

**PEMAHAMAN PESERTA DIDIK TERHADAP MATERI  
PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK SILAT  
KELAS VII MATA PELAJARAN  
PJOK DI SMPN 1 SEWON**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh:

Salma Ardiani Almasah

18601241005

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2022**

**PEMAHAMAN PESERTA DIDIK TERHADAP MATERI  
PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK SILAT MATA PELAJARAN  
PJOK DI SMPN 1SEWON**

Oleh:

Salma Ardiani Almasah

18601241005

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon.

Penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dalam bentuk tes. Tes dilakukan melalui pengisian google form setelah melakukan *classmeeting*. Populasi penelitian ini adalah kelas VII SMPN 1 Sewon dengan jumlah 224 peserta didik. Pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes soal dengan pilihan ganda. Hasil uji coba validitas instrumen kepada peserta didik 21 soal dinyatakan valid dan 11 soal dinyatakan tidak valid. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach's* sebesar 0.722. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis data presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran PJOK kelas VII SMPN 1 Sewon dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 32% (14 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 45% (20 peserta didik), kategori “sedang” 11% (5 peserta didik), kategori “rendah” 11% (5 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik)

Kata kunci: pemahaman, pencak silat, peserta didik kelas VII

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Salma Ardiani Almasah

NIM 18601241005

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran  
Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN  
1 Sewon

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

Bantul, 15 Juli 2022

Yang Menyatakan,



Salma Ardiani Almasah

NIM 18601241005

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan judul

**PEMAHAMAN SISWA TERHADAP MATERI PEMEBLELAJARAN  
BELADIRI PENCAK SILAT KELAS VII MATA PELAJARAN PJOK DI  
SMPN 1 SEWON**

Disusun Oleh:

Salma Ardiani Almasah

NIM 18601241005

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

Yogyakarta, 15 Juli 2022

Mengetahui,  
a.n.Koordinator Prodi PJKR

Disetujui,  
Dosen Pembimbing

  
Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.  
NIP. 197702182008011002

  
Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197310062001122001

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**PEMAHAMAN PESERTA DIDIK TERHADAP MATERI PEMEBLELAJARAN  
BELADIRIPENCAK SILAT KELASVII MATA PELAJARAN PJOK DI  
SMPN 1 SEWON**

Disusun oleh:

Salma Ardiani Almasah

NIM 18601241005

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 3 Agustus 2022

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan

Tanda  
Tangan

Tanggal

Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
Ketua Penguji/Pembimbing



8/8/22

Yuyun Ari Wibowo, S.Pd.Jas.,  
M.Or  
Sekretaris Penguji



8/8/2022

Dr. Yudanto, M.Pd  
Penguji Utama

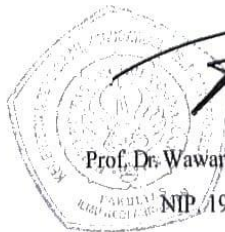


8/8/2022

Yogyakarta Agustus 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed

NIP. 196407071988121001

## **MOTTO**

Pada akhirnya takdir Allah selalu baik walaupun terkadang perlu air mata untuk menerimanya.

(Ummar Bin Khattab)

*Wearing unbranded and cheap clothes does not mean yiu are poor, remember you have family to feed, not a community to impress.*

(Emma Watson)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan ini saya persembahkan karya sederhana dari saya untuk orang-orang yang selalu ada disekitar saya, yang selama ini selalu memberikan dukungan untuk kelancaran Tugas Akhir Skripsi saya:

1. Terima kasih yang tak terhingga kepada Allah SWT atas segala anugerah dan rahmad yang selalu dilimpahkan kepada saya, serta junjungan Nabi Besar Muhammad SAW dan para sahabat atas segala suri tauladannya.
2. Terima kasih kepada kedua orang tua saya Bapak Subardi dan Ibu Samilah, serta adik-adik saya Hilda Wulaningtyas dan Muhammad Arhab Widodo yang selalu mendoakan saya, memberikan dukungan dari segi fisik maupun mental, memberikan motivasi, kasih sayang, dan segala yang telah diberikan kepada saya.
3. Serta teman-teman dan saudara/sepupu saya yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan arahan saat saya bertanya selama proses pembuatan Tugas Akhir Skripsi ini

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pemahaman Peserta didik Terhadap Meteri Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, disampaikanterimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nur Rohmah Muktiani S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi, serta memberikan perbaikan sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Alm Bapak Dr. Jaka Sunardi, M. Kes., Koordinator Progran Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani beserta dosen dan staff yang memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Wawan Sundawan Suherman M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Periode 2022/2023 yang telah memberikan izin dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Ibu Trismi Haryatiningsih, M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Sewon yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Ibu Trismi Haryatiningsih, M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Sewon yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Saudara, teman, dan sahabat yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberikan bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.  
Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi saya menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Bantul, 15 Juli 2022  
Penulis,



Salma Ardiani Almasah  
NIM. 18601241005

## DAFTAR ISI

|                                                            |      |
|------------------------------------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL.....                                        | i    |
| ABSTRAK .....                                              | ii   |
| MOTTO.....                                                 | vi   |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....                                  | vii  |
| KATA PENGANTAR .....                                       | viii |
| DAFTAR ISI .....                                           | x    |
| DAFTAR TABEL .....                                         | xii  |
| DAFTAR GAMBAR.....                                         | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                      | xiv  |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                     | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                            | 1    |
| B. Identifikasi Masalah .....                              | 5    |
| C. Pembatasan Masalah .....                                | 5    |
| D. Rumusan Masalah.....                                    | 5    |
| E. Tujuan Penelitian.....                                  | 6    |
| F. Manfaat Penelitian .....                                | 6    |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA.....                                 | 8    |
| A. Kajian Teori .....                                      | 8    |
| 1) Hakikat Pemahaman .....                                 | 8    |
| 2) Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ..... | 13   |
| 3) Hakikat Beladiri Pencak Silat.....                      | 17   |
| B. Hasil Penelitian Yang Relevan .....                     | 30   |
| C. Kerangka Berpikir .....                                 | 32   |
| BAB III METODE PENELITIAN .....                            | 34   |
| A. Jenis atau Desain Penelitian.....                       | 34   |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....                       | 34   |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian.....                     | 34   |

|                                                |     |
|------------------------------------------------|-----|
| D. Definisi Operasional Variabel.....          | 3 6 |
| E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data ..... | 3 6 |
| F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....   | 3 8 |
| G. Teknik Analisis Data.....                   | 4 2 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....    | 4 4 |
| A. Hasil Penelitian.....                       | 4 4 |
| B. Pembahasan .....                            | 5 3 |
| C. Keterbatasan Penelitian.....                | 5 6 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....               | 5 7 |
| A. Kesimpulan.....                             | 5 7 |
| B. Implikasi .....                             | 5 7 |
| C. Saran.....                                  | 5 7 |
| DAFTAR PUSTAKA.....                            | 5 8 |
| LAMPIRAN .....                                 | 6 1 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                             |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 1. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Pada Kurikulum 2013 .....                                                                                            | 1 7 |
| Tabel 2. Kisi-kisi Instrmen Uji Coba Penelitian .....                                                                                                       | 3 8 |
| Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....                                                                                                               | 4 0 |
| Tabel 4. Hasil Validasi Instrumen Penelitian .....                                                                                                          | 4 0 |
| Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas.....                                                                                                                        | 4 2 |
| Tabel 6. Standar Kriteria Objek.....                                                                                                                        | 4 3 |
| Tabel 7. Deskriptif Statistik Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1Sewon.....  | 4 4 |
| Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1Sewon ..... | 4 5 |
| Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat.....                                                                                     | 4 6 |
| Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat .....                                                                                   | 4 7 |
| Tabel 11. Dskriptif Statistik Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat.....                                                    | 4 9 |
| Tabel 12. Distribusi Frekuensi Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat .....                                                  | 5 0 |
| Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat .....                                                                              | 5 1 |
| Tabel 14. Distribusi Frekuensi Faktor Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat .....                                                                              | 5 2 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                                                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Gambar 1. Piramida 6 Aspek Ranah Kognitif .....                                                                                                                | 1 0 |
| Gambar 2. Tabel Kata Kerja Operasioanal Kognitif.....                                                                                                          | 1 3 |
| Gambar 3. Pukulan Lurus .....                                                                                                                                  | 2 3 |
| Gambar 4. Pukulan Bandul atau Pukulan Sangkal .....                                                                                                            | 2 4 |
| Gambar 5. Gerakan Tebasan.....                                                                                                                                 | 2 5 |
| Gambar 6. Gerakan Patukan .....                                                                                                                                | 2 6 |
| Gambar 7. Serangan Dobrakan.....                                                                                                                               | 2 7 |
| Gambar 8. Tendangan Lurus .....                                                                                                                                | 2 8 |
| Gambar 9. Tendangan Jejag .....                                                                                                                                | 2 9 |
| Gambar 10. Tenadanga T .....                                                                                                                                   | 3 0 |
| Gambar 11. Diagram Batang Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi<br>Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1<br>Sewon ..... | 4 5 |
| Gambar 12. Diagram Batang Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat .....                                                                                           | 4 8 |
| Gambar 13. Diagram Batang Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian<br>Pertandingan Pencak Silat .....                                                       | 5 0 |
| Gambar 14. Diagram Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat ....                                                                                | 5 3 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                       |   |   |
|-----------------------------------------------------------------------|---|---|
| Lampiran 1. Surat Persetujuan Tugas Akhir.....                        | 6 | 2 |
| Lampiran 2. Surat Uji Instrumen Dari Fakultas.....                    | 6 | 3 |
| Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas.....                  | 6 | 4 |
| Lampiran 4. Surat Keterangan Melakukan Penelitian Dari Sekolah .....  | 6 | 5 |
| Lampiran 5. Jawaban Responden Uji Validasi Instrumen Penelitian ..... | 6 | 6 |
| Lampiran 6. Jawaban Responden Instrumen Penelitian .....              | 6 | 7 |
| Lampiran 7. Kartu Bimbingan.....                                      | 6 | 8 |
| Lampiran 8. Soal Instrumen Uji Coba Penelitian .....                  | 6 | 9 |
| Lampiran 9. Soal Instrumen Penelitian .....                           | 7 | 4 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Kurikulum merupakan suatu perangkat pembelajaran yang diberikan oleh suatu lembaga pendidikan yang berisi rencana ataupun rancangan pembelajaran yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. Pengertian kurikulum tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 butir 19 yaitu: “Kurikulum adalah seperangkat dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu”. SMPN 1 Sewon menggunakan kurikulum 2013 sebagai acuan dan pedoman dalam pelaksanaan proses pembelajaran. Karakteristik dasar dari kurikulum 2013 itu sendiri terletak pada pendekatan yang digunakan pada kurikulum tersebut. Kurikulum 2013 ini menggunakan pendekatan saintifik. Pendekatan saintifik menjadi suatu ciri khas tersendiri dalam penerapan pendidikan yang ada dalam kurikulum 2013, pendekatan saintifik diterapkan dalam proses pembelajaran pada kurikulum 2013 menurut Anam (dalam Wicaksono, 2020). Saintifik itu sendiri sudah memuat menanya, mengamati, mengumpulkan informasi, mengasimilasi atau mengolah informasi, dan mengkomunikasikan.

Penerapan kurikulum 2013 ini diharapkan menjadikan sumber daya manusia terkhususnya pelajar dari tingkat sekolah dasar sampai tingkat atas. Menjadikan manusia yang memiliki daya saing bangsa seiring dengan

perkembangan zaman atau perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni. Menurut Puskurbuk (dalam Setiadi, 2016) Penerapan kurikulum 2013 ini diharapkan menjadi sumber daya manusia yang produktif, afektif, kreatif, inovatif, melalui penguatan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Dari penerapan kurikulum tersebut maka peserta didik dituntut untuk aktif dalam proses pembelajaran. Pembelajaran aktif merupakan pembelajaran yang mengajak peserta didik untuk belajar secara aktif, hal yang dimaksud adalah peserta didik mendominasi aktivitas proses pembelajaran. Dalam penilaian kurikulum 2013 yang dinilai ada tiga aspek yaitu sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Pengimplementasian dari kurikulum 2013 bisa terlihat dari karakter peserta didik.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan biasa disingkat PJOK merupakan bagian dari pendidikan nasional yang harus melibatkan unsur-unsur penting berupa pikiran dan tubuh. Junaedi (dalam Coralin 2020) Pembelajaran PJOK atau Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan secara holistik atau keseluruhan.

Materi pembelajaran di mata pelajaran PJOK yang termasuk ke dalam kompetensi dasar kurikulum 2013 taraf Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah materi keterampilan olahraga beladiri. Olahraga beladiri yang sesuai dengan kompetensi tersebut salah satunya adalah olahraga pencak silat. Beladiri pencak silat merupakan warisan budaya orisinal atau asli dari Indonesia

yang perlu dilestarikan, tidak boleh diabaikan oleh seorang guru pendidikan jasmani (penjas) selain itu beladiri pencak silat juga masuk kedalam silabus pendidikan.

Pembelajaran pencak silat di SMPN 1 Sewon sudah dilaksanakan dalam proses pembelajaran, akan tetapi untuk sarana dalam pembelajaran masih kurang, dari peserta didik sendiri masih memiliki kendala pada jaringan internet juga keterbatasan kuota internet untuk guru sendiri tidak bisa memonitoring peserta didik secara langsung. Sarana dan prasarana olahraga pendidikan merupakan suatu yang tidak bisa lepas satu sama lain dalam hal pendidikan. Dimana antar keduanya terdapat suatu keterkaitan yang sama. Sarana adalah sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sedangkan prasarana adalah sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen Soepartono (dalam Natal 2020). Untuk prasarana yang dimiliki SMPN 1 Sewon sudah ada dan layak digunakan.

Aspek pemahaman yang masih kurang diberikan saat pembelajaran berlangsung, lebih mengedepankan aspek psikomotor atau keterampilan saja sehingga minimnya pemahaman peserta didik terhadap materi. Selama peneliti melakukan observasi dalam bentuk kegiatan kampus yaitu PK atau Praktik Kependidikan ada kendala selain sarana yang kurang memadai saat pembelajaran berlangsung, juga saat melakukan pembelajaran jarak jauh yang hanya mengandalkan media pembelajaran online yang ada. Saat pemberian materi secara online belum tentu peserta didik membaca materi yang telah

disampaikan dikarenakan minat peserta didik untuk belajar materi beladiri pencak silat kurang. Untuk penugasan hanya mengirimkan bukti praktik saja. Saat peserta didik belum paham tentang materi yang disampaikan kemungkinan besar peserta didik jugamasih salah dalam melakukan gerakan. Hal tersebut sama dengan pendapat Dewi, S. Z dan Ibrahim, T: 2019 Pemahaman konsep yang salah akan membawa dampak negatif pada konsep- konsep ilmiah selanjutnya. Akan tetapi peserta didik kelas VII di SMPN 1 Sewon sudah memahami tentang materi pembelajaran beladiri pencak silat, di karenakan rata-rata peserta didik sudah menjawab dengan benar dari tes yang telah diberikan. Dengan demikian kemungkinan besar peserta didik bisa melakukan praktik dengan benar sesuai materi yang telah disampaikan oleh guru.

Dari permasalahan di atas, maka peneliti ingin meneliti seberapa tinggi tingkat oemahaman peserta didik kelas VII terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon Kabupaten Bantul. Dari penelitian ini akan terungkap seberapa pemahaman peserta didik terhadap materi beladiri pencak silat. Peneliti mengangkat permasalahan tersebut dalam penyusunan skripsi “Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat KelasVII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas terdapat permasalahan yang berkaitan dengan “Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon”, antara lain:

1. Terhambatnya proses pembelajaran karena peserta didik terkendala dengansinyal dan kuota internet yang terbatas
2. Minat belajar peserta didik yang kurang akan materi beladiri pencak silatoleh peserta didik SMPN 1 Sewon
3. Pemahaman peserta didik yang belum maksimal untuk memahami materipencak silat

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut maka penulis membatasi penelitian pada “Belum diketahuinya tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, maka perlu adanya suatu rumusan yang akan memberikan arah pada langkah penelitian. Adapun rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini yaitu: “seberapa tinggi tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMP N 1 Sewon”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian “Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMP N 1 Sewon” ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman peserta didik kelas VII terhadap materi beladiri pencak silat di SMPN 1 Sewon.

## **F. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi seluruh elemen penyelenggara pendidikan
- b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai literatur dalam penelitian yang relevan dimasa depan
- c. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan untuk menentukan tingkat pemahaman peserta didik tentang materi pencak silat di SMPN 1 Sewon

### **2. Manfaat praktis**

- a. Untuk Peneliti. Dapat meningkatkan kemampuan penulis dalam mengaplikasikan teori yang telah diterima selama menempuh pendidikan di perkuliahan dan mendorong peneliti untuk belajar memahami, mengetahui, menganalisis, dan menyelesaikan masalah.
- b. Untuk Guru. Dapat meningkatkan aspek kognitif sehingga praktik dan teori seimbang.
- c. Untuk peserta didik. Mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik terhadap pemahaman tentang materi beladiri pencak silat kelas VII
- d. Untuk sekolah. Pembelajaran PJOK terutama materi pencak silat dapat tersampaikan dengan baik.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

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

##### **1) Hakikat Pemahaman**

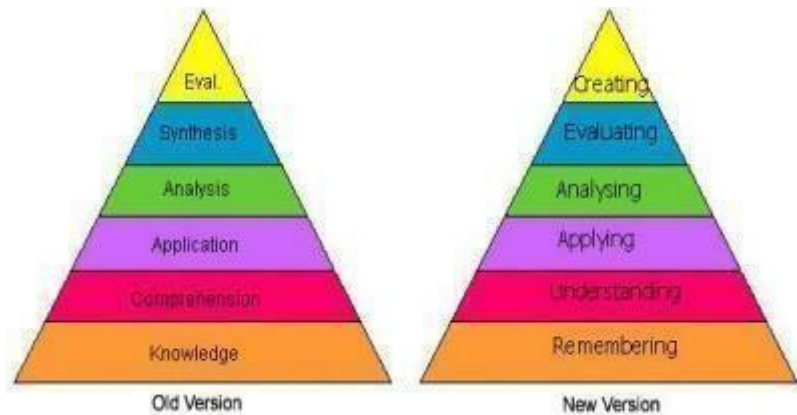
###### **a. Definisi Pemahaman**

Menurut Poerwadarminta, Pusat Bahasa Depdiknas, 2009:821 (dalam Yohanes, 2018) pemahaman berasal dari kata paham yang berarti: 1) pengertian, pengetahuan yang banyak; 2) pendapat, pikiran; 3) aliran, pandangan; 4) mengerti benar; 5) pandai dan mengerti benar. Menurut Widoyoko (2014) pemahaman adalah suatu proses mengkonstruksi makna dari pesan-pesan pembelajaran, baik yang bersifat lisan, tulisan, atau grafik yang telah disampaikan melalui pengajaran, buku, dan sumber lainnya. Novitasari (2016) pemahaman merupakan kemampuan untuk menangkap makna dari suatu konsep, pemahaman juga dapat diartikan kesanggupan untuk menyatakan suatu definisi dengan perkataan sendiri. Hanifah, H (2018) Pemahaman konsep adalah tingkat kemampuan yang diharapkan peserta didik mampu memahami konsep, situasi, dan fakta yang diketahui, serta dapat menjelaskan dengan kata-kata sendiri sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya, tanpa mengubah artinya. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah mengerti benar dari suatu konsep yang dapat diambil dari lisan, tulisan, grafik, atau sumber lainnya dapat diutarakan dengan perkataan sendiri dengan pengetahuan yang dimiliki tanpa mengubah arti.

b. Tingkat Pemahaman

Dalam dunia pendidikan tidak asing lagi dengan adanya teori taksonomi bloom, taksonomi bloom dibagi menjadi beberapa tingkat seperti menurut Soekidjo Notoatmojo (dalam Jusuf, 2019) pengetahuan dibagi menjadi 6 (enam) tingkat, yaitu: 1) Tahu ; 2) Memahami; 3) Aplikasi; 4) Analisis; 5) Sintesis; 6) Evaluasi. Akan tetapi ada revisi yang menjadi 1) Mengingat (*remembering*), 2) memahami (*understanding*), 3) Menerapkan (*applying*), 4) Menganalisis (*analyzing*), 5) Mengevaluasi (*evaluating*), dan 6) Menciptakan (*creating*). Menurut pendapat tersebut maka pemahaman berada di tingkat kedua setelah *remembering* atau mengingat.

Revisi taksonomi bloom diajukan secara umum untuk lebih melihat kedepan dan merespon tuntutan berkembangnya komunitas pendidikan, termasuk pada bagaimana anak-anak berkembang dan belajar serta bagaimana guru menyiapkan bahan ajar, seluruhnya mengalami perkembangan yang signifikan bila dibandingkan dengan empat puluh tahun yang lalu Anderson et al., (dalam Setianingsih, C et al., 2018). Faktor utama adanya revisi taksonomi bloom dimaksudkan pada daya aplikasinya terhadap penyusunan kurikulum, desain instruksional, penilaian, dan gabungan ketiganya. Menurut buku *ATaxonomy for Learning, Teaching, and Assesing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives* Anderson et al., (dalam Setianingsih, C et al., 2018) penyusunan melengkapi fokus utama ini dengan bab-bab terkait tiga kepentingan tersebut. Berikut perbedaan piramida taksonomi bloom sebelum dan sesudah direvisi.



**Gambar 1. Piramida 6 Aspek Ranah Kognitif**

**Sumber: Anderson (dalam Setianingsih, C et al., 2018)**

1) *Remembering* (mengingat atau menghafal)

Menarik kembali informasi yang tersimpan dalam memori jangka panjang. Mengingat merupakan proses kognitif yang paling rendah tingkatannya.

a) Mengenali (*Recognizing*): termasuk dalam proses kognitif untuk mengambil informasi yang disimpan dalam memori jangka panjang identik atau sama dengan informasi yang baru. Bentuk tesnya meminta peserta didik untuk menentukan benar atau salah, menjodohkan, dan pilihan ganda adalah tes yang tepat untuk mengukur kemampuan mengenali. Istilah lain untuk mengenali merupakan mengidentifikasi (*identifying*).

b) Mengingat (*Recalling*): menarik kembali informasi disimpan dalam jangka panjang jika ada petunjuk atau tanda untuk melakukannya. Tanda-tanda di sini sering dalam bentuk pertanyaan. Istilah lain mengingat adalah menarik (*retrieving*).

2) Memahami (*understand*)

Membangun makna atau pemahaman berdasarkan pengetahuan awal yang dimiliki, melibatkan informasi baru dengan pengetahuan yang ada, atau menggabungkan pengetahuan baru ke dalam skema yang ada di pikiran peserta didik. Karena membangun skema merupakan konsep, pengetahuan konseptual merupakan dasar pemahaman. Dalam kategori memahami mencakup tujuh proses kognitif yaitu: menafsirkan (*interpreting*), memberikan contoh (*exemplifying*), mengklasifikasikan (*classifying*), meringkas (*summarizing*), menarik inferensi (*inferring*), membandingkan (*comparing*), dan menjelaskan (*explaining*).

3) Mengaplikasikan (*applying*)

Termasuk penggunaan prosedur untuk menyelesaikan masalah atau mengerjakan tugas. Maka dari itu penerapan ada kaitannya dengan pengetahuan prosedural, menjalankan (*executing*), dan melaksanakan atau mengimplementasikan (*implementing*).

4) Menganalisis (*Analyzing*)

Mendeskripsikan suatu masalah atau objek kedalam elemen-elemennya dan menentukan bagaimana hubungan timbal balik antara elemen-elemen tersebut dan struktur besar. Ada tiga proses kognitif dalam kategori ini, yaitu: membedakan (*differentiating*), mengorganisir (*organizing*), dan menemukan pesan tersirat (*attributing*).

5) Mengevaluasi (*Evaluating*)

Membuat suatu pertimbangan berdasarkan kriteria dan standar. Ada dua jenis proses kognitif yang termasuk dalam kategori ini, yaitu: memeriksa (*checking*) dan mengkritik (*critiquing*).

## 6) Mencipta (*Create*)

Menggabungkan beberapa elemen menjadi satu kesatuan bentuk. Ada tiga macam proses kognitif yang tergolong dalam kategori ini, yaitu: membuat (*generating*), merencanakan (*planning*), dan memproduksi (*producing*).

| Mengingat<br>(remember)<br>C1 | Memahami<br>(Understad)<br>C2 | Mengaplikasi<br>kan<br>(Apply)<br>C3 | Menganalisis<br>(Analyze)<br>C4 | Mengevaluasi<br>(Evaluate)<br>C5 | Mencipta<br>(Create)<br>C6 |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------|
| Mengutip                      | Memperkirakan                 | Mengaskan                            | Memecahkan                      | Membanding                       | Mengumpulkan               |
| Menebitkan                    | Menceritakan                  | Menentukan                           | Menegaskan                      | kan                              | Mengatur                   |
| Menjelaskan                   | Merinci                       | Menerapkan                           | Meganalisis                     | Menilai                          | Erancang                   |
| Memasangkan                   | Megubah                       | Memodifikasi                         | Menimpulkan                     | Mengarahkan                      | Membuat                    |
| Membaca                       | Memperluas                    | Membangun                            | Menjelajah                      | Mengukur                         | Merearasi                  |
| Menamai                       | Menjabarkan                   | Mencegah                             | Mengaitkan                      | Meangkum                         | Memperjelas                |
| Meninjau                      | Mnconthkan                    | Melatih                              | Mentransfer                     | Mendukung                        | Mengarang                  |
| Mentabulasi                   | Mengemukakan                  | Menyelidiki                          | Mengedit                        | Memilih                          | Menyusun                   |
| Memberi kode                  | Menggali                      | Memproses                            | Menemukan                       | Memproyeksi                      | Mengode                    |
| Menulis                       | Mengubah                      | Memecahkan                           | Menyeleksi                      | kan                              | Mengkombinasi              |
| Menytakan                     | Menghitung                    | Melakukan                            | Mengoreksi                      | Mengkritik                       | kan                        |
| Menunjukkan                   | Menguraikan                   | Mensimulasikan                       | Mendeteksi                      | Mengarahkan                      | Memfasilitasi              |
| Mendaftar                     | Mempertahanka                 | Mengurutkan                          | Menelaah                        | Memutukan                        | Mengkonstruksi             |
| Menggambar                    | n                             | Membiasakan                          | Mengukur                        | Memisahkan                       | Merumuskan                 |
| Membilang                     | Mngartikan                    | Mengklasifikasi                      | Membangun                       | Menimbang                        | Menghubungkan              |
| Mengidentifikasi              | Menerangkan                   | Menyesuaikan                         | kan                             |                                  | Menciptakan                |
| Menghafal                     | Menafsirkan                   | Menjalankan                          | Merasionalkan                   |                                  | Menampilkan                |
| Mencatat                      | Memprediksi                   | Mengoperasikan                       | Mendiagnosis                    |                                  |                            |
| Meniru                        | Melaporkan                    | Meramalkan                           | Memfokuskan                     |                                  |                            |
|                               | Membedakan                    |                                      | Memadukan                       |                                  |                            |

**Gambar 2. Tabel Kata Kerja Operasioanal Kognitif**

**Sumber: Widodo (dalam Setianingsih 2018)**

## 2) Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

### a) Definisi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Kesehatan Olahraga Kesehatan (PJOK) adalah bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan. PJOK

memiliki posisi tersendiri dalam pendidikan karena PJOK mengembangkan ranah psikomotor sebagai tujuan utamanya, akan tetapi tidak melupakan ranah kognitif dan afektif. Menurut Cahyati (dalam Cahya 2021) Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas fisik yang dilakukan peserta didik dengan mendesain suatu kegiatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Menurut Permendiknas Nomor 22 tahun 2006 mengungkapkan, PJOK adalah bagian integral dari sistem pendidikan nasional secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Menurut Chandler et al., (dalam Mustafa 2020) Pendidikan jasmani dapat menanamkan pengetahuan dan nilai melalui aktivitas fisik yang mencakup pembelajaran dalam pengembangan dan pemeliharaan jasmani, mulai dari latihan fisik sederhana sampai dengan permainan olahraga. Pendidikan jasmani mulai diajarkan pada jenjang pendidikan SD, SMP, hingga SMA. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dapat melatih motorik, afektif, dan psikomotorik, dimana ketiganya merupakan komponen yang dibutuhkan dalam membentuk kecerdasan anak. Ini akan memiliki efek meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia. Standar pelaksanaan pembelajaran PJOK ini guru harus memiliki Rancangan Proses Pembelajaran (RPP) agar saat proses pembelajaran tidak melewati batasan-batasan yang telah direncanakan. Dauwer & Pangrazy (1992) (dalam Mashud 2018) bahwasanya terdapat tiga komponen penting

dalam pendidikan jasmani yang merupakan inti dari diadakannya PJOK itu sendiri. Tiga komponen tersebut adalah bahwa pendidikan jasmani itu; 1) meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan peserta didik, 2) meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik, serta 3) meningkatkan pengetahuan peserta didik dan sikap peserta didik terhadap prinsip-prinsip gerak serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan nyata. Pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga merupakan salah bagian dari suatu mata pelajaran disekolah yang sudah tercatat di kurikulum, pendidikan jasmani terfokus kepada pengembangan gerak atau psikomotor akan tetapi tidak meninggalkan aspek pengetahuan dan sikap.

b) Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar PJOK Kelas VII SMP/MTS

Kompetensi inti (KI) adalah tingkat kemampuan untuk mencapai standar kompetensi lulusan yang harus dimiliki peserta didik pada setiap jenjang, kelas atau program. Untuk kompetensi dasar (KD) berarti kemampuan untuk mencapai kompetensi inti yang harus diperoleh peserta didik melalui pembelajaran. KD adalah kompetensi setiap mata pelajaran untuk setiap kelas berasal dari KI. KD adalah kompetensi yang terdiri dari sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang bersumber dari KI yang harus dikuasai peserta didik. Kompetensi tersebut dikembangkan dengan perhatian karakteristik peserta didik, kemampuan awal, serta karakteristik dari suatu mata pelajaran.

Menurut Peraturan Menteri dan Kebudayaan Republik Indonesia (PERMENDIKBUD) Nomor 37 Tahun 2018 tentang perubahan

atas peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan nomor 24 tahun 2016 tentang kompetensi inti dan kompetensi dasar pelajaran pada kurikulum 2013 pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah, untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) kurikulum 2013 tingkat SMP/MTS kelas VII dapat dilihat pada tabel berikut:

Tujuan kurikulum mencakup empat kompetensi, yaitu: (1) Kompetensi sikap spiritual, (2) Sikap sosial, (3) Pengetahuan, dan (4) Keterampilan. Kompetensi tersebut dicapai melalui proses pembelajaran intrakurikuler, korikuler, dan/atau ekstrakurikuler.

Rumusan kompetensi sikap spiritual yaitu, “Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya “. Adapun rumusan kompetensi sikap sosial yaitu, “Menunjukkan perilaku jujur, disiplin tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, dan percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya”. Kedua kompetensi tersebut dicapai melalui pembelajaran tidak langsung (indirect teaching) yaitu, keteladanan, pembiasaan, dan budaya kebutuhan dan kondisi peserta didik.

Kompetensi inti 1 (sikap spiritual) “Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya”. Kompetensi inti 2 (sikap sosial) “Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, dan percaya diri dalam berinteraksi secara efektif keberadaannya”.

**Tabel 1. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Pada Kurikulum 2013**  
**(Sumber: PERMENDIKBUD Nomor 37 Tahun 2018)**

| Kompetensi Inti (KI)                                                                                                                                                                    | Kompetensi Dasar (KD)                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunyatentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata | 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari disekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori |
| 3.4.Memahami gerak spesifik seni beladiri. **)                                                                                                                                          | 4.4.Mempraktikkan gerak spesifik seni beladiri. **)                                                                                                                                                                                                                                          |

### 3) Hakikat Beladiri Pencak Silat

#### a. Sejarah Pencak Silat

Pencak silat menjadi salah satu beladiri yang sudah berada di Indonesia sebelum adanya penjajahan. Makin lama pencak sila semakin berkembang di Indonesia bahkan untuk sekarang ini sudah berkembang sampai ke luar negeri terutama negara-negara ASEAN. Menurut Muhtar 2020 yang dapat dirangkum sebagai berikut: Pencak silat adalah cara untuk membela diri yang sesuai dengan alam sekitar yang telah berkembang pada zaman pra sejarah. Pada zaman penjajahan beladiri pencak silat dipelajari oleh pejuang dan melawan secara rahasia, sembunyi, dan dipergunakan untuk melawan penjajah. Politik Jepang terhadap bangsa yang dijajah berlainan dengan politik Belanda. Pencak silat sebagai ilmu beladiri nasional pada masa

penjajahan Jepang didorong dan dikembangkan untuk kepentingan Jepang sendiri. Diseluruh Jawa serentak didirikan gerakan pencak silat yang diatur oleh pemerintah. Walaupun dimasa penjajahan Belanda pencak silat tidak diberikan tempat untuk berkembang, akan tetapi masih banyak pemuda yang belajar dan mendalami, melalui guru pencak silat atau secara turun temurun di lingkungan keluarga. Setelah proklamasi kemerdekaan 1945 beladiri pencak silat dimanfaatkan secara maksimal untuk meningkatkan pemuda pemudi Indonesia untuk menghadapi serangan Belanda.

Perguruan pencak silat tidak hanya mengajarkan beladiri, melainkan mengajarkan semangat juang dan patriotisme. Para pemimpin dan pendekar pencak silat berhasil memupuk rasa semangat juang dan menjunjung persatuan yang erat. Kemahiran pencak silat digunakan juga untuk memberantas DI/TII dengan cara pagar betis oleh tentara bersama dengan rakyat yang telah mahir beladiri.

Menjelang Pekan Olahraga Nasional (PON) yang pertama kali dilakukan di Solo pada tanggal 28 Mei 1948, para pendekar pencak silat berkumpul membentuk organisasi pencak silat, yaitu Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia (IPSSI) yang kemudian berubah nama menjadi Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI).

Pada tanggal 31 Desember 1967, IPSI turut berperan aktif mendirikan organisasi Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) hingga saat ini IPSI tetap menjadi bagian atau menjadi anggota KONI. Pada tahun 1973 di Tugu, pemerintah menyelenggarakan seminar pencak silat, program

olahraga beladiri pencak silat dimasukkan dalam acara PON. Pada pertandingan PON sebelumnya, pencak silat hanya masuk dalam lomba demonstrasi. Pada tahun 1880, IPSI diakui menjadi anggota Badan Koordinasi Kesenian Nasional Indonesia (BKKNI). Maka IPSI dalam hal pembinaan olahraga tergabung dalam KONI sedangkan dalam bidang pembinaan bidang seni masuk dalam BKKNI.

b. Prinsip-Prinsip Dalam Pencak Silat

Menurut Tatang Muhtar 2020 ada beberapa prinsip dalam pencak silat diantaranya, sebagai berikut:

- a) Seorang pesilat tidak berbuat hal-hal yang bisa mencelakai diri sendiri
- b) Tidak membuat kericuhan
- c) Pembelaan diri merupakan prinsip utama dalam pancak silat
- d) Tidak mencari musuh

Kode etik pesilat sebagai berikut:

- a) Harus menggunakan kepandaianya untuk menolong orang
- b) Tidak diperbolehkan menyombongkan diri, atau melakukan seenaknya
- c) Tidak boleh mencari musuh atau punya musuh. Memafkan orang lain
- d) Tidak boleh menyerang dahulu, harus menghindari kericuhan/bentrokan/perselisihan, sebab kemungkinan ada salah paham atau fitnah orang lain

e) Jika bentrokkan atau perselisihan tidak dapat dihindari maka pesilat harus:

- 1) Pantang menyerah
- 2) Tetap berusaha mengelak atau menghindar
- 3) Jika terpaksa baru menangkis
- 4) Jika tidak sempat menangkis, hanya boleh mengikuti gerakan lawan agar tenaga lawan habis, juga bisa mengurangi resiko cedera.
- 5) Tidak boleh adu tenaga baik jasmani maupun rohani.

Didalam pertandingan pencak silat pertandingan harus menjunjung tinggi sportivitas. Pertandingan pencak silat harus menggunakan unsur-unsur pencak silat dan didasari oleh norma-norma olahraga juga berlandaskan persaudaraan dan jiwa kesatria. Pertandingan pencak silat dilakukan oleh dua orang yang saling berhadapan, dipimpin oleh wasit pertandingan.

c. Aspek Dalam Pencak Silat

Terdapat empat aspek dalam pencak silat yaitu:

1) Aspek Mental Spiritual

Sebagai aspek mental-spiritual, pencak silat lebih menonjolkan pada pembentukan sikap dan sifat atau kepribadian yang sesuai dengan falsafah budi pekerti yang tinggi. Aspek mental dan spiritual meliputi sikap dan perilaku, sifat takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi luhur, akhlak mulia, cinta tanah air, penuh

persaudaraan dan tanggung jawab, pemaaf, dan memiliki rasa solidaritas yang tinggi dengan menjunjung tinggi kebenaran, kejujuran, dan keadilan.

## 2) Aspek Seni

Aspek seni pencak silat adalah salah satu bentuk budaya berupa kaidah gerak dan irama, sehingga terwujud taktik yang menekankan pada keselarasan, keseimbangan juga keselarasan antara tubuh, ritme, dan rasa. Didalam sebuah pertandingan bisa ditunjukkan dengan seni beladiri pencak silat dengan kategori tunggal, ganda, dan regu.

## 3) Aspek Beladiri

Dalam aspek pencak silat, pencak silat bertujuan untuk memperkuat insting manusia untuk mempertahankan diri dari berbagai ancaman dan bahaya. Aspek bela diri meliputi sifat dan sikap kewaspadaan mental dan fisika yang dilandasi sikap santun dan tanggap dan selalu melaksanakan atau berlatih pencak silat dirinya dengan baik, menahan diri dari sikap dan perilaku arogan dan menjauhkan diri dari balas dendam.

## 4) Aspek Olahraga

Aspek olahraga meliputi sifat dan perilaku mendukung kesehatan jasmani serta rohani dan berprestasi pada bidang olahraga. Hal ini berarti kesadaran dan kewajiban untuk melakukan latihan dan melaksanakan pencak silat menjadi olahraga, adalah bagian kehidupan sehari-hari, contohnya selalu menyempurnakan prestasi.

Jika latihan serta pelaksanaan tersebut pada pertandingan maka wajib menjunjung tinggi sportifitas. Pesilat mencoba menyesuaikan pikiran dengan gerak tubuh. Aspek olahraga mencakup pertandingan serta demonstrasi bentuk-bentuk jurus, baik buat tunggal, ganda atau regu.

d. Macam Teknik Serangan Dalam Pencak Silat

Teknik serangan ini terbagi menjadi dua yaitu teknik serangan lengan dan teknik serangan tungkai.

1) Teknik Serangan Lengan

Teknik serangan lengan ada beberapa jenis serangan, diantaranya adalah:

a) Pukulan lurus

Pukulan lurus ini seperti pukulan tinju yang menagrah kedepan tangan mengepal, untuk tangan satunya menutupi atau melindungi dada. Sikap awal pukulan lurus dengan kuda-kuda tengah, mengepalkan kedua tangan disamping pinggang. Selanjutnya pukulan tangan lurus dengan jari mengepal menghadap ke bawah, tangan satunya menutup dada.



**Gambar 3. Pukulan Lurus**

**Sumber: Kristanto, Erwin S. 2015**

b) Pukulan Sangkal atau Pukulan Bandul

Pukulan bandul ini menggunakan lintasan mengayun dari bawah ke atas, untuk jari tetap mengepal seperti pukulan lurus. Untuk posisi kaki bisa beragam bisa kuda-kuda tengah maupun kuda-kuda depan. Pandangan mata kearah pukulan untuk sasaran pukulan bandul berada pada ulu hati.



**Gambar 4. Pukulan Bandul atau Pukulan Sangkal**

**Sumber: Kristanto, Erwin S. 2015**

c) Tebasan

Gerakan tebasan dilakukan dengan satu atau dua tangan dengan perkenaan di sisi telapak tangan luar. arah lintasan teknik tebasan dari luar ke dalam atau dari atas ke bawah. Untuk sasaran tebasan pada bagian leher, muka, bahu atau pinggang.



**Gambar 5. Pukulan Bandul atau Pukulan Sangkal**

**Sumber: Kristanto, Erwin S. 2015**

d) Tebangan

Serangan tebangan ini menggunakan satu atau dua tangan dengan perkenaan sisi telapak tangan bagian dalam, telapak tangan terbuka. Lintasan tebangan dari dalam ke luar dengan sasaran leher. Tebangan dapat dilakukan dengan posisi kuda-kuda tengah, menggunakan salah satu tangan dengan tangan satunya menutupi dada. Tangan yang dipakai untuk tebangan telapak tangan menghadap kebawah, dengan siku sedikit di bengkokkan dan jari-jari rapat.

e) Patukan

Patukan menggunakan lima jari dengan posisi dikuncupkan dan sedikit di tarik ke belakang, sasaran patukan yaitu mata dan hidung. Untuk posisi tangan yang satunya menutupi dada.



**Gambar 6. Gerakan Patukan**  
**Sumber: Kriswanto, Erwin S. 2015**

f) Dobrakan

Serangan yang menggunakan kedua telapak tangan terbuka dengan sasaran dada. Dapat dilakukan dengan kuda-kuda tengah, tangan terbuka, kemudian dorongan atau dobrak kedepan dengan sasaran dada.



**Gambar 7. Gerakan Dobrakan**  
**Sumber: Kriswanto, Erwin S. 2015**

g) Sikuan

Sikuan adalah serangan yang menggunakan siku dengan arah lintasan ke atas, bawah, depan, samping dan belakang. Jenis sikuan: sikuan bawah, sikuan samping, dan sikuan belakang.

2) Teknik Serangan Tungkai

Ada beberapa jenis teknik serangan tungkai, diantaranya adalah:

a) Tendangan Lurus

Tendangan lurus adalah tendangan yang menggunakan ujung kaki dengan posisi tungkai lurus. Bagian perkenaan pada kaki yaitu pangkal bagian dalam jari-jari kaki. Tendangan mengarah kedepan pada sasaran dengan meluruskan tungkai. Dengan tangan menutup atau melindungi dada dan kemaluan.



**Gambar 8. Tendangan Lurus**

**Sumber: Kriawanto, Erwin S. 2015**

b) Tendangan Jejak

Nama lain tendangan ini adalah tendangan dorongan telapak kaki. Tendangan ini mengarah kedepan dengan sasaran dada atau perut dengan sifat tendangan mendorong. Perkenaan pada sasaran pada tumit atau telapak kaki penuh.

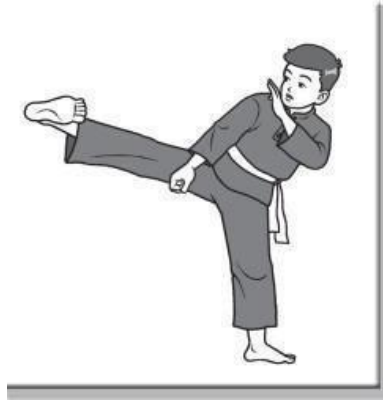


**Gambar 9. Tendangan Jejak**

**Sumber: Kriswanto, Erwin S. 2015**

c) Tendangan T

Tendangan T biasanya digunakan untuk serangan samping, sasarannya seluruh tubuh. Tendangan dilakukan dengan posisi tubuh menyamping dan membentuk huruf “T”. Perkenaan tendangan ini pada bagian luar telapak kaki.



**Gambar 10. Tenadanga T**

**Sumber: Kriswanto, Erwin S. 2015**

d) Tendangan Belakang

Tendangan belakang ini dilakukan dengan cara memutar badan terlebih dahulu, sikap badan membelakangi lawan, perkenaan tendangan ini bisa pada tumit atau telapak kaki. Tendangan belakang bisa melihat atau tidak melihat sasaran.

e) Sapuan

Teknik sapuan ini bertujuan untuk menjatuhkan lawan, lintasan sapuan dari luar ke dalam. Ada dua macam sapuan yaitu sapuan bawah dan sapuan tegak. Sapuan tegak memiliki sasaran tumit sedangkan sapuan bawah sasarannya berada di betis.

f) Guntingan

Guntingan merupakan teknik menjatuhkan lawan dengan cara menjapit menggunakan kedua tungkai, dengan sasaran leher, tungkai, dan pinggang lawan. Setelah melakukan japit pada sasaran biasanya badan digulingkan agar sasaran tidak dapat bergerak.

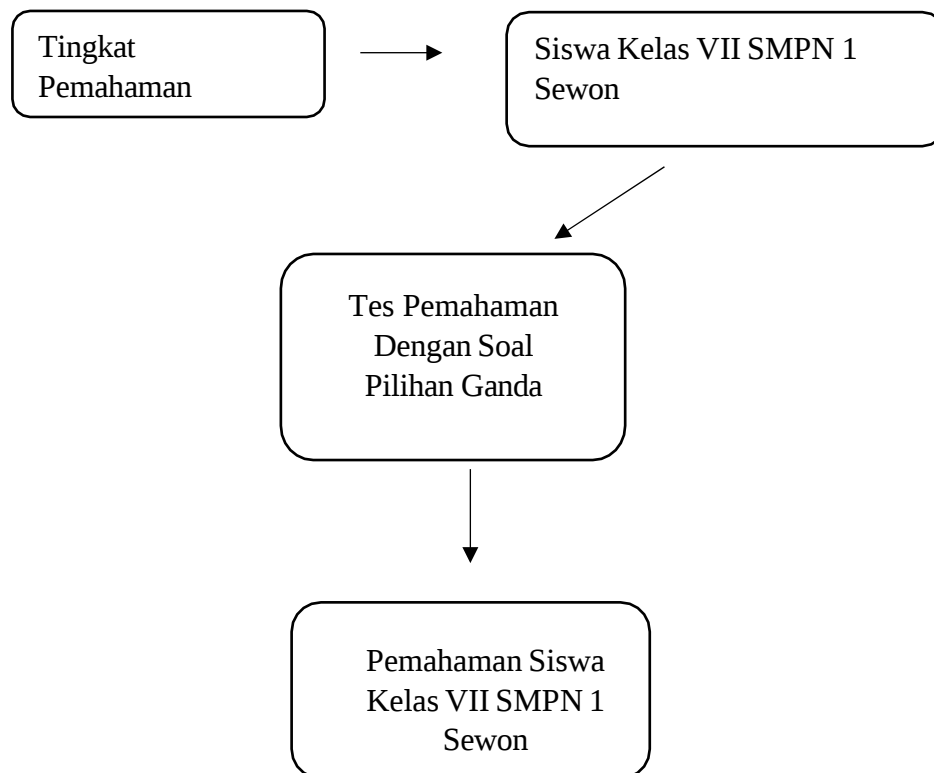
## **B. Hasil Penelitian Yang Relevan**

Adapun hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Estu Kakung dengan judul “Tingkat Pemahaman peserta didik kelas X Terhadap Materi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Serta Aktivitas Pengembang secara Daring Di SMA Negeri 1 Pundong” dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman kelas X terhadap materi Pendidikan jasmani olahraga, kesehatan, dan aktivitas pengembang pada mata pelajaran PJOK secara daring di SMA Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,37% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 19,18% (14 peserta didik), “tinggi” sebesar 71,23% (52 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 8,22% (6 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu sebesar 60,00, tingkat pengetahuan peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul tentang olahraga renang masuk dalam kategori tinggi.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Suciati Prahastiwi dengan judul “Tingkat Pemahaman Peserta didik Kelas V Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta” penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta didik kelas V terhadap materi beladiri pencak silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta dengan kategori sangat rendah sebesar 61,50% (16 peserta didik), rendah sebesar 27% (7 peserta didik), sedang sebesar 11,50% (3 peserta didik), tinggi sebesar 0% (0 peserta didik), dan sangat tinggi sebesar 0% (0 peserta didik)

3. Penelitian ini dilakukan oleh Febri Nugroho dengan judul “Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Smp Se- Kecamatan Bantul ” 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 Jamani Olahraga dan Kesehatan di SMP se- Kecamatan Bnatul sebagian besar masuk ke dalam kategori rendah.

### C. Kerangka Berpikir



Pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri yang menjadi salah satu bagian dari pembelajaran di sekolah. Pencak silat juga salah satu warisan budaya yang tak benda yang sudah ditetapkan oleh UNESCO. Pencak silat di suatu pembelajaran sudah mulai diajarkan sejak sekolah dasar karena sudah ada di kurikulum 2013.

Dalam beladiri pencak silat tidak hanya skill yang ditonjolkan akan tetapi juga perlu mengetahui peraturan permainannya. Dengan memiliki pemahaman tentang peraturan beladiri pencak silat, maka peserta didik tidak hanya dapat bermain baik, namun juga menegerti semua eraturan dan informasitentang cabang olahraga tersebut.

Dalam peelitian ini untuk mengetahui seberapa tinggi pamahaman peserta didik kelas VII akan mengguankan tes berupa pengisian tes dengan bentuk pilihan ganda.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis atau Desai Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Rukajat 2018 penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berusaha menggambarkan fenomena yang terjadi secara nyata, realistik, aktual, nyata dan pada saat ini, karena penelitian ini untuk membuat deskripsi gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta. Penelitian ini mendapatkan gambaran seberapa besar pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon. Untuk mendapatkan data maka teknik pengumpulan data menggunakan tes pilihan ganda.

##### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Sewon yang beralamat di Jl. Parangtritis Nomor 1234, Timbulharjo, Sewon, Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Untuk waktu penelitian dari bulan Desember samapai bulan Juli 2022

##### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi menurut Sugiyono (dalam Rukajat 2018) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generealisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Untuk populasi yang dipilih adalah peserta didik kelas VII SMPN 1 Sewon.

Sampel adalah suatu objek atau subjek untuk mewakili populasi. Menurut Moh Pabundu Tika (dalam Hermawan 2019) pengambilan sampel yang tidak sesuai dengan kualitas dan karakteristik suatu populasi akan menyebabkan suatu penelitian menjadi bias, tidak dapat dipercaya, dan kesimpulannya bisa keliru. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Menurut Sugiyono 2017 teknik *proportionate stratified random sampling* merupakan teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota yang tidak homogen dan berstrata proporsional. Cara pengambilan sampel ini yaitu:

- a) Cara undian merupakan pengambilan sampel dengan cara memberikan kesempatan kepada individu untuk menjadi anggota sampel
- b) Cara ordinal merupakan pengambilan sampel dengan cara kelipatan dari sampel sebelumnya, misalkan kelipatan dua, kelipatan tiga, dan seterusnya.
- c) Cara randomisasi merupakan pengambilan sampel melalui tabel bilangan random

Menurut Suwartono 2014 dalam menentukan pengambilan sampel adalah apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua, sedangkan kalau lebih dari 100 maka diambil sebagai sampel 20% dilihat dari:

- a) Kemampuan peneliti dari waktu, tenaga, dan dana
- b) Sempit luasnya pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana

- c) Besar kecilnya resiko yang ditanggung peneliti.

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel penelitian ini adalah “Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sewon” dengan pengertian tingkat pemahaman peserta didik tentang mata pelajaran beladiri pencak silat.

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

Intrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur objek dari suatu variabel penelitian. Menurut arikunto (dalam Hermawan 2018) instrumen penelitian adalah suatu yang penting dan strategis kedudukannya dalam pelaksanaan penelitian. Benar tidaknya data tergantung pada baik tidaknya intrumen pengumpul data atau pengukur objek dari suatu variabel penelitian Arikunto (dalam Yusup 2018). Dalam tesn ini yang digunakan adalah tes pilihan ganda.

Mardapi 2008 menyatakan bahwa terdapat beberapa langkah yang perlu ditempuh dalam mengembangkan tes, yaitu:

- a) Menyusun spesifikasi tes

Menyusun spesifikasi tes ada beberapa tahap kegiatan, diantaranya:

- 1) Menentukan tujuan tes
- 2) Menyusun kisi-kisi
- 3) Menentukan bentuk tes
- 4) Menentukan panjang tes

- b) Menulis soal

Mardapi 2008 menyatakan bahwa pedoman utama pembuatan tes bentuk pilihan ganda adalah pokok soal jelas, pilihan jawaban homogen, panjang kalimat pilihan jawaban relatif sama, tidak ada petunjuk jawaban benar, pilihan jawaban angka diurutkan, semua pilihan jawaban logis, jangan menggunakan negatif tanda, kalimat yang digunakan sesuai, bahasa yang digunakan baku, dan letak pilihan jawaban benar ditentikan secara acak.

c) Menelaah soal

Setelah pembuatan soal, perlu melakukan penelaahan soal. Hal ini dilakukan untuk memperbaiki soal jika ternyata dalam pembuatannya masih ditemukan kekurangan atau kesalahan

d) Melakukan uji coba tes

Uji coba tes dapat digunakan untuk sarana memperoleh data empiris tentang tingkat kebaikan soal

e) Menganalisis butir soal

Melalui analisis butir soal dapat diketahui tingkat kesulitan soal

f) Memperbaiki tes

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

g) Menyusun tes

Setelah dianalisis dan diperbaiki, maka selanjutnya butir soal disusun agar

menjadi kesatuan yang padu.

h) Melaksanakan tes dan menafsirkan hasil tes

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian instrumen soal tes kepada responden yang menjadi subjek penelitian.

**Tabel 2. Kisi-kisi Instrmen Uji Coba Penelitian**

| Variabel                                                                                                                 | Faktor                                     | No Butir              | Jumlah |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------|--------|
| Pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran PJOK kelas VII di SMPN 1 Sewon | Hakikat beladiri pencak silat              | 1,2,3,4               | 4      |
|                                                                                                                          | Peraturan pertandingan pencak silat        | 5,6,7,8,9,10,11,12,13 | 9      |
|                                                                                                                          | Teknik dasar beladiri pencak silat, yaitu: |                       |        |
|                                                                                                                          | a. Kuda-kuda                               | 14,15,16              | 3      |
|                                                                                                                          | b. Sikap tegak                             | 17,18,19,20,21        | 5      |
|                                                                                                                          | c. Pukulan                                 | 22,23,24,             | 3      |
|                                                                                                                          | d. Tendangan                               | 25,26,27,28           | 4      |
|                                                                                                                          | e. Tangkisan                               | 29,30,31,32           | 4      |
| Jumlah soal                                                                                                              |                                            |                       | 32     |

#### **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Hasil Penelitian valid apabila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya. Reliabel apabila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda, Sugiyono (2017:121). Menurut sugiyono (dalam Yusup 2018) faktor-faktor yang mempengaruhi validitas dan reliabilitas suatu alat ukur (instrumen) selain instrumen adalah pengguna alat ukur yang melakukan pengukuran dan subjek yang diukur.

a) Uji Validasi Instrumen

Menurut Hidayat 2021:12 alat ukur atau sebuah instrumen yang akan dilakukan penelitian untuk menjadi alat ukur yang bisa diterima atau standar maka alat ukur tersebut harus melalui uji validitas dan relaibilitas dari data, uji validitas menurut para ahli dapat menggunakan rumus perason product

moment, kemudian setelah diuji baru bisa dilihat penafsiran dan indeks korelasinya.

Rumus Perason Product Moment sebagai berikut:

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

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisiensi korelasi

$\sum x_i$  = Jumlah skor item

$\sum y_i$  = Jumlah skor total (item)

n = Jumlah responden

**Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

| Variabel                                                                                                                 | Faktor                                     | No Soal       | Jumlah |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------|--------|
| Pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran PJOK kelas VII di SMPN 1 Sewon | Hakikat beladiri pencak silat              | 1             | 1      |
|                                                                                                                          | Peraturan pertandingan pencak silat        | 2,3,4,5,6     | 5      |
|                                                                                                                          | Teknik dasar beladiri pencak silat, yaitu: |               |        |
|                                                                                                                          | a. Kuda-kuda                               | 7,8           | 2      |
|                                                                                                                          | b. Sikap tegak                             | 9,10,11,12,13 | 5      |
|                                                                                                                          | c. Pukulan                                 | 14,15         | 2      |
|                                                                                                                          | d. Tendangan                               | 16,17,18,19   | 4      |
|                                                                                                                          | e. Tangkisan                               | 20,21         | 2      |
| Jumlah soal                                                                                                              |                                            |               | 21     |

Menurut Janna 2021 Kriteria pengujian validitas yaitu  $H_0$  diterima apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (alat ukur yang digunakan valid atau sah) dan  $H_0$  ditolak apabila  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$  (alat ukur yang digunakan tidak valid atau sah). Cara menentukan  $r_{tabel}$  dengan  $r_{tabel} = df (N-2)$ , tingkat signifikansi uji dua arah. Tingkat signifikansi yang digunakan yaitu 0,05.

Berikut hasil analisis uji validitas instrumen menggunakan SPSS

Statistic 22:

**Tabel 4. Hasil Validasi Instrumen Penelitian**

| BUTIR SOAL    | R. TABEL | R. HITUNG | KETERANGAN  |
|---------------|----------|-----------|-------------|
| BUTIRSOAL1    | 0.334    | 0.158     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL2    | 0.334    | 0.274     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL3    | 0.334    | 0.344     | VALID       |
| BUTIRSOAL4    | 0.334    | 0.240     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL5    | 0.334    | 0.033     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL6    | 0.334    | 0.276     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL7    | 0.334    | 0.403     | VALID       |
| BUTIRSOAL8    | 0.334    | 0.369     | VALID       |
| BUTIRSOAL9    | 0.334    | 0.175     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL10   | 0.334    | 0.605     | VALID       |
| BUTIRSOAL11   | 0.334    | 0.232     | TIDAK VALID |
| BUTIR SOAL 12 | 0.34     | 0.478     | VALID       |
| BUTIRSOAL13   | 0.334    | 0.600     | VALID       |
| BUTIRSOAL14   | 0.334    | 0.059     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL15   | 0.334    | 0.659     | VALID       |
| BUTIRSOAL16   | 0.334    | 0.370     | VALID       |
| BUTIRSOAL17   | 0.334    | 0.682     | VALID       |
| BUTIRSOAL18   | 0.334    | 0.432     | VALID       |
| BUTIRSOAL19   | 0.334    | 0.578     | VALID       |
| BUTIRSOAL20   | 0.334    | 0.546     | VALID       |
| BUTIRSOAL21   | 0.334    | 0.373     | VALID       |
| BUTIRSOAL22   | 0.334    | 0.455     | VALID       |
| BUTIRSOAL23   | 0.334    | 0.321     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL24   | 0.334    | 0.534     | VALID       |
| BUTIRSOAL25   | 0.334    | 0.483     | VALID       |
| BUTIRSOAL26   | 0.334    | 0.342     | VALID       |
| BUTIRSOAL27   | 0.334    | 0.203     | TIDAK VALID |
| BUTIRSOAL28   | 0.334    | 0.646     | VALID       |
| BUTIRSOAL29   | 0.334    | 0.516     | VALID       |
| BUTIRSOAL30   | 0.334    | 0.714     | VALID       |
| BUTIRSOAL31   | 0.334    | 0.450     | VALID       |
| BUTIRSOAL32   | 0.334    | 0.252     | TIDAK VALID |

Dari hasil tersebut maka dapat di tarik kesimpulan dari 32 soal yang telah dibuat hanya 21 soal yang menyatakan valid. Maka soal yang tidak valid

dibuang atau tidak dipakai. Batas minimal  $r$  tabel yang dipakai adalah  $> 0.334$ . Ada 11 nomor yang dibuang berikut nomor yang dibuang: nomor soal yang tidak dipakai nomor 1  $r$  hitung 0.154; nomor 2  $r$  hitung 0.274; nomor 4  $r$  hitung 0.240; nomor 5  $r$  hitung 0.033, nomor 6  $r$  hitung 0.276; nomor 9  $r$  hitung 0.175; nomor 11  $r$  hitung 0.232; nomor 14  $r$  hitung 0.059; nomor 23  $r$  hitung 0.321; nomor 27  $r$  hitung 0.203; nomor 32  $r$  hitung 0.252.

#### b) Uji Reliabilitas

Menurut Darma (2021:17) konsep dalam reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran yang digunakan bersifat tetap terpercaya serta terbebas dari galat pengukuran (*measurement error*). Sedangkan uji reliabilitas instrumen untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan dapat diandalkan atau bersifat tangguh. Uji reliabilitas ini menggunakan metode Cronbach's alpha, berikut hasil uji coba reliabilitas dengan bantuan menggunakan SPSS Statistic 22:

**Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| ,722             | 33         |

#### G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, tindakan selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data yang sudah terkumpul bisa ditarik kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif presentase (Sugiyono, 2017: 147). Rumus mencari presentase sesuai dengan rumus dari Sudijono (2015:40) sebagai berikut:

$$P = f N \times 100\%$$

Keterangan:

P = presentase

f = frekuensi

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

Penskoran data tiap faktor dapat diketahui melalui adanya pengkatagorian sesuai dengan instrumen. Pengkatagorian disusun dalam lima kategori yaitu, sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berikut rumus yang digunakan untuk menyusun kategori:

**Tabel 6. Standar Kriteria Objek**

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

Arikunto 2010 menyatakan, rumusan yang digunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang di dapat dari kuisisioner, jika benar nilai 1 dan jika salah nilai 0, yaitu

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

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan seberapa tinggi pemahaman peserta didik kelas VII di SMPN 1 Sewon mengenai materi beladiri pencak silat mata pelajaran PJOK, yang diungkapkan dengan tes pilihan ganda berjumlah 21 butir soal. Setelah data hasil penelitian terkumpul didapatkan skor terendah (*minimum*) 9,00; skor tertinggi (*maxiumum*) 19,00; rata-rata (*mean*) 14,93; nilai tengah (*median*) 15,00; nilai yang sering muncul (*mode*) 15,00; dan *standar deviation* (SD) 2,68. Berikut tabel hasil dari data yang sudah terkumpul:

**Tabel 7. Deskriptif Statistik Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata**

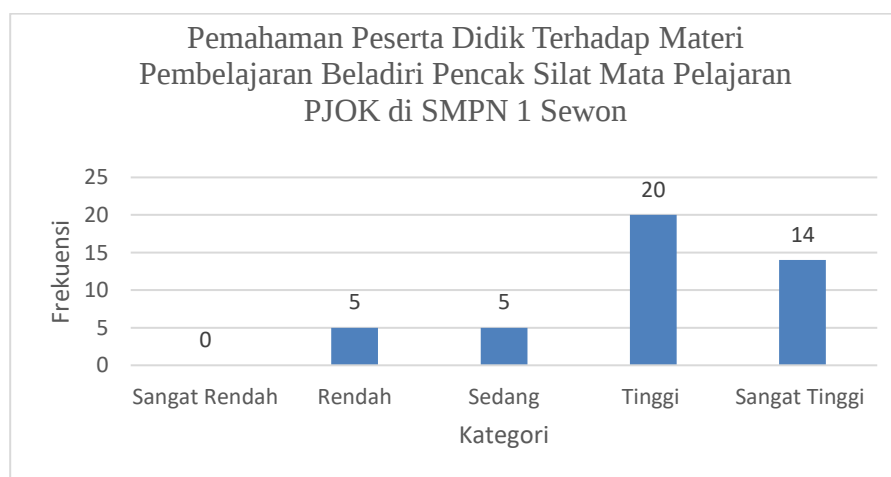
| Pelajaran PJOK di SMPN 1Sewon |       |
|-------------------------------|-------|
| Statistik                     |       |
| N                             | 44    |
| Mean                          | 14.93 |
| Median                        | 15    |
| Mode                          | 15    |
| Sd. Deviation                 | 2.68  |
| Minimum                       | 9     |
| Maxsimum                      | 19    |

Setelah data hasil tes mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1Sewon diketahui, selanjutnya mengolah data kedalam data nominal yaitu nilai 0-100. Setiap responden diketahui nilainya kemudian pengkategorian sesuai dengan interval yang telah disediakan. Berikut distribusi frekuensi dalam bentuk tabel:

**Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pemahaman Peserta Didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1Sewon**

| NO            | Interval | Kategori      | Frekuensi | %           |
|---------------|----------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | 0-40     | Sangat Rendah | 0         | 0%          |
| 2             | 41-55    | Rendah        | 5         | 11%         |
| 3             | 56-65    | Sedang        | 5         | 11%         |
| 4             | 51-75    | Tinggi        | 20        | 45%         |
| 5             | 76-100   | Sangat Tinggi | 14        | 32%         |
| <b>Jumlah</b> |          |               | <b>44</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 8 di atas, pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



**Gambar 11. Diagram Batang Pemahaman Peserta didik Terhadap Materi Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata Pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon**

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 11% (5 peserta didik), kategori “sedamg” sebesar 11% (5 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 45% (20 peserta didik), kategori “sangat

tinggi” sebesar 32% (14 peserta didik). Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon termasuk dalam katagori “Tinggi”.

#### 1. Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik hasil penelitian mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor hakikat beladiri pencak silat didapatkan skor terendah (minimum) 0,00; skor tertinggi (maximum) 1,00; rata-rata (mean) 0,79; nilai tengah (median) 1,00; nilai yang sering muncul (mode) 1,00; dan standar deviation (SD) 0,40. Untuk lebih jelasnya disediakan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat**

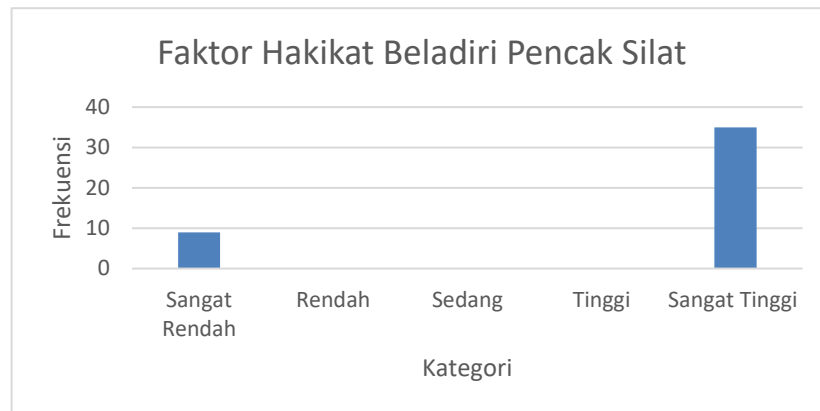
| Statistik     |      |
|---------------|------|
| N             | 44   |
| Mean          | 0.79 |
| Median        | 1    |
| Mode          | 1    |
| Sd. Deviation | 0.40 |
| Minimum       | 0    |
| Maximum       | 1    |

Setelah data hasil tes mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon diketahui berdasarkan fokter hakikat beladiri pencak silat, selanjutnya mengolah data kedalam data nominal yaitu nilai 0-100. Distribusi frekuensi bila di tampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat**

| NO     | Interval | Kategori      | Frekuensi | Presentase |
|--------|----------|---------------|-----------|------------|
| 1      | 0-40     | Sangat Rendah | 9         | 20%        |
| 2      | 41-55    | Rendah        | 0         | 0%         |
| 3      | 56-65    | Sedang        | 0         | 0%         |
| 4      | 46-75    | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 5      | 76-100   | Sangat Tinggi | 35        | 80%        |
| Jumlah |          |               | 44        | 100%       |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 10 di atas, pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor hakikat beladiri pencak silat yang dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



**Gambar 12. Diagram Batang Faktor Hakikat Beladiri Pencak Silat**

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka menunjukkan pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor hakikat beladiri pencak silat berada dalam kategori “sangat rendah” sebesar 20% (9 peserta didik), kategori “rendah” 0% (0 peserta didik), kategori “sedang” 0% (0 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 0% (0peserta didik), kategori “sangat tinggi” sebesar 80% (33 peserta didik). Berdasarkan data dari diagram dan juga tabel di atas maka

pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon masuk kedalam kategori “sangat tinggi”.

2. Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat
- Deskriptif statistik mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor peraturan pertandingan dan penilaian pertandingan mendapatkan skor terendah (minimum) 2,00; skor tertinggi (maximum) 5,00; rata-rata (mean) 3,72; nilai tengah (median) 4,00; nilai yang sering muncul (mode) 3,00; dan standar deviation (SD) 0,89. Untuk lebih jelasnya disediakan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 11. Dskriptif Statistik Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat**

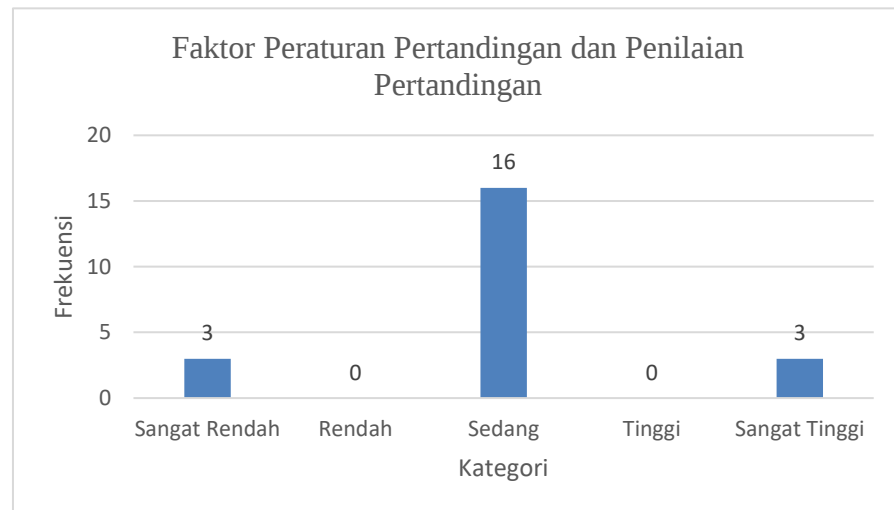
| Statistik     |      |
|---------------|------|
| N             | 44   |
| Mean          | 3.72 |
| Median        | 4    |
| Mode          | 3    |
| Sd. Deviation | 0,89 |
| Minimum       | 2    |
| Maximum       | 5    |

Setelah data hasil tes mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon diketahui berdasarkan faktor peraturan pertandingan dan penilaian pertandingan, selanjutnya mengolah data kedalam data nominal yaitu nilai 0-100. Distribusi frekuensi bila di tampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 12. Distribusi Frekuensi Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat**

| NO     | Interval | Kategori      | Frekuensi | Presentase |
|--------|----------|---------------|-----------|------------|
| 1      | 0-40     | Sangat Rendah | 3         | 7%         |
| 2      | 41-55    | Rendah        | 0         | 0%         |
| 3      | 56-65    | Sedang        | 16        | 36%        |
| 4      | 66-75    | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 5      | 76-100   | Sangat Tinggi | 3         | 7%         |
| Jumlah |          |               | 44        | 100%       |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 7 di atas, pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor persaturan pertandingan dan penilaian pertandingan pencak silat yang dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



**Gambar 13. Diagram Batang Faktor Peraturan Pertandingan dan Penilaian Pertandingan Pencak Silat**

Berdasarkan tabel 12 dan diagram 13 di atas maka menunjukkan pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor peraturan pertandingan dan penilaian pertandingan pencak silat berada dalam kategori “sangat rendah” sebesar 7% (3 peserta didik),

kategori “rendah” 0% (0 peserta didik), kategori “sedang” 36% (16 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 0% (0peserta didik), kategori “sangat tinggi” sebesar 57% (25 peserta didik). Berdasarkan data dari diagram dan juga tabel di atas maka pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon masuk kedalam kategori “sangat tinggi”.

### 3. Faktor Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat

Deskriptif statistik mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor teknik dasar beladiri pencak silat skor terendah (minimum) 5,00; skor tertinggi (maximum) 14,00; rata-rata (mean) 10,40; nilai tengah (median) 10,00; nilai yang sering muncul (mode) 10,00; dan standar deviation (SD) 2,25. Untuk lebih jelasnya disediakan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat**

| Statistik     |       |
|---------------|-------|
| N             | 44    |
| Mean          | 10.40 |
| Median        | 10    |
| Mode          | 10    |
| Sd. Deviation | 2.25  |
| Minimum       | 5     |
| Maximum       | 14    |

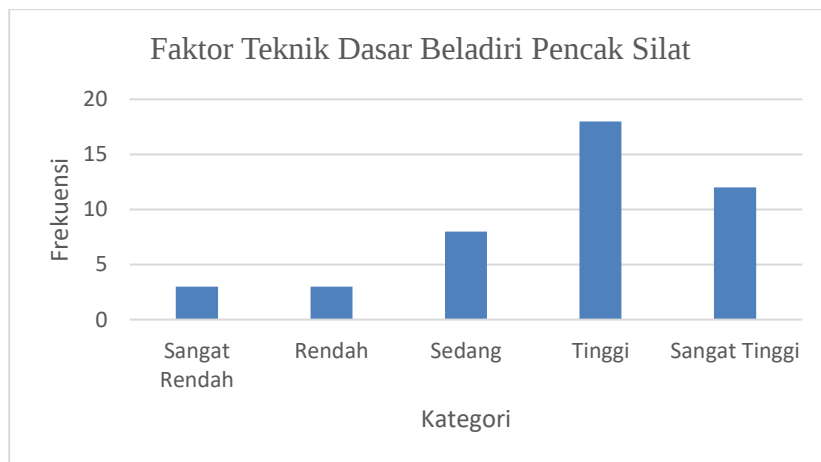
Setelah data hasil tes mengenai pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon diketahui berdasarkan faktor teknik dasar pertandingan pencak silat, selanjutnya mengolah data kedalam data nominal yaitu nilai

0-100. Distribusi frekuensi bila di tampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 14. Distribusi Frekuensi Faktor Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat**

| NO            | Interval | Kategori      | Frekuensi | Presentase  |
|---------------|----------|---------------|-----------|-------------|
| 1             | 0-40     | Sangat Rendah | 3         | 7%          |
| 2             | 41-55    | Rendah        | 3         | 7%          |
| 3             | 56-65    | Sedang        | 8         | 18%         |
| 4             | 66-75    | Tinggi        | 18        | 41%         |
| 5             | 75-100   | Sangat Tinggi | 12        | 27%         |
| <b>Jumlah</b> |          |               | <b>44</b> | <b>100%</b> |

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 14 di atas, pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor teknik dasar beladiri pencak silat yang dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



**Gambar 14. Diagram Teknik Dasar Beladiri Pencak Silat**

Berdasarkan tabel 14 dan diagram pada gambar 14 di atas maka menunjukkan pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berdasarkan faktor teknik dasar beladiri pencak silat berada dalam kategori “sangat rendah” sebesar 7% (3 peserta didik), kategori “rendah”

7% (3 peserta didik), kategori

“sedang” 18% (8 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 41% (18 peserta didik), kategori “sangat tinggi” sebesar 27% (12 peserta didik).

Berdasarkan data dari diagram dan juga tabel di atas maka pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon masuk kedalam kategori “tinggi”.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi pemahaman peserta didik terhadap materi beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon yang diungkapkan dengan tes pilihan ganda sebanyak 21 butir soal dan terbagi menjadi 3 faktor yaitu hakikat beladiri pencak silat berjumlah 1 soal, peraturan pertandingan dan penilaian pencak silat berjumlah 5 soal, dan teknik dasar beladiri pencak silat berjumlah 15 soal. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan seberapa tinggi pemahaman peserta didik terhadap materi beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon masuk kedalam kategori “tinggi”. Untuk hasil dari keseluruhan peserta didik yang menjawab soal tes dari peneliti peserta didik menunjukkan pemahaman kebanyakan peserta didik dalam kategori tinggi.

Dalam pelaksanaan pengisian tes bentuk pilihan ganda menggunakan google form dengan di batasi waktu selama dua hari. Pada identifikasi masalah menyatakan bahwa minat siswa saat mengikuti pembelajaran PJOK kurang akan tetapi bisa mendapatkan nilai yang tinggi. Seseuai dengan hasil dari tes yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu

memperoleh skor sebagai berikut: kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 11% (5 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 11% (5 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 45% (20 peserta didik), kategori “sangat tinggi” sebesar 32% (14 peserta didik). Kemungkinan besar siswa sebelum melakukan pembelajaran sudah belajar mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru, saat di sekolah peserta didik hanya mengingat kembali dan lebih memahami materi yang disampaikan oleh guru. Dengan begitu pemahaman siswa juga lebih maksimal mengenai materi beladiri pencak silat.

Menurut Aenon (2020:150) Guru merupakan sosok yang menjadi center dalam proses belajar mengajar. Pemilihan metode yang tepat akan menentukan keberhasilan dalam belajar. Metode yang tidak tepat terhadap peserta didik, materi dan kesesuaian kurikulum akan menghambat proses pembelajaran yang bermuara pada hasil pembelajaran. Dari pendapat diatas bisa ditarik kesimpulan bahwa keberhasilan peserta didik tidak luput dari arahan dan bimbingan seorang guru. Pada dasarnya terdapat faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi hasil belajar atau pemahaman peserta didik. Kedua faktor saling keterkaitan atau saling mempengaruhi psikologis dan fisiologis (internal), lingkungan, sosial, metode pembelajaran yang dipergunakan, lingkungan sekolah, lingkungan sekitar (eksternal) Utami (dalam Aenon 2020:151). Faktor-faktor diatas juga bisa menjadi salah satu faktor pendukung peserta didik memperoleh nilai yang tinggi pada tes yang telah diberikan, teman, keluarga, dan guru yang saling memberikan dukungan secara mental dan fisik kepada peserta didik, sehingga peserta didik

mendapatkan skor dalam kategori tinggi.

Gaya belajar setiap peserta didik umumnya memiliki gaya yang berbeda, ada yang gaya belajarnya visual, audiotorial, ataupun kinestetik. Saat peserta didik sudah memahami gaya belajar yang sesuai dengan diri mereka maka saat proses pembelajaran berlangsung bisa mempermudah mereka memahami materi yang telah diberikan oleh guru. Guru bisa juga mengklompokkan peserta didik sesuai dengan gaya belajar mereka agar mempermudah mereka memahami materi yang telah disampaikan

### **C. Keterbatasan Penelitian**

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil tes, sehingga memungkinkan kurang objektif dalam pengisian.
2. Saat pengambilan data, peneliti tidak bisa melihat atau memantau secara langsung responden menjawab pertanyaan karena pengambilan data dilakukan melalui daring.
3. Keterbatasan waktu saat pengambilan data sehingga tidak mampu mengontrol kesungguhan responden.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil analisis dan pembahasan bisa ditarik kesimpulan, bahwa pemahaman peserta didik terhadap materi beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon berada pada kategori “tinggi” dengan presentase sebesar 45% sebanyak 20 peserta didik, kategori “sangat rendah” sebesar 0% sebanyak 0 peserta didik, kategori “rendah” sebesar 11% sebanyak 5 peserta didik, kategori “sedang” sebesar 11% sebesar 5 peserta didik, kategori “sangat tinggi” sebesar 32% sebanyak 14 peserta didik.

#### **B. Implikasi**

Setelah diketahuinya seberapa tinggi pemahaman peserta didik terhadap materi beladiri pencak silat kelas VII mata pelajaran PJOK di SMPN 1 Sewon diharapkan guru bisa mempertahankan cara mengajar yang sesuai dengan keadaan peserta didik.

#### **C. Saran**

1. Bagi peserta didik lebih semangat lagi dalam mengikuti pembelajaran agar bisa lebih paham lagi mengenai materi beladiri pencak silat.
2. Bagi guru PJOK bisa lebih mengembangkan lagi cara mengajar agar bisa mempertahankan pemahaman peserta didik yang diajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aenon, N., Iskandar, I., & Rejeki, H. S. (2020). Faktor faktor yang mempengaruhi rendahnya prestasi belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(2), 149-158.
- Agung Nugroho, A. M. (2005). Melatih sikap dan gerak dasar pencak silat bagi pesilat pemula. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 1(2).
- Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Rev.ed). Jakarta: PT Bina Aksara.
- Cahya, I. K. B. C. G., Parwata, I. G. L. A., & Aguswijaya, M. (2021). SURVEI KETERSEDIAAN SARANA DAN PRASARANA PJOK PADA SD NEGERI SE-
- Carolyn, L. L., Astra, I. K. B., & Suwiwa, I. G. (2020). Pengembangan Media Video Pembelajaran Dengan Model Addie Pada Materi Teknik Dasar Tendangan Pencak Silat Kelas Vii Smp Negeri 4 Sukasada Tahun Pelajaran 2019/2020. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(2), 12-18.
- Dewi, S. Z., & Ibrahim, T. (2019). Pentingnya pemahaman konsep untuk mengatasi miskonsepsi dalam materi belajar IPA di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 13(1), 130-136.
- Hanifah, H., & Abadi, A. P. (2018). Analisis pemahaman konsep matematika mahasiswa diidid dalam menyelesaikan soal teori grup. *Journal of Medives: Journal of Mathematics Education IKIP Veteran Semarang*, 2(2), 235-244.
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method)*. Hidayatul Quran.
- KECAMATAN TEMBUKU KABUPATEN BANGLI. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 1(1).

- Listiowarni, I., & Setyaningsih, E. R. (2018). Analisis Kinerja Smoothing pada Naive Bayes untuk Pengkategorian Soal Ujian. *Jurnal Teknologi dan Manajemen Informatika*, 4(2)
- Mashud, M. (2018). Analisis Masalah Guru PJOK Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani. *Analisis Masalah Guru PJOK Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani*.
- Muhtar, T. (2020). *Pencak silat*. UPI Sumedang Press.
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Penerapan Pendekatan Saintifik dalam Aktivitas Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 78-92.
- Nasution, A. T. (2016). *Filsafat ilmu: Hakikat mencari pengetahuan*. Deepublish.
- Natal, Y. R. (2020). Kebijakan Pemerintah Tentang Penyediaan Sarana Dan Prasarana Olahraga Pendidikan Di Smp Negeri Se-Kecamatan Bajawa. *Jurnal Imedtech-Instructional Media, Design and Technology*, 22-36.
- Novitasari, D. (2016). Pengaruh penggunaan multimedia interaktif terhadap kemampuan pemahaman konsep matematis peserta didik. *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, 2(2), 8-18.
- Rachmawati, R. (2018). Analisis Keterkaitan Standar Kompetensi Lulusan (SKL), Kompetensi Inti (KI), dan Kompetensi Dasar (KD) dalam Implementasi Kurikulum 2013. *Tatar Pasundan: Jurnal Diklat Keagamaan*, 12(34), 231-239.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kuantitatif: quantitative research approach*. Deepublish.

- Setianingsih, C., & Suningsih, A. (2018). ANALISIS TERJADINYA REVISI TAKSONOMI BLOOM (Bloom's Taxonomies). *Jurnal Majalah Kreasi STKIP MPL*, 10(2).
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung:Alvabeta.
- Suwartono. (2014). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian. Yogyakarta: CV Andi.
- Widoyoko, E. P. 2014. Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Yohanes, F. (2018). ANALISIS PEMAHAMAN KONSEP BERDASARKAN TAKSONOMI BLOOM DALAM MENYELESAIKAN SOAL KELILING DAN LUAS SEGITIGA PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII C SMP NEGERI 1  
GETASAN TAHUN AJARAN 2017/2018. *e-Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(1), 23-35.
- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).
- Hidayat, Azis A. 2021. "Menyusun Instrumen Penelitian dan Uji Validitas Reliabilitas. Surabaya: Health Books Publishing.
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). Konsep Uji Validitas dan Reliabilitas dengan Menggunakan SPSS.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*. Guepedia.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Persetujuan Tugas Akhir



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 012/POR/II/2022  
Lamp. : 1 bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

15 Februari 2022

Yth. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.  
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : Salma Ardiani Almasah  
NIM : 18601241005  
Judul Skripsi : TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TERHADAP MATERI PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK SILAT KELAS VII MATA PELAJARAN PJOK DI SMP N 1 SEWON

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.

Ketua Jurusan POR,

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

## Lampiran 2. Surat Uji Instrumen Dari Fakultas

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-uji-instrumen/kus...>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550426, Fax 0274-513692  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

7 Juni 2022

Nomor : 199/UN34.16/LT/2022  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth. SMP N 1 Sewon Jl. Parangtritis No. 1234, Timbulharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa  
Yogyakarta 55188

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Salma Ardiani Almasah  
NIM : 18601241005  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Judul Tugas Akhir : Pemahaman Siswa Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat Kelas VII Mata  
Pelajaran PJOK di SMP N 1 Sewon  
Waktu Uji Instrumen : 6 Juni - 8 Juli 2022

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon  
dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.  
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

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

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

### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas

URAT IZIN PENELITIAN

about:blank



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN  
TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

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

Nomor : 904/UN34.16/PT.01.04/2022

7 Juni 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. SMPN 1 Sewon Jl. Parangtritis No. 1234, Timbulharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa  
Yogyakarta 55188.

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

Nama : Salma Ardiani Almasah  
NIM : 18601241005  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Pemahaman Siswa Kelas VII Materi Beladiri Pencak Silat Kelas VII  
Mata Pelajaran PJOK di SMP N 1 Sewon  
Waktu Penelitian : 6 Juni - 8 Juli 2022

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

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

Tembusan :

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

## Lampiran 4. Surat Keterangan Melakukan Penelitian Dari Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN DASAR KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA

### SMP 1 SEWON

Alamat: Jl parangtritis Km.7 Sewon Yogyakarta Telp.0274383733 Kode Pos 55186

#### SURAT KETERANGAN

Nomor :005/ 228 /SEW.P.01

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : TRISMI HARYATININGSIH, M.Pd  
NIP : 196310081986012004  
Pangkat/ Gol. Ruang : Pembina / IV a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMP 1 Sewon, Bantul

Menerangkan bahwa :

Nama : Salma Ardiani Almasah  
NIM : 18601241005  
Pekerjaan : Mahasiswa S-1, Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan  
Rekreasi, Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SMP 1 Sewon, Bantul pada tanggal 6 Juni sampai dengan 8 Juli 2022. Tema/Judul

PEMAHAMAN SISWA TERHADAP MATERI BELADIRI PENCAK SILAT KELAS VII  
MATA PELAJARAN PJOK di SMPN 1 SEWON

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



## Lampiran 5. Jawaban Responden Uji Validasi Instrumen Penelitian

docs.google.com/spreadsheets/d/1ujmuYudYSk5l8bfnQsyh8qbjp8q0ZaEvPHdWWZ1o/edit?resourcekey=gid=166265431

Formulir tanpa judul (Jawaban)

| A1 | A                   | B       | C                           | D           | E            | F                        | G                                     | H                            | I                           | J                        | K             |
|----|---------------------|---------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------------------|---------------------------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------|
|    | Timestamp           | Score   | Nama lengkap                | Nomor absen | Kelas        | 1. Darimakah asal lahir? | 2. Induk organisasi pencak            | 3. Empat aspek sebagai       | 4. 4 Sebagai seorang siswa? | 5. Peleindung badan yang | 6. Olahraga b |
| 6  | 13/06/2022 9:40:25  | 27 / 32 | Khanza Kheyia Nur Syar      | 18 B        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 7  | 13/06/2022 9:40:35  | 31 / 32 | Hernanda Tri Laksono        | 13 B        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 8  | 13/06/2022 9:45:05  | 22 / 32 | Adina Sulcha Rahmawati 03   | G           | a. Indonesia | c. IPSI                  | d. mental fisik, aspek belai          | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 9  | 13/06/2022 9:47:59  | 24 / 32 | Vivienus Ananto Rode        | 32 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 10 | 13/06/2022 9:48:23  | 29 / 32 | Muhammad Luthrahehar        | 20 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 11 | 13/06/2022 9:48:23  | 18 / 32 | Kharissa Farah Amalya       | 19 D        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | b. 10x10 met             |               |
| 12 | 13/06/2022 9:52:24  | 31 / 32 | Raihan Farendi Anvans       | 29 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 13 | 13/06/2022 9:53:09  | 29 / 32 | Ruxdiana                    | 29 B        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 14 | 13/06/2022 9:54:13  | 21 / 32 | David Rizki Santosa         | 8 B         | a. Indonesia | c. IPSI                  | d. mental fisik, aspek belai          | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 15 | 13/06/2022 9:55:07  | 27 / 32 | Claudia Iryu Putri          | 12 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | d. Kode etik beladiri penc   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 16 | 13/06/2022 9:55:32  | 28 / 32 | Muhammad naufal al khc      | 21 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 17 | 13/06/2022 10:02:59 | 22 / 32 | Huda Hidarumuli             | 15 B        | a. Indonesia | b. IPS                   | a. mental spiritual, aspek            | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 18 | 13/06/2022 10:03:09 | 22 / 32 | Fella Nur maharani          | 16 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | d. mental fisik, aspek belai          | c. Sifat beladiri pencak sil | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 19 | 13/06/2022 10:09:09 | 31 / 32 | Namala Bunga Saini Sa       | 25 D        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 20 | 13/06/2022 10:25:20 | 24 / 32 | Sheza Khaliza               | 31 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | d. mental fisik, aspek belai          | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 21 | 13/06/2022 10:26:35 | 30 / 32 | Nayshila ferrozia putri az  | 26 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | d. mental fisik, aspek belai          | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 22 | 13/06/2022 10:32:22 | 29 / 32 | Danendra Abyakta Kusu       | 10 D        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | d. Kode etik beladiri penc   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 23 | 13/06/2022 10:35:47 | 24 / 32 | Zora Ailen Julia Kustanti   | 32 B        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 24 | 13/06/2022 10:37:06 | 30 / 32 | Sheza Khaliza               | 31 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek belai diri | aspek olahraga               | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 25 | 13/06/2022 10:38:01 | 22 / 32 | Aluna Felody Ayu cinta      | D           | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 26 | 13/06/2022 10:38:50 | 28 / 32 | Aliyyah hasnaa khoirunni 03 | D           | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 27 | 13/06/2022 10:48:08 | 27 / 32 | Rachmaninda Nasywa S        | 26 B        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek belai diri | aspek olahraga               | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 28 | 13/06/2022 10:59:05 | 23 / 32 | CALYA NAIFA PUTRI           | 11 G        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 29 | 13/06/2022 11:05:10 | 24 / 32 | Savega Abdita Ertiang I     | 20 D        | a. Indonesia | c. IPSI                  | a. mental spiritual, aspek            | a. Fungsi beladiri pencak    | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 30 | 13/06/2022 11:10:33 | 24 / 32 | Jasna Salwa Aj Nugraha      | 3 B         | a. Indonesia | c. IPSI                  | b. mental fisik, aspek mer            | b. Prinsip beladiri pencak   | b. Body protector           | a. 10x10 met             |               |
| 31 | 13/06/2022 11:28:04 | 29 / 32 | Arma Rachma Agustina        | 06          | D            | a. Indonesia             | b. IPS                                | a. mental spiritual, aspek   | b. Prinsip beladiri pencak  | b. Body protector        | a. 10x10 met  |

Form Responses 1

## Lampiran 6. Jawaban Responden Instrumen Penelitian

docs.google.com/spreadsheets/d/1ujmuYudYSKibvfmQy8hqrjBq0ZafvPHdWWWZ/0/edit?resourcekey=gjid=166265431

Gmail Maps KURIKULUM Jurnal Kualitatif

Formulir tanpa judul (Jawaban)

File Edit Tampilan Sisipkan Format Data Alat Ekstensi Bantuan [Terakhir diedit beberapa detik lalu](#)

100% 123 Default (A1..)

|    | A                   | B     | C                             | D           | E     | F                                                                                                                                         | G                | H       | I                | J   | K   | L | M | N | O | P | Q | R |
|----|---------------------|-------|-------------------------------|-------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|------------------|-----|-----|---|---|---|---|---|---|---|
|    | Timestamp           | Score | Nama lengkap                  | Nomor absen | Kelas | 1 Empat aspek sebagai : 2 Pata pelajaran penc : 3 Pertandingan pencas : 4 Jika menang mengunduti 5 Dalam pertandingan per 6 Dalam pert... |                  |         |                  |     |     |   |   |   |   |   |   |   |
| 2  | 15/06/2022 15:33:39 | 27    | 32 Yeo zhuo czt badatida      | 31          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | d.4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 3  | 15/06/2022 15:44:01 | 27    | 32 Labibah Khansa Kamila      | 20          | B     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 4  | 15/06/2022 15:44:34 | 26    | 32 Muhammad Ridho Adju i      | 14          | G     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | c.3 | b.2 |   |   |   |   |   |   |   |
| 5  | 15/06/2022 15:57:27 | 22    | 32 Farhat Rachmudhillo        | 25          | G     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | d.4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 6  | 15/06/2022 16:02:52 | 30    | 32 Jantira Ewin Mahera Kri    | 16          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 7  | 15/06/2022 16:03:59 | 23    | 32 Ragia Vahyu Eta Vilgy      | 28          | B     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 8  | 15/06/2022 16:10:03 | 21    | 32 Angelina Adinda Cadyani 05 | 05          | G     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | a.1 |   |   |   |   |   |   |   |
| 9  | 15/06/2022 16:10:39 | 20    | 32 Muhammad Iqbal Kumia       | 23          | B     | d.mental fisik, aspek b                                                                                                                   | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | d.4 | d.4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 10 | 15/06/2022 16:12:46 | 21    | 32 Nikita aulia febrinyana    | 27          | G     | c.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | a.1 |   |   |   |   |   |   |   |
| 11 | 15/06/2022 16:12:58 | 24    | 32 Ayun latir chandra priyat  | 19          | G     | c.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | a.1 |   |   |   |   |   |   |   |
| 12 | 15/06/2022 16:14:40 | 27    | 32 Seno sulindono             | 20          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 13 | 15/06/2022 16:24:58 | 26    | 32 Adino Rayhan Debero        | 01          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan kuning | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 14 | 15/06/2022 16:30:59 | 23    | 32 FKA MEYCHAERA M            | 13          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | a.1 |   |   |   |   |   |   |   |
| 15 | 15/06/2022 16:31:13 | 20    | 32 Aisha Nady Azzahe          | 2           | B     | b.mental fisik, aspek mer                                                                                                                 | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | d.4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 16 | 15/06/2022 16:37:45 | 22    | 32 Alysya Aprilia P           | 04          | G     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | d.4 |   |   |   |   |   |   |   |
| 17 | 15/06/2022 16:51:17 | 13    | 32 Thaqi Izzat Arka Kuma      | 31          | B     | a.mental spiritual, aspek a                                                                                                               | Merah dan kuning | c.Game  | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 18 | 15/06/2022 16:53:39 | 17    | 32 Freya Marjaya Nurhidm      | 14          | B     | b.mental fisik, aspek mer                                                                                                                 | D biru dan hijau | d.3     | c.Menang multiak | b.2 | b.2 |   |   |   |   |   |   |   |
| 19 | 15/06/2022 16:57:02 | 22    | 32 Chaidra Zaskia Samsu       | 8           | B     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | a.1 |   |   |   |   |   |   |   |
| 20 | 15/06/2022 16:58:16 | 22    | 32 Akhannah Saliya Adyab      | 07          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | b.2 |   |   |   |   |   |   |   |
| 21 | 15/06/2022 17:04:30 | 26    | 32 Muhammad Rahman Sapi       | 22          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 22 | 15/06/2022 17:35:54 | 28    | 32 Shandy Olivia              | 30          | G     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | b.2 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 23 | 15/06/2022 17:42:52 | 19    | 32 Azcazra syahina tina       | 08          | D     | a.mental spiritual, aspek c                                                                                                               | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | c.3 |   |   |   |   |   |   |   |
| 24 | 15/06/2022 17:59:24 | 21    | 32 Riwita hedono tina         | 24          | B     | a.mental fisik, aspek b                                                                                                                   | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang WVO     | a.1 | b.2 |   |   |   |   |   |   |   |
| 25 | 15/06/2022 17:44:17 | 17    | 32 Radeh khaleel nurni        | 12          | D     | b.mental fisik, aspek mer                                                                                                                 | Merah dan biru   | a.Babak | c.Menang multiak | a.1 | b.2 |   |   |   |   |   |   |   |
| 26 | 15/06/2022 17:47:14 | 27    | 32 Nadia Ramad                |             |       |                                                                                                                                           |                  |         |                  |     |     |   |   |   |   |   |   |   |

## Lampiran 7. Kartu Bimbingan

### KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Salma Ardiani Almasah

NIM : 18601241005

Program Studi : PJKR

Pembimbing : Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.

| No. | Tanggal          | Pembahasan                                                                          | Tanda - Tangan                                                                      |
|-----|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | 11 Februari 2022 | Proposal BAB I sampai III:<br>Pedoman tata tulis, Metapel, dan Kajian teori         |    |
| 2   | 4 Maret 2022     | Revisi BAB I sampai III<br>Pahami Pengetahuan atau Pemahaman<br>sesuaikan dengan KD |    |
| 3   | 22 Maret 2022    | Revisi BAB I sampai III persiapan instrumen<br>Dan ijin penelitian                  |    |
| 4   | 31 Maret 2022    | Penambahan kajian teori untuk proses<br>pembuatan instrumen penelitian              |    |
| 5   | 25 Mei 2022      | Ijin Penelitian dan ambil data. Koordinasi tim<br>pengambil data.                   |    |
| 6   | 2 Juni 2022      | Pengecekan validitas dan reliabilitas<br>Soal-soal tes                              |    |
| 7   | 14 Juni 2022     | BAB IV dan BAB V                                                                    |    |
| 8   | 26 Juni 2022     | Revisi                                                                              |   |
| 9   | 15 Juli 2022     | Persetujuan untuk daftar ujian                                                      |  |

a.n Ketua Jurusan POR,



Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.

NIP. 197702182008011002



## Lampiran 8. Soal Instrumen Uji Coba

### Penelitian

#### Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

#### Soal

1. Darimakah asal olahraga beladiri pencak silat?
  - a. **Indonesia**
  - b. Belanda
  - c. Malaysia
  - d. Kamboja
2. Induk organisasi pencak silat adalah...
  - a. PBVSI
  - b. IPS
  - c. **IPSI**
  - d. PSI
3. Empat aspek sebagai satu kesatuan dalam pencak silat adalah...
  - a. **mental spiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya**
  - b. mental fisik, aspek mental, aspek olahraga, dan aspek seni budaya
  - c. mental spiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni agama
  - d. mental fisik, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya
4. Sebagai seorang peserta didik dalam berada di lingkungan sekolah tidak boleh memancing keributan antar teman, hal ini kaitannya dengan mempelajari beladiri pencak silat memahami akan...
  - a. Fungsi beladiri pencak silat
  - b. **Prinsip beladiri pencak silat**
  - c. Sifat beladiri pencak silat
  - d. Kode etik beladiri pencak silat
5. Pelindung badan yang di gunakan oleh pesilat pada waktu pertandingan disebut...
  - a. Body building
  - b. **Body protector**
  - c. Body language
  - d. Body countack
6. Olahraga beladiri pencak silat menggunakan gelanggang berbentuk persegi berwarna hijau dan terdapat 4 sudut, untuk gelanggang pencak silat memiliki ukuran....
  - a. **10x10 meter**
  - b. 10x9 meter
  - c. 9x9 meter
  - d. 10x11 meter

7. Pada gelanggang pencak silat, di dua sudut terdapat dua warna, yaitu warna...
- Merah dan kuning
  - Kuning dan biru
  - Merah dan biru**
  - Biru dan hijau
8. Pertandingan pencak silat ditentukan dengan
- Babak**
  - Set
  - Game
  - Regu
9. Berikut ini yang bukan termasuk dalam kategori pencak silat adalah...
- Kategori tunggal
  - Kategori ganda
  - Kategori tanding
  - Kategori campuran**
10. Jika lawan mengundurkan diri atau tidak dapat hadir dalam pertandingan, maka akan mendapatkan menang...
- Menang angka
  - Menang point
  - Menang WO**
  - Menang mutlak
11. Ketika pesilat mengalami cedera dan terlihat oleh wasit tidak kuat mengikuti pertandingan maka akan di suruh pindah ke sudut netral. Dalam pertandingan pencak silat sudut netral berjumlah..
- 4
  - 3
  - 2**
  - 1
12. Dalam pertandingan pencak silat bila seorang pesilat menendang dan mengenai area body lawan maka pesilat tersebut mendapat ...point/nilai
- 1
  - 2**
  - 3
  - 4
13. Dalam pertandingan pencak silat seorang pesilat berhasil membanting lawan yang menendang dengan tendangan depan. Maka pesilat tersebut mendapat point/nilai
- 1
  - 2
  - 3**
  - 4



14. Berdasarkan gambar diatas, termasuk dalam gerak kuda-kuda...
- Tengah**
  - Samping
  - Depan
  - Belakang
15. Berdiri kuda-kuda salah satu kaki ditarik ke depan dengan lutut tetap ditekuk, sedangkan kaki lainnya di belakang dan berat badan bertumpu di kaki depan merupakan teknik kuda-kuda ...
- Tengah
  - Samping
  - Depan**
  - Belakang
16. Berdiri kuda-kuda salah satu kaki ditarik ke samping badan kemudian lutut sedikit ditekuk, sedangkan kaki lainnya lurus, berat badan bertumpu kesamping pada kaki yang ditekuk merupakan sikap kuda-kuda....
- Tengah
  - Samping**
  - Depan
  - Belakang



- 17.1 Berdasarkan gambar di atas, termasuk dalam sikap tegak...
- 1
  - 2
  - 3
  - 4**
18. Ciri-ciri sikap tegak 1 adalah...
- Berdiri tegak, kedua lengan dan tangan lurus disamping**
  - Berdiri tegak, kedua tangan mengepal berada di pinggang
  - Berdiri tegak, kedua tangan mengepal di dada
  - Berdiri tegak, kedua tangan silang di dada
19. Andi melakukan sikap tegak dengan berdiri tegak, tumit rapat, kaki membentuk sudut 45°, dan kedua tangan mengepal di dada. Andi melakukan sikap tegak...
- 1
  - 2
  - 3**

- d. 4
20. Saat pembelajaran sedang berlangsung guru memberikan instruksi untuk melakukan sikap tegak 2, maka yang dilakukan peserta didik adalah....
- a. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua lengan dan tanan lurus disamping
  - b. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan mengepal berada di samping**
  - c. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan mengepal di dada
21. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan silang di dada
22. Saat akan melakukan pembelajaran beladiri khususnya pencak silat, biasanya peserta didik dan gurumelakukan sikap...
- a. Sikap hormat**
  - b. Sikap istirahat
  - c. Sikap pasang
  - d. Sikap tegak 1
23. Yang termasuk kedalam jenis serangan pencak silat adalah...
- a. Elakan
  - b. Tangkisan
  - c. Bantingan
  - d. Pukulan**
24. Teknik pukulan yang mengarah pada sasaran ulu hati, teknik pukulan tersebut adalah...
- a. Bandul**
  - b. Lurus
  - c. Tegak
  - d. Bawah
25. Pesilat dari kontingen DIY melakukan serangan dengan teknik pukulan yang sasarannya adalah bahu atau sendi bahu bagian kanan, teknik pukulan yang digunakan oleh pesilat tersebut adalah.....
- a. Bandul
  - b. Lurus
  - c. Tegak**
  - d. Bawah
26. Saat pertandingan berlangsung, pesilat melakukan tendangan andalan yang perkenaannya berada pada ujung kaki dan membuat lawan sakit pada area perut. Maka pesilat tersebut melakukan tendangan..
- a. Tendangan T
  - b. Tendangan sabit
  - c. Tendangan lurus**
  - d. Tendangan belakang
27. Pesilat melakukan tendangan dengan perkenaan pada punggung kaki pada saat bertanding dan berbunyi sangat keras. Maka pesilat tersebut menggunakan tendangan...
- a. Tendangan T
  - b. Tendangan sabit**
  - c. Tendangan lurus

d. Tendangan belakang



27.2

Dari gambar diatas, termasuk dalam gerakan tendangan...

a. **Tendangan T**

b. Tendangan sabit

c. Tendangan lurus

d. Tendangan belakang

28. Disaat pertandingan berlangsung rafi melakukan tendangan yang membelakangi lawan, dengan perkenaan telapak kaki atau tumit dan mendapatkan nilai oleh wasit juri. Rafi melakukam tendangan....

a. Tendangan T

b. Tendangan sabit

c. Tendangan lurus

d. **Tendangan belakang**

29. Untuk membendung atau menghalau serangan lawan, maka gerakan yang harus dilakukan adalah

a. Mengelak

b. Menembak

c. **Menangkis**

d. Menghindar

30. Anggota tubuh yang digunakan untuk menangkis lawan adalah.....

a. Kaki, lutut, dan dada

b. Kepala, kaki, dan tangan

c. **Tangan, kaki, dan siku**

d. Kepala, punggung, dan dada

31. Berikut ini yang bukan termasuk kedalam teknik tangkisan adalah

a. Tangkisan gedik

b. Tangkisan kaki

c. **Tangkisan badan**

d. Tangkisan siku

32. Gerakan tangkisan ini melakukan sikap awalan berdiri tegak menghadap arah pukulan, saat pukulan datang dari arah atas melakukan gerakan lengan ke arah depan atas. Dari uraian tersebut tangkisan silang tinggi dilakukan dengan...

a. Satu tangan

b. **Dua tangan**

c. Tangan kanan saja

d. Tangan kiri saja

## Lampiran 9. Soal Instrumen Penelitian

### Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

### Soal

1. Empat aspek sebagai satu kesatuan dalam pencak silat adalah...
  - a. **mental spiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya**
  - b. mental fisik, aspek mental, aspek olahraga, dan aspek seni budaya
  - c. mental spiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni agama
  - d. mental fisik, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya
2. Pada gelanggang pencak silat, di dua sudut terdapat dua warna, yaitu warna...
  - a. Merah dan kuning
  - b. Kuning dan biru
  - c. **Merah dan biru**
  - d. Biru dan hijau
3. Pertandingan pencak silat ditentukan dengan
  - a. **Babak**
  - b. Set
  - c. Game
  - d. Regu
4. Jika lawan mengundurkan diri atau tidak dapat hadir dalam pertandingan, maka akan mendapatkan menang...
  - a. Menang angka

- b. Menang point
  - c. Menang WO**
  - d. Menang mutlak
5. Dalam pertandingan pencak silat bila seorang pesilat menendang dan mengenai area body lawan maka pesilat tersebut mendapat ...point/nilai
- a. 1
  - b. 2**
  - c. 3
  - d. 4
6. Dalam pertandingan pencak silat seorang pesilat berhasil membanting lawan yang menendang dengan tendangan depan. Maka pesilat tersebut mendapat point/nilai
- a. 1
  - b. 2**
  - c. 3
  - d. 4
7. Berdiri kuda-kuda salah satu kaki ditarik ke depan dengan lutut tetap ditekuk, sedangkan kaki lainnya di belakang dan berat badan bertumpu di kaki depan merupakan teknik kuda-kuda ...
- a. Tengah
  - b. Samping**
  - c. Depan**
  - d. Belakang
8. Berdiri kuda-kuda salah satu kaki ditarik ke samping badan kemudian lutut sedikit ditekuk, sedangkan kaki lainnya lurus, berat badan bertumpu kesamping pada kaki yang ditekuk merupakan sikap kuda-kuda....
- a. Tengah
  - b. Samping**
  - c. Depan
  - d. Belakang



- d. Belakang
9. Berdasarkan gambar di atas, termasuk dalam sikap tegak...
- a. 1
  - b. 2**
  - c. 3
  - d. 4
10. Ciri-ciri sikap tegak 1 adalah...
- a. Berdiri tegak, kedua lengan dan tangan lurus disamping**

- b. Berdiri tegak, kedua tangan mengepal berada di pinggang
  - c. Berdiri tegak, kedua tangan mengepal di dada
  - d. Berdiri tegak, kedua tangan silang di dada
11. Andi melakukan sikap tegak dengan berdiri tegak, tumit rapat, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , dan kedua tangan mengepal di dada. Andi melakukan sikap tegak...
- a. 1
  - b. 2
  - c. **3**
  - d. 4
12. Saat pembelajaran sedang berlangsung guru memberikan instruksi untuk melakukan sikap tegak 2, maka yang dilakukan peserta didik adalah....
- a. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua lengan dan tangan lurus disamping
  - b. **Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan mengepal berada di samping**
  - c. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan mengepal di dada
  - d. Berdiri tegak, kaki membentuk sudut  $45^\circ$ , kedua tangan silang di dada
13. Saat akan melakukan pembelajaran beladiri khususnya pencak silat, biasanya peserta didik dan gurumelakukan sikap...
- a. **Sikap hormat**
  - b. Sikap istirahat
  - c. Sikap pasang
  - d. Sikap tegak 1
14. Yang termasuk kedalam jenis serangan pencak silat adalah...
- a. Elakan
  - b. Tangkisan
  - c. Bantingan
  - d. **Pukulan**
15. Pesilat dari kontingen DIY melakukan serangan dengan teknik pukulan yang sasarannya adalah bahu atau sendi bahu bagian kanan, teknik pukulan yang digunakan oleh pesilat tersebut adalah.....
- a. Bandul
  - b. Lurus
  - c. **Tegak**
  - d. Bawah
16. Saat pertandingan berlangsung, pesilat melakukan tendangan andalan yang perkenaannya berada pada ujung kaki dan membuat lawan sakit pada area perut. Maka pesilat tersebut melakukan tendangan..
- a. Tendangan T
  - b. Tendangan sabit
  - c. **Tendangan lurus**
  - d. Tendangan belakang
17. Pesilat melakukan tendangan dengan perkenaan pada punggung kaki pada saat bertanding dan berbunyi sangat keras. Maka pesilat tersebut menggunakan tendangan...

- a. Tendangan T
  - b. Tendangan sabit**
  - c. Tendangan lurus
  - d. Tendangan belakang
18. Disaat pertandingan berlangsung rafi melakukan tendangan yang membelakangi lawan, dengan perkenaan telapak kaki atau tumit dan mendapatkan nilai oleh wasit juri. Rafi melakukam tendangan....
- a. Tendangan T
  - b. Tendangan sabit
  - c. Tendangan lurus
  - d. Tendangan belakang**
19. Untuk membendung atau menghalau serangan lawan, maka gerakan yang harus dilakukan adalah....
- a. Mengelak
  - b. Menembak
  - c. Menangkis**
  - d. Menghindar
20. Anggota tubuh yang digunakan untuk menangkis lawan adalah.....
- a. Kaki, lutut, dan dada
  - b. Kepala, kaki, dan tangan
  - c. Tangan, kaki, dan siku**
  - d. Kepala, punggung, dan dada
21. Berikut ini yang bukan termasuk kedalam teknik tangkisan adalah
- a. Tangkisan gedik
  - b. Tangkisan kaki
  - c. Tangkisan badan**
  - d. Tangkisan siku