

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI PENCAK
SILAT MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KEPANEWON PUNDONG**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Disusun Oleh:
Lilis Susilowati
18604224009

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2023

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI
PENCAK SILAT MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KEPANEWON
PUNDONG**

**Oleh:
Lilis Susilowati
NIM. 18604224009**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan instrumen berupa angket. Subjek penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong yang berjumlah 12 guru. Teknik analisis data hasil perolehan angket dihitung dan dikategorikan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dapat dijelaskan dari 12 responden yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 8,33%, kategori tinggi sebesar 25,00%, kategori cukup baik sebesar 41,67%, kategori tidak baik sebesar 16,67%, kategori sangat tidak baik sebesar 8,33%.

Kata kunci: Keterlaksanaan, pembelajaran, beladiri, Pencak Silat

SURAT PERNYATAAN

Saya Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lilis Susilowati

NIM : 18604224009

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Judul TAS : Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak
Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan
Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

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

Yogyakarta, 26 Januari 2023

Yang menyatakan



Lilis Susilowati

NIM. 18604224009

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI
PENCAK SILAT MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI
SE-KEPANEWON PUNDONG**

Disusun Oleh:

Lilis Susilowati
NIM. 18604221056

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

Yogyakarta, Januari 2023

Mengetahui,
Koordinator Prodi PJSD



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 196707011994121001

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd. M.Kes
NIP. 197510182005011002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI
PENCAK SILAT MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI
SE-KEPANEWON PUNDONG**

Disusun Oleh:

Lilis Susilowati
NIM. 18604224009

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 17 Februari 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof.Dr.Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Kelua Penguji/Penguji		9-3-2023
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. Sekretaris Penguji		9/3 2023
Dr.Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or. Penguji Utama		8/3-2023

Yogyakarta, Maret 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.

NIP. 1964070719881210014

MOTTO

1. “Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.” (Qs. Al-Insyirah: 5)
2. “Hiduplah seakan kamu mati besok, belajarlaha seakan kamu hidup selamanya.” (Mahatma Gandhi)
3. “Sukses adalah jumlah dari upaya kecil, yang diulangi hari demi hari.” (Robert Collier)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah saya ucapkan kepada ALLAH SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam proses saya menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta. Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk:

Orangtua tercinta yakni **Bapak Wagiman** dan **Ibu Murtini** yang selalu menemani proses saya dengan mendukung, mendoakan dan memberikan penuh kasih sayang dalam mengejar cita-cita saya. Terima kasih atas segala perjuangan dan pengorbanannya, berusaha sekuat mungkin membantu berjalan menyelesaikan perkuliahan demi mendapatkan gelar sarjana.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong”. Penulis menyadari bahwa, tanpa bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, skripsi ini tidak dapat terselesaikan. Bapak Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan kepada saya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., selaku Rektor UNY yang telah memberikan semangat dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Semester ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar beserta dosen dan staff yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Para guru PJOK di SD Negeri se-Kepanewon Pundong yang telah

memberikan bantuan untuk memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat saya sebutkan atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas kepada saya menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 26 Januari 2023
Penulis,



Lilis Susilowati
NIM. 18604224009

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB IPENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Penelitian	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Pembelajaran	9
2. Hakikat Keterlaksanaan Pembelajaran.....	11
3. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	21
4. Pembelajaran Beladiri Pencak Silat di Sekolah Dasar	22
B. Kajian Penelitian Yang Relevan.....	45
C. Kerangka Berpikir	47
BAB III METODE PENELITIAN	49
A. Jenis Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	49
C. Subjek Penelitian	50
D. Definisi Operasional Variabel	51
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	51
F. Teknik Analisis Data	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
A. Hasil Penelitian.....	59
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. KESIMPULAN	79

B. IMPLIKASI.....	79
C. SARAN	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013.....	24
Tabel 2. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013.....	25
Tabel 3. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013.....	25
Tabel 4. Daftar Alamat Sekolah.....	50
Tabel 5. Jumlah Guru di SD se-Kepanewon Pundong.....	50
Tabel 6. Skor Aternatif Jawaban Pertanyaan	53
Tabel 7. Butir-Butir Penelitian.....	56
Tabel 8. Kategori Skor Berdasarkan Kurva Normal Baku	58
Tabel 9. Deskriptif Statistik	59
Tabel 10. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.	60
Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Kurikulum	62
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong	63
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Materi Pembelajaran	64
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong	65
Tabel 15. Deskriptif Statistik	67
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.....	67
Tabel 17. Deskriptif Statistik	69
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.....	69
Tabel 19. Deskriptif Statistik	71

Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.....	71
--	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Kuda-kuda Delapan Arah Mata Angin pada Pencak Silat</i>	27
Gambar 2. <i>Sikap Kuda-kuda Depan</i>	27
Gambar 3. <i>Sikap Kuda-kuda Belakang</i>	28
Gambar 4. <i>Sikap Kuda-kuda Samping</i>	29
Gambar 5. <i>Sikap Kuda-kuda Tengah</i>	30
Gambar 6. <i>Sikap Kuda-Kuda Silang Belakang</i>	30
Gambar 7. <i>Sikap Kuda-kuda Silang Depan</i>	31
Gambar 8. <i>Sikap Tegak 1</i>	32
Gambar 9. <i>Sikap Tegak 2</i>	33
Gambar 10. <i>Sikap Tegak 3</i>	33
Gambar 11. <i>Sikap Tegak 4</i>	34
Gambar 12. <i>Pukulan Lurus</i>	35
Gambar 13. <i>Tendangan Lurus</i>	35
Gambar 14. <i>Tendangan Melingkar</i>	36
Gambar 15. <i>Tendangan Samping</i>	37
Gambar 16. <i>Tendangan T</i>	38
Gambar 17. <i>Tangkisan Dalam</i>	39
Gambar 18. <i>Tangkisan Luar</i>	39
Gambar 19. <i>Tangkisan Atas</i>	39
Gambar 20. <i>Tangkisan Bawah</i>	40
Gambar 21. <i>Elakan atas</i>	40
Gambar 22. <i>Elakan Bawah</i>	41
Gambar 23. <i>Elakan Samping</i>	41
Gambar 24. <i>Elakan Putar</i>	42
Gambar 25. <i>Pola Langkah Lurus</i>	42
Gambar 26. <i>Pola Langkah Zig-zag</i>	43
Gambar 27. <i>Pola Langkah Huruf U</i>	43
Gambar 28. <i>Pola Langkah Segitiga</i>	43

<i>Gambar 29. Pola Langkah Segiempat</i>	44
<i>Gambar 30. Pola Langkah Huruf S</i>	44
<i>Gambar 31. Variasi Kuda-kuda, Tangkisan Atas dan Tangkisan Bawah</i>	44
<i>Gambar 32. Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan</i>	45
Gambar 33. Kerangka Berpikir	48
Gambar 34. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD N se-Kepanewon Pundong	61
Gambar 35. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Kurikulum.....	63
Gambar 36. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Materi Pembelajaran	66
Gambar 37. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Sumber Belajar	68
Gambar 38. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Guru	70
Gambar 39. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Siswa.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
<i>Lampiran 1. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi</i>	84
<i>Lampiran 2. Surat Izin Penelitian</i>	85
<i>Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian</i>	86
<i>Lampiran 4. Angket Penelitian</i>	87
<i>Lampiran 5. Olah data Hasil Penelitian.....</i>	90
<i>Lampiran 6. Bukti Dokumentasi</i>	91

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan pembelajaran tentang pengetahuan keterampilan dan kebiasaan kelompok orang yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pengajaran pelatihan dan penelitian. Pendidikan yang dilakukan oleh seseorang sering terjadi di bawah bimbingan orang lain, namun juga bisa terjadi secara otodidak. Setiap pengalaman seseorang yang memiliki efek formatif pada cara orang berpikir, merasa, dan tindakan dapat dianggap juga sebagai bentuk pendidikan. Umumnya, pendidikan dilakukan secara bertahap, yaitu prasekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, dan perguruan tinggi. Pendidikan dilaksanakan selama seumur hidup, dan dapat dilakukan dilingkungan keluarga, masyarakat, atau disekolah.

Sekolah merupakan tempat dilakukannya proses pembelajaran secara terbimbing. Agar pendidikan yang diadakan disekolah dapat terlaksana dengan baik, maka perlu disusun sebuah kurikulum. Kurikulum merupakan seperangkat atau suatu sistem rencana dan pengaturan mengenai bahan pembelajaran yang dapat dipedomani dalam aktivitas pembelajaran. Intinya kurikulum adalah rencana pembelajaran. Menurut Suherman, dkk (2018: 6), kurikulum dikonsepsikan sebagai proses sosial, politik, dan relasional yang terkontruksi secara sosial, kontruksinya dikenal sebagai proses yang sedang berlangsung secara dinamis. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana pengaturan tentang tujuan, isi,

bahan pelajaran beserta cara yang digunakan sebagai pedoman dalam penyelenggaraan kegiatan pembelajaran guna mencapai tujuan pendidikan nasional. Kurikulum selalu mengalami sebuah perubahan agar tepat dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Oleh sebab itu perubahan harus disikapi dan dipahami dengan baik oleh semua pihak.

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

PJOK memiliki banyak materi yang terdapat di dalamnya mulai dari olahraga perorangan atau individu sampai berkelompok. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain: guru, peserta didik, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian (Suryobroto, 2004: 1). Guru

merupakan sosok pendidik yang memiliki tanggungjawab atas peserta didiknya di sekolah. Sebagai guru harus memiliki kompetensi yang meliputi kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional. Dalam kurikulum 2013 PJOK sekolah dasar, salah satu kompetensi dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik adalah beladiri. Hal ini dapat dilihat dalam Permendikbud No. 24 Tahun 2016 terkait Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) tentang pelajaran pada Kurikulum 2013 pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Pencak silat pada dasarnya adalah beladiri yang mempunyai empat nilai sebagai satu kesatuan, yakni nilai etis, teknik, estetis dan atletis (Setyoningrum, 2014). Nilai-nilai ini merupakan ciri khas dan keistimewaan pencak silat yang menjadi salah satu budaya asli bangsa Indonesia dan sudah diterima oleh masyarakat mancanegara.

