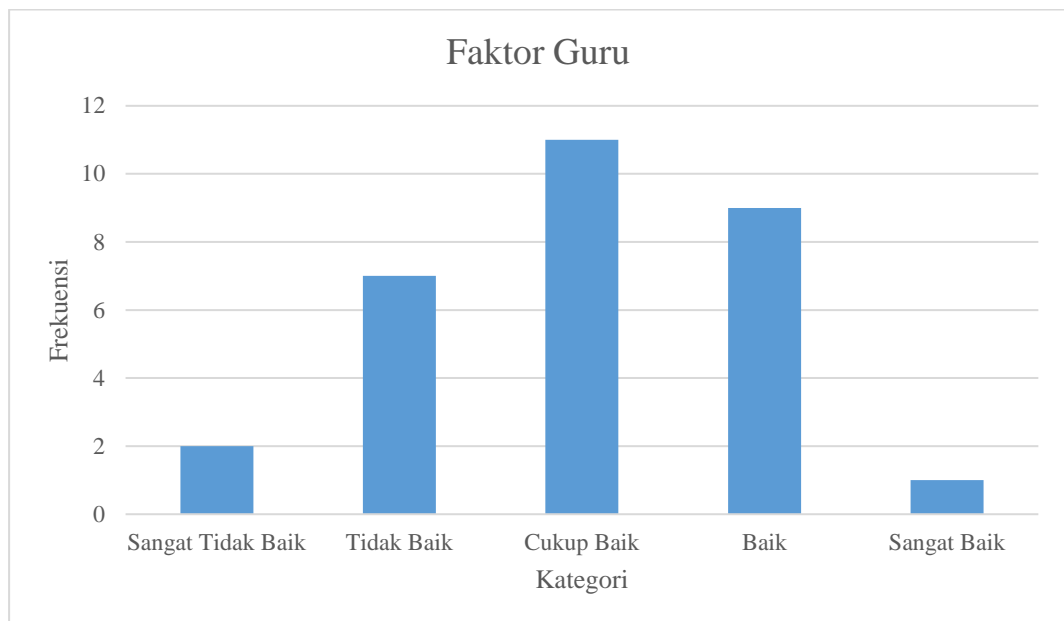
Faktor guru pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 6 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 24; skor terendah = 13; mean = 17,567; dan standar defiasi = 2,5124. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik. Hasil kategorisasi faktor kurikulum dapat dilihat pada tabel berikut:

*Tabel 7. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Guru*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 21,335$	1	3,33%
2	Baik	$18,823 \leq 21,335$	9	30%
3	Cukup Baik	$16,31 \leq 18,823$	11	36,68%
4	Tidak Baik	$13,798 \leq 16,31$	7	23,33%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 13,798$	2	6,66%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil dari faktor guru yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 3,33%, kategori baik sebesar 30%, kategori cukup baik sebesar 36,68%, kategori tidak baik sebesar 23,33%, kategori sangat tidak baik sebesar 6,66%.

Hasil penelitian faktor guru apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



*Gambar 50. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Guru*

### 3. Materi Pembelajaran

Faktor materi pembelajaran pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 20; skor terendah = 14; mean = 15,867; dan standar defiasi = 1,6275. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik. Hasil kategorisasi faktor materi pembelajaran dapat dilihat pada tabel berikut:

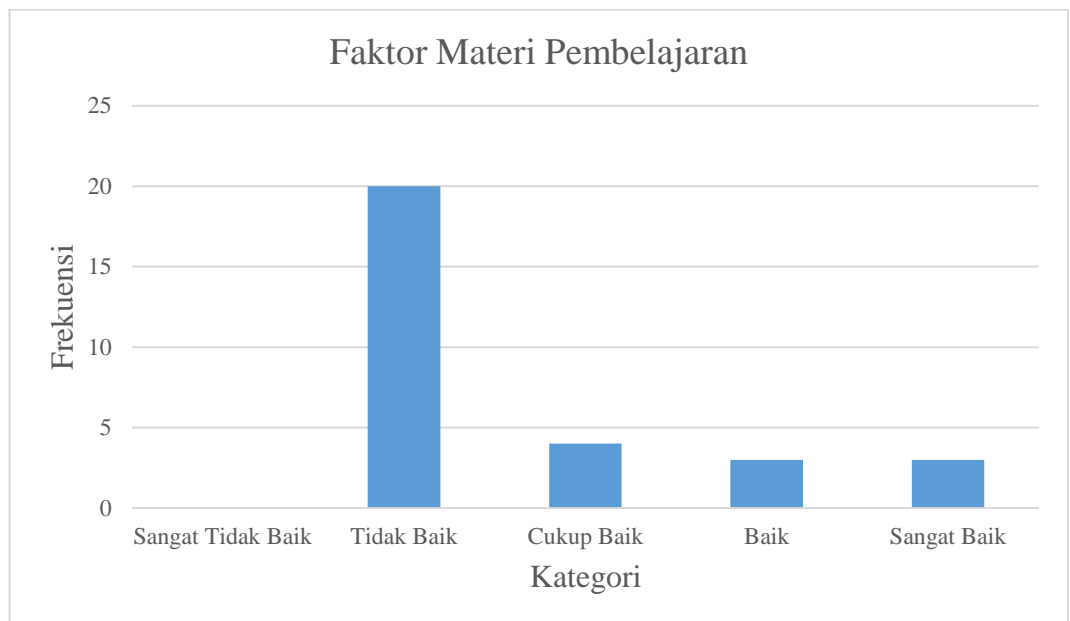


*Tabel 8. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Materi Pembelajaran*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 18,308$	3	10%
2	Baik	$16,68 \leq 18,308$	3	10%
3	Cukup Baik	$15,053 \leq 16,68$	4	13%
4	Tidak Baik	$13,425 \leq 15,053$	20	67%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 13,425$	0	0%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil dari faktor materi pembelajaran yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 10%, kategori baik sebesar 10%, kategori cukup baik sebesar 13%, kategori tidak baik sebesar 67%, kategori sangat tidak baik sebesar 0%.

Hasil penelitian faktor materi pembelajaran apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



*Gambar 51. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Materi Pembelajaran*

#### 4. Sumber Belajar

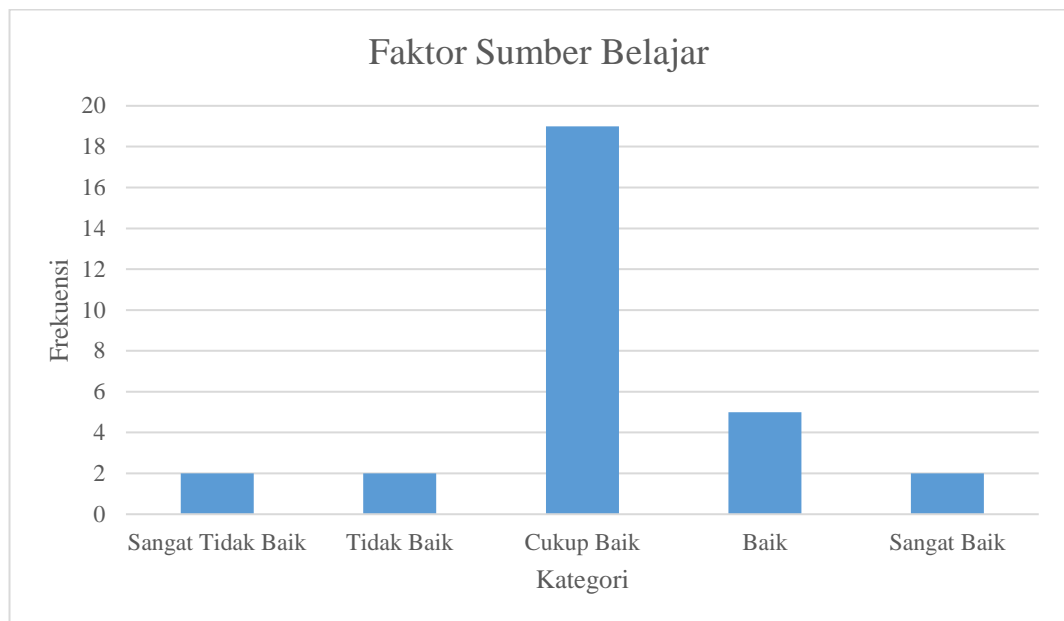
Faktor sumber belajar pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 7 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 26; skor terendah = 18; mean = 20,833; dan standar defiasi = 1,675. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik. Hasil kategorisasi faktor sumber belajar dapat dilihat pada tabel berikut:

*Tabel 9. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Sumber Belajar*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 23,346$	2	6,66%
2	Baik	$21,671 \leq 23,346$	5	16,66%
3	Cukup Baik	$19,996 \leq 21,671$	19	63,36%
4	Tidak Baik	$18,321 \leq 19,996$	2	6,66%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 18,321$	2	6,66%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil dari faktor sumber belajar yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 6,66%, kategori baik sebesar 16,66%, kategori cukup baik sebesar 63,36%, kategori tidak baik sebesar 6,66%, kategori sangat tidak baik sebesar 6,66%.

Hasil penelitian faktor sumber belajar apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



*Gambar 52. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Sumber Belajar*

## 5. Siswa/Peserta Didik

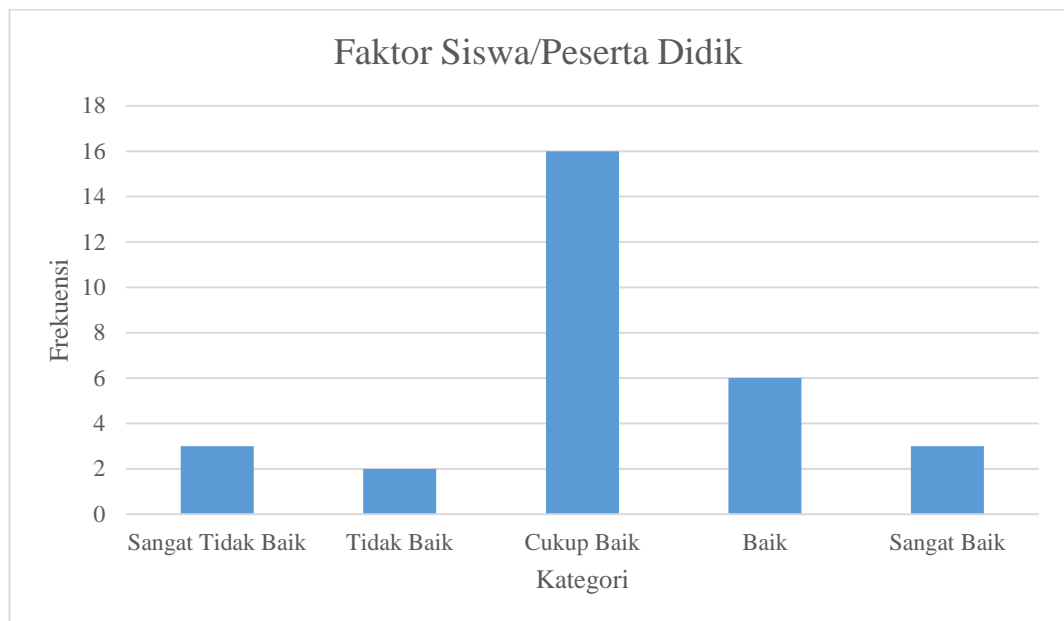
Faktor pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 18; skor terendah = 10; mean = 14,9; dan standar defiasi = 1,9891. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, tidak baik, sangat tidak baik. Hasil kategorisasi faktor siswa/ peserta didik dapat dilihat pada tabel berikut:

*Tabel 10. Hasil Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan terhadap Faktor Siswa/Peserta Didik*

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persen
1	Sangat Baik	$X \geq 17,884$	3	10%
2	Baik	$15,895 \leq 17,884$	6	20%
3	Cukup Baik	$13,905 \leq 15,895$	16	53,34%
4	Tidak Baik	$11,916 \leq 13,905$	2	6,66%
5	Sangat Tidak Baik	$X \leq 11,916$	3	10%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil dari faktor sumber belajar yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 10%, kategori baik sebesar 20%, kategori cukup baik sebesar 53,34%, kategori tidak baik sebesar 6,66%, kategori sangat tidak baik sebesar 10%.

Hasil penelitian faktor siswa/ peserta didik apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



*Gambar 53. Diagram Batang Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Terhadap Faktor Siswa/Peserta Didik*

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan. Penelitian ini dilakukan di 21 SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan dengan responden yaitu guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan yang berjumlah 30 guru. Penelitian ini dilakukan pada bulan September 2019. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan hasil observasi awal yaitu banyak guru yang belum memberikan materi beladiri pencak silat kepada peserta didiknya dikarenakan guru belum benar-benar menguasai materi beladiri pencak silat.

Keterlaksanaan dalam pembelajaran akan tercapai apabila memenuhi beberapa faktor, berdasarkan penjelasan Suryobroto (2004: 1) menyatakan bahwa

dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan 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 sangat tidak baik sebesar 6,67%.

Berdasarkan uraian tersebut keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan bisa dilihat pembahasan dari beberapa faktor sebagai berikut:

#### **1. Kurikulum**

Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, kompetensi dasar, materi standar, dan hasil belajar siswa (Mulyasa, 2006: 24). Berdasarkan hasil perhitungan di atas, persentase terbesar pada faktor kurikulum berada pada kategori tidak baik dengan persentase sebesar 43,34%. Hal ini menunjukkan bahwa kurikulum 2013 perlu dipertahankan bahkan harus ditingkatkan lagi. Pada faktor kurikulum ini sekolah sudah dituntut untuk melaksanakan kurikulum 2013, yang harus melaksanakan semua materi PJOK. Kurikulum bisa dikatakan sebagai landasan atau dasar yang berisi rancangan ide dalam dunia pendidikan yang diciptakan untuk mencapai tujuan pendidikan itu sendiri. Kurikulum 2013 (K13) sangat membantu guru PJOK dalam mengajarkan

semua kompetensi dasar dan memberikan materi-materi yang wajib maupun yang tidak. Kurikulum 2013 yang dilaksanakan mengharuskan guru untuk mengajarkan materi pada setiap kompetensi, akan tetapi keterbatasan waktu membuat tidak semua materi dapat terlaksana dengan baik, salah satu materi yang harus diajarkan adalah beladiri pencak silat. Dalam hal ini beberapa guru mensiasati materi pencak silat dengan cara memberikan materi lewat gambar maupun video pembelajaran. Hal ini didukung dengan pernyataan yang menyatakan bahwa guru merasa penting untuk mengajarkan pembelajaran materi beladiri pencak silat.

## **2. Guru**

Seorang guru mempunyai tugas untuk merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, dan melakukan penilaian. Menurut UU No. 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen, ada 4 kompetensi dasar yang harus dimiliki oleh seorang guru profesional. Empat kompetensi dasar yang dimaksud adalah kompetensi pedagogik, profesional, kepribadian, dan kompetensi sosial. Guru yang berkualitas berpengaruh besar terhadap efektivitas pembelajaran dan pada gilirannya mempengaruhi prestasi anak (Maksum, 2009:2). Seorang guru PJOK dituntut untuk dapat berperan sesuai bidangnya, hal tersebut akan menentukan pencapaian tujuan pembelajaran sesuai dengan kurikulum. Keinginan dpt dr kampus.

Hasil penelitian pada faktor guru sebagian besar masuk dalam kategori cukup baik sebesar 36,68%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa belum semua guru mampu melaksanakan materi pencak silat pada pembelajaran PJOK. Hal tersebut



dikarenakan guru belum menguasai materi pencak silat dengan baik secara praktik namun beberapa guru berusaha memberikan materi pencak silat dalam bentuk teori sehingga siswa tetap mendapat materi tersebut. Selain keinginan yang besar untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat guru juga mempunyai tingkat percaya diri yang tinggi dikarenakan guru sudah mendapatkan materi beladiri pencak silat sewaktu diperkuliahan. Dengan mengembangkan empat kemampuan tersebut guru akan lebih siap dalam mengajarkan setiap materi olahraga tak terkecuali materi beladiri pencak silat.

Guru pendidikan jasmani pada umumnya memiliki bekal pendidikan dan pengetahuan tentang pendidikan jasmani dengan baik. Namun dalam materi pembelajaran beladiri tidak semua guru memiliki keterampilan pada bidang beladiri, sehingga sebagian besar guru memilih tidak mengajarkan materi beladiri.

### **3. Materi Pembelajaran**

Materi adalah isi dari suatu pembelajaran yang mengandung pesan pembelajaran yang harus dikuasai secara baik dan benar oleh guru selaku tenaga pendidik, sehingga pembelajaran berjalan efektif, efisien, dan mencapai tujuan. Berdasarkan hasil penelitian pada faktor materi masuk dalam kategori tidak baik sebesar 67%. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa materi pembelajaran pencak silat di SD belum sepenuhnya dikuasai oleh guru yang bersangkutan. Sebagian besar guru telah memberikan materi secara teori dengan cara memberikan gambar-gambar serta video gerakan di dalam beladiri pencak silat. Dalam beladiri pencak silat terdapat 4 aspek utama, salah satunya aspek olahraga. Seperti pendapat Kriswanto (2015:22) bahwa “Aspek olahraga meliputi sifat dan sikap

menjamin kesehatan jasmani dan rohani serta berprestasi di bidang olahraga”. Guru mengetahui beberapa gerakan dalam beladiri pencak silat seperti macam-macam tendangan, tangkisan, belaan, hindaran, kuda-kuda, pola langkah dll. materi tersebut sangatlah sederhana namun banyak guru yang masih sulit untuk membedakan antara nama dan gerakannya. Perlunya penyegaran kembali kepada guru-guru PJOK sekolah dasar dalam proses pembelajaran PJOK agar guru bisa mengingat kembali materi-materi beladiri pencak silat yang nantinya akan diberikan kepada peserta didiknya. Seperti pendapat Mulyasa (2006: 96) bahwa bahan ajar merupakan salah satu bagian dari sumber ajar yang dapat diartikan sesuatu yang mengandung pesan pembelajaran, baik yang bersifat khusus maupun yang bersifat umum yang dapat dimanfaatkan untuk kepentingan pembelajaran.

#### **4. Sumber Belajar**

Sumber belajar adalah informasi yang disimpan bisa dalam bentuk media yang nantinya bisa dimanfaatkan siswa untuk belajar dan mendapatkan informasi yang bertujuan mendukung proses pengajaran serta dapat memudahkan pencapaian belajar. Berdasarkan hasil penelitian pada faktor sumber belajar masuk dalam kategori cukup baik sebesar 63,35%. Kelengkapan sumber belajar yang berbeda-beda di setiap di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan membuat guru harus mencari sumber belajar di media lain seperti buku-buku, internet, youtube, bahkan harus bertanya kepada seseorang yang ahli dalam bidang beladiri pencak silat. Koleksi buku-buku di perpustakaan tentu memiliki berbagai macam perbedaan antar sekolah. Hal ini menuntut guru harus kreatif untuk mendapatkan sumber belajar yang berkaitan dengan materi beladiri pencak silat. Seperti yang

diungkapkan Sanjaya (2010:228) sumber belajar adalah segala sesuatu yang ada di sekitar lingkungan kegiatan belajar yang secara fungsional dapat digunakan untuk membantu optimalisasi hasil belajar. Keterbatasan sumber belajar bisa disiasati dengan memberikan tugas mandiri kepada siswa untuk mencari sumber belajar tentang pencak silat secara mandiri. Sehingga keterbatasan sumber belajar tidak menjadi penghalang dalam pembelajaran beladiri pencak silat.

## **5. Siswa/Peserta Didik**

Berdasarkan hasil penelitian pada faktor siswa sebagian besar masuk dalam kategori kategori cukup baik sebesar 53,34%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebenarnya siswa di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan cukup berminat dengan olahraga pencak silat. Antusiasme siswa yang tinggi juga mendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri di sekolah dasar. Hal tersebut dikarenakan sebenarnya olahraga pencak silat merupakan salah satu olahraga yang cukup populer di Indonesia, selain beladiri pencak silat merupakan olahraga yang populer di Indonesia, banyak di sekolah dasar yang mengadakan ekstrakurikuler pencak silat guna untuk menunjang siswa untuk berprestasi. Oleh karena itulah minat siswa dalam pembelajaran beladiri pencak silat tinggi. Pemahaman teori tentang materi olahraga beladiri pencak silat perlu didukung dengan adanya aktivitas praktik, sehingga peserta didik merasakan bagaimana mempelajari pencak silat secara praktik karena pembelajaran akan berhasil jika siswa mampu menguasai materi secara praktik dan teori.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian 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%, pada kategori baik sebesar 16,67%, pada kategori cukup baik sebesar 43,33%, pada kategori tidak baik sebesar 26,66%, pada kategori sangat tidak baik sebesar 6,67%.

#### **B. Implikasi**

Memberikan gambaran tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan.

#### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas ada beberapa saran yang perlu disampaikan, yaitu:

1. Bagi guru PJOK diharapkan dapat meningkatkan keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat agar tujuan pendidikan dapat tercapai.
2. Bagi siswa, agar siswa lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran aktivitas beladiri pencak silat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amirullah, H. (2011). *Keterlaksanaan Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Di Daerah Istimewa Yogyakarta*. JPJI, Vol 8, No 1, April 2011.
- Arifin, B.M. (2012). *Kinerja Guru Profesional*. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifudin. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR.
- Depdiknas. (2008). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Djamarah, S.B. & Zain, A. (2013). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hadi, S. 1991. *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai dengan Basica*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hamalik, Oemar. (2017). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Husdarta, J.S. (2015). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: ALFABETA.
- Husien, L. (2017). *Profesi Keguruan Menjadi Guru Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Januarno. (1989). *Pedoman Pembinaan Latihan Prestasi Olahraga Pencak Silat* Jakarta: Yayasan Setia Hati Terate.
- Kurniasih, Imas & Sani, Berlin. (2017). *Lebih Memahami Konsep & Proses Pembelajaran Implementasi & Praktek dalam Kelas*. Surabaya: Kata Pena.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak Silat*. Yogyakarta: Pustaka baru press.
- Lubis, Johansyah. (2004). *Pencak Silat Panduan Praktis*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Majid, Abdul. (2007). *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Maksum, Ali. (2009). *Kualitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah: Antara Harapan dan Kenyataan*. Hlm. 1-14.
- Mulyana. (2013). *Pendidikan Pencak Silat*. Bandung: REMAJA ROSDAKARYA.
- Mulyasa, H.E. 2006. *Kurikulum yang Disempurnakan Pengembangan Standar Kompetensi dan Kompetensi dasar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muslich, Masnur. (2014). *KTSP Pembelajaran Berbasis Kompetensi dan Kontektual*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Murwarni, E. D. 2006. *Peran Guru dalam Membangun Kesadaran Kritis Siswa*. *Jurnal Pendidikan Penabur* Vol. 5 No. 6. Juni 2006. Jakarta : Kepala Jenjang SMAK BPK Penabur.
- Nasution. 1982. *Metode Research*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Nugroho, Agung. (2001). *Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- \_\_\_\_\_. (2001) *Diklat Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- \_\_\_\_\_.(2004). *Pencak Silat: Comparasi, Implementasi, dan Manajemen*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rithaudin, Ahmad & Sari, I.P.T.P. (2019). Analisis pembelajaran aspek kognitif materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 2019, 33-38.
- Sanjaya, W. (2013). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- \_\_\_\_\_.(2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Setiawan, B.H. (2012). Pengembangan Modul Pembelajaran Pencak Silat sebagai Sumber Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas. *Skripsi*, Yogyakarta: UNY.
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

- Suherman, W.S., dkk. 2018. *Kurikulum Pendidikan Jasmani dari Teori Hingga Evaluasi Kurikulum*. Depok: RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Suprihatiningrum, J. (2014). *Guru Profesional: Pedoman Kinerja, Kualifikasi dan Kompetensi Guru*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Suryobroto, A. S. 2004. *Diktat Mata Kuliah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- \_\_\_\_\_. (2005). *Diktat kuliah persiapan profesi guru pendidikan jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Suyono & Hariyono. (2014). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Susanto, Ahmad. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran Di Sekolah Dasar*. Jakarta: PRENADAMEDIA
- Syarifudin, A. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Tim Pengembangan MKDP. (2013). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Depok : RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Wawan S. S. 2004. *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek Pengembangan*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Yusuf, Mohammad. (2018). Faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Se-Kecamatan Bantul. *Skripsi*, Yogyakarta: UNY.


# LAMPIRAN



*Lampiran 1. Daftar Satuan Pendidikan Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Banguntapan*

<b>No.</b>	<b>Nama Satuan Pendidikan</b>	<b>Alamat</b>	<b>Status</b>
1	SD N 1 Jambidan	Kepanjen, Jambidan, Banguntapan	Negeri
2	SD N 1 Salakan	Salakan, Potorono, Banguntapan	Negeri
3	SD N 1 Sekarsuli	Mantup, Baturetno, Banguntapan	Negeri
4	SD N 2 Jambidan	Pamotan, Jambidan, Banguntapan, Bantul	Negeri
5	SD N 2 Salakan	Mertosanan Wetan, Potorono, Banguntapan, Bantul	Negeri
6	SD N Banguntapan	Tegalkopen, Banguntapan, Banguntapan	Negeri
7	SD N Baturetno	Tegal Priyan, Plakaran, Baturetno, Banguntapan	Negeri
8	SD N Grojogan	Jl.Wijoyo Mulyo 10, Grojogan, Tamanan, Banguntapan	Negeri
9	SD N Jaranan	Pringgolayan	Negeri
10	SD N Jomblangan	Jomblangan, RT09 RW30	Negeri
11	SD N Jurugentong	Jurugentong, Banguntapan, Banguntapan	Negeri
12	SD N Mutihan	Mutihan, Wirokerten, Banguntapan	Negeri
13	SD N Plakaran	Plakaran, Baturetno, Banguntapan	Negeri
14	SD N Sampangan	Sampangan, Wirokerten, Banguntapan	Negeri
15	SD N Singosaren	Sarirejo 2, Singosaren, Banguntapan	Negeri
16	SD N Sokowaten Baru	Jl. Arimbi No.27 Babadan, Banguntapan	Negeri
17	SD N Tamanan	Jl. Pasopati No.21 Kauman, Tamanan, Banguntapan	Negeri
18	SD N Wirokerten	Glondong, Wirokerten, Banguntapan	Negeri
19	SD N Wiyoro	Wiyoro, Baturetno, Banguntapan	Negeri
20	SD Ngentak	Ngentak	Negeri
21	SD Potorono	Nglaren, Potorono	Negeri

*Lampiran 2. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi*

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
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 : 66/PGSD Penjas/IV/2019  
Lamp : 1 Bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

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

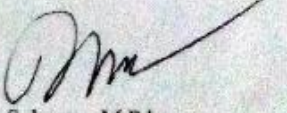
Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Maylina Kristi Lestari  
NIM : 16604221004  
Judul Skripsi : Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan Tahun Ajaran 2019/2020

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/Ibu disampaikan terima kasih.


Yogyakarta, 25 April 2019  
Kaprodi PGSD Penjas.

  
Dr. Subagyo, M.Pd  
NIP. 19561107 198203 1 003

Tembuhan :  
1. Prodi  
2. Ybs



*Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan*

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psr: 282, 299, 291, 541

---

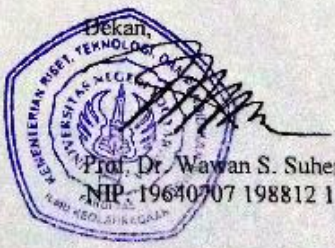
Nomor : 09.16/UN.34.16/PP/2019. 19 September 2019  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.  
Kepala SD Negeri .....  
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Maylina Kristi Lestari  
NIM : 16604221004  
Program Studi : PGSD Penjas  
Dosen Pembimbing : Ahmad Rithaudin, M.Or.  
NIP : 198101252006041001  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : September s/d November 2019  
Tempat : SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan  
Judul Skripsi : Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Banguntapan Tahun Ajaran 2019/2020.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

  
Dekan,  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**  
1. Kaprodi PGSD Penjas  
2. Pembimbing Tas.  
3. Mahasiswa ybs

*Lampiran 4. Angket Penelitian*

**Angket Penelitian**

**ANGKET FAKTOR PENDUKUNG KETERLAKSANAAN  
PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK SILAT**

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir atau skripsi yang sedang saya lakukan pada program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Yogyakarta, maka saya melakukan penelitian dengan judul “Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan”.

Adapun salah satu cara untuk melakukan pengambilan data adalah dengan menggunakan angket. Oleh karena itu, saya mengharap kiranya Bapak/Ibu berkenan mengisi angket yang telah disediakan dengan memilih jawaban yang telah tersedia. Dalam hal ini saya akan merahasiakan identitas responden.

Di bawah ini merupakan pernyataan yang berisi aspek-aspek yang mendukung terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat. Sebagai guru yang mengampu mata pelajaran PJOK, saya harap Bapak/Ibu guru untuk memberi penilaian pada pernyataan yang tersedia.

Atas ketersediaan dan kerjasama dari Bapak/Ibu sebelum dan sesudahnya saya ucapkan terima kasih.

### Petunjuk pengisian

Pilihlah jawaban dari pernyataan di bawah ini yang menurut anda mendukung pada terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat, dengan cara memberi tanda centang (✓) pada kolom dengan pilihan jawaban: **Sangat Mendukung (SM)**, **Mendukung (M)**, **Tidak Mendukung (TM)**, **Sangat Tidak Mendukung (STM)**.

Contoh :

No	Pernyataan	SM	M	TM	STM
1	Kondisi lapangan yang baik				

Keterangan:

- Pada contoh di atas terdapat pernyataan “Kondisi lapangan yang baik”, apabila menurut Bapak/Ibu pernyataan yang tertera merupakan aspek yang mendukung terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat, maka Bapak/Ibu diharapkan untuk memberi tanda centang (✓) pada kolom **Mendukung (M)**.
- Apabila menurut Bapak/Ibu pernyataan yang tertera bukan merupakan aspek pendukung terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat, maka Bapak/Ibu diharap untuk memberi tanda centang (✓) pada kolom **Tidak Mendukung (TM)**.

### ANGKET PENELITIAN

No	Pertanyaan/ pernyataan	SM	M	TM	STM
<b>Kurikulum</b>					
1	Materi beladiri saya dijadikan sebagai salah satu materi dalam pembelajaran PJOK kelas atas				
2	Materi-materi beladiri pencak silat saya masukan ke dalam tiap program semester				
3	Saya mencantumkan materi beladiri pencak silat dalam silabus				

4	Saya membuat RPP untuk melaksanakan pembelajaran beladiri pencak silat				
5	Jam/waktu pembelajaran beladiri pencak silat dirasa cukup				
6	Beladiri pencak silat disertakan dalam kurikulum untuk memberi berbagai pengalaman kepada siswa				
7	Pembelajaran beladiri pencak silat tidak harus membuat RPP terlebih dahulu				
<b>Guru</b>					
8	Saya menguasai materi pembelajaran beladiri pencak silat				
9	Saya berkeinginan untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat				
10	Saya mampu menyusun RPP materi beladiri pencak silat				
11	Saya berminat mengembangkan materi beladiri pencak silat				
12	Saya menguasai metode untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat				
13	Saya pernah mendapat materi beladiri pencak silat di sekolah/ kuliah/ pelatihan				
<b>Materi Pembelajaran</b>					
14	Materi beladiri pencak silat diberikan secara praktik dan teori				
15	Materi pembelajaran dimodifikasi mengikuti kondisi sekolah yang telah ada				
16	Tendangan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				
17	Belaan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				
18	Pukulan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				

<b>Sumber Belajar</b>					
19	Saya menggunakan sumber-sumber berupa buku guru, buku siswa, dan buku umum sebagai referensi				
20	Saya menggunakan sumber dari internet sebagai referensi proses pembelajaran				
21	Saya menggunakan sumber belajar berupa gambar-gambar				
22	Saya sulit menemukan sumber belajar beladiri pencak silat				
23	Saya menggunakan sumber belajar berupa hasil-hasil penelitian				
24	Saya menggunakan sumber belajar berupa CD pembelajaran beladiri pencak silat				
25	Lingkungan sekitar saya gunakan sebagai sumber belajar beladiri pencak silat				
<b>Siswa/ Peserta Didik</b>					
26	Siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran beladiri pencak silat				
27	Siswa sudah pernah belajar beladiri pencak silat di perguruan pencak silat (non formal) sebelum masuk sekolah (formal)				
28	Siswa kurang tertarik belajar materi beladiri pencak silat				
29	Siswa senang belajar materi beladiri pencak silat				
30	Siswa mendapat dukungan orang tua untuk belajar materi beladiri pencak silat				



*Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian*

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

**NOMOR : 422 /KKG PJOK 2019**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Asta Hidayadi, S.Pd.  
NIP : 196712282000031003  
Pangkat/ Gol : -  
Jabatan : Ketua KKG PJOK SD Kecamatan Banguntapan  
Instansi : SD N Ngentak


Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : MAYLINA KRISTI LESTARI  
No. Mahasiswa : 16604221004  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas  
Jenjang : S1  
Lokasi Penelitian : KKG PJOK SD Kecamatan Banguntapan  
Judul Penelitian :

"FAKTOR KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI  
PENCAK SILAT PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DENGAN KURIKULUM 2013 DI SD  
NEGERI SE-KECAMATAN BANGUNTAPAN"

Yang bersangkutan sudah melaksanakan penelitian untuk penyusunan Tugas Akhir Skripsi pada bulan September - Oktober 2019 di KKG PJOK SD Kecamatan Banguntapan.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 01 Oktober 2019  
Ketua KKG  
  
Asta Hidayadi, S.Pd.  
NIP.96712282000031003



*Lampiran 6. Data Penelitian*

NO	Butir Soal																	
	Faktor Kurikulum							Faktor Guru						Faktor Materi				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
7	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4
8	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
9	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
10	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3
11	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
12	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
13	4	3	3	4	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
16	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
17	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2
18	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3
19	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

<b>20</b>	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3
<b>21</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>22</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>23</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3
<b>24</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3
<b>25</b>	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
<b>26</b>	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>27</b>	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4
<b>28</b>	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>29</b>	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3
<b>30</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3

Lanjutan Data Penelitian

NO	Butir Soal												TOTAL
	Sumber Belajar							Siswa/Peserta Didik					
	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	94
2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	103
3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	103
4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	95
5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	96
6	3	4	3	4	3	3	3	4	1	4	4	4	105
7	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	90
8	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	84
9	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	86
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93
11	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	85
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	93
13	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	90
14	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	94
15	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	95
16	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	95
17	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	88
18	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	97
19	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	113

<b>20</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	<b>80</b>
<b>21</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	<b>89</b>
<b>22</b>	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	<b>87</b>
<b>23</b>	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>82</b>
<b>24</b>	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	<b>77</b>
<b>25</b>	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	<b>92</b>
<b>26</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	<b>91</b>
<b>27</b>	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	<b>103</b>
<b>28</b>	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	<b>89</b>
<b>29</b>	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>86</b>
<b>30</b>	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	<b>84</b>

Lampiran 7. Olah Data

NO	Butir Soal																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
----	------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Lanjutan Olah Data

Kurikulum				
	min	max	freq	Persen
SM	26,36	X	3	10%
M	23,99	26,36	9	30%
CM	21,61	23,99	4	13,33%
KM	19,24	21,61	13	43,34%
TM	X	19,24	1	3,33%

Guru				
	min	max	freq	persen
SM	21,34	X	1	3,33%
M	18,82	21,34	9	30%
CM	16,31	18,82	11	36,68%
KM	13,8	16,31	7	23,33%
TM	X	13,8	2	6,66%

Materi Pembelajaran				
	min	max	freq	Persen
SM	18,31	X	3	10%
M	16,68	18,31	3	10%
CM	15,05	16,68	4	13%
KM	13,43	15,05	20	67%
TM	X	13,43	0	0%

Sumber Belajar				
	min	max	freq	Persen
SM	23,35	X	2	6,66%
M	21,67	23,35	5	16,66%
CM	20	21,67	19	63,35%
KM	18,32	20	2	6,66%
TM	X	18,32	2	6,66%












Siswa/ Peserta Didik				
	min	max	freq	Persen
SM	17,88	X	3	10%
M	15,89	17,88	6	20%
CM	13,91	15,89	16	53,34%
KM	11,92	13,91	2	6,66%
TM	X	11,92	3	10%

TOTAL				
	min	max	freq	Persen
SM	103,704	X	2	6,67%
M	95,8792	103,704	5	16,67%
CM	88,0541	95,8792	13	43,33%
KM	80,229	88,0541	8	26,67%
TM	X	80,229	2	6,66%

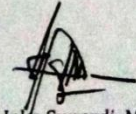
Lampiran 8. Kartu Bimbingan

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : MAYLINA KRISTI LESTARI  
 NIM : 16604221004  
 Program Studi : PGSD PENJAS  
 Pembimbing : AHMAD RITHAUDIN, M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	2 / 5 / 19	- Konfirmasi proses bimbingan - Revisi Bab I	
2	17 / 6 / 19	- Revisi Bab I - II	
3	18 / 7 / 19	- Revisi Bab II - III	
4	2 / 8 / 19	- Revisi Bab III	
5	29 / 8 / 19	- Revisi Instrumen	
6	19 / 9 / 19	- Ijin Penelitian	
7.	5 / 11 / 19	- Revisi bab IV & V	
8.	27 / 11 / 19	- Revisi bab I - V	
9.	2 / 12 / 19	- Revisi Akhir I	
10.	4 / 12 / 19	- Revisi Akhir II	
11.	5 / 12 / 19	- ACC Ujian	

Ketua Jurusan POR,

  
 Dr. Jaka Sunardi, M.kes.  
 NIP. 19610731 199001 1 001

*Lampiran 9. Dokumentasi*

Pengisian angket dilakukan pada saat kegiatan KKG