Perkembangan pencak silat yang merupakan warisan asli dari budaya bangsa Indonesia perlu dikenalkan, dipelajari dan dilestarikan oleh warga negara Indonesia. Salah satu bentuk melestarikan budaya pencak silat adalah melalui pembelajaran pencak silat di sekolah dan di luar sekolah. Pencak silat memiliki gerakan yang lembut, penuh dengan unsur keindahan namun dapat mematikan lawannya. Pencak silat di Indonesia dapat dikembangkan melalui berbagai macam perguruan dan instansi-instansi yang ada salah satunya yaitu melalui instansi sekolah. Guru PJOK memiliki peran yang sangat penting dalam melestarikan beladiri pencak silat melalui pembelajaran yang sudah diterapkan di berbagai sekolah. Hal ini bertujuan agar budaya beladiri pencak silat tidak hilang tergerus oleh zaman. Peran guru dalam memberikan pembelajaran di sekolah kepada peserta didik sangat berpengaruh guna untuk memperkenalkan seni beladiri

pencak silat dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional, karena dalam beladiri pencak silat peserta didik tidak hanya dituntut untuk dapat menguasai aspek psikomotor saja tetapi juga dituntut untuk dapat menguasai pada aspek kognitif, afektif maupun nilai sosial. Hal ini menunjukkan bahwa adanya materi pencak silat dalam PJOK telah sesuai dengan pencapaian tujuan pendidikan nasional yang ada. Tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: peserta didik, materi, guru, sarana dan prasarana. Peserta didik merupakan faktor penting yang mendukung dalam keterlaksanaannya pembelajaran beladiri pencak silat. Antusias, minat, dan semangat peserta didik yang tinggi terhadap materi beladiri pencak silat membuat peserta didik tersebut mudah dalam menerima materi yang diajarkan oleh guru. Begitu pun dengan guru, guru juga akan menjadi senang, semangat, dan mudah dalam memberikan materi terhadap peserta didik bila peserta didik mampu menerima materi tersebut dengan baik. Pembelajaran akan mencapai tujuan yang diharapkan. Untuk memaksimalkan kegiatan pembelajaran, guru dapat memanfaatkan berbagai media untuk mendukung proses belajar mengajar. Media tersebut dapat berupa gambar, video ataupun buku-buku yang praktis dan mudah dipelajari.

Sesungguhnya, pembelajaran beladiri pencak silat tidak membutuhkan sarana dan prasarana yang banyak, melihat dari segi materi yang diajarkan hanya terdapat beberapa teknik dasar yang ada dalam beladiri pencak silat. Sarana dan prasarana yang diperlukan cukup dengan menggunakan lapangan maupun ruangan yang luas supaya dapat menampung peserta didik untuk melakukan teknik-teknik beladiri pencak silat. Hingga saat ini pembelajaran beladiri pencak silat disekolah

dasar belum terlaksana dengan baik, dikarenakan beberapa guru PJOK tidak memberikan materi beladiri pencak silat terhadap peserta didik. Materi beladiri pencak silat tidak disampaikan oleh guru PJOK karena guru PJOK tidak menguasai dan memahami dengan baik materi yang ada didalam beladiri pencak silat (Lestari, 2020: 5). Hal ini serupa dengan hasil penelitian oleh Nugroho (2018) yang berjudul “Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP se-Kecamatan Bantul”.Aktivitas beladiri pencak silat yang terdapat pada silabus mengharuskan peserta didik untuk dapat memahami serta mempraktikkan gerakan yang ada pada materi beladiri pencak silat. Guru PJOK harus mengetahui teknik dasar yang ada dalam beladiri, sehingga tidak hanya teori saja namun guru bisa mencontohkan gerakannya. Walaupun guru PJOK kurang dalam memahami teknik yang terdapat didalam beladiri pencak silat, namun sebenarnya guru dapat mengajar peserta didik melalui berbagai media. Media yang dapat digunakan guru PJOK untuk mengajar bisa dengan menggunakan media gambar maupun media video. Karena guru harus mampu mengajar peserta didik walaupun hanya mengajarkan teknik dasarnya saja.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di sejumlah SD Negeri di KepanewonPundong yang sudah menerapkan kurikulum 2013 diketahui bahwa SD tersebut sudah menerapkan kurikulum 2013, namun ditemukan bahwa sebagian guru PJOK belum menyampaikan materi beladiri pencak silat. Sampai saat ini materi yang disampaikan oleh guru PJOK adalah jenis olahraga yang umum dilakukan di masyarakat. Guru PJOK lebih sering menyampaikan materi

seperti permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik, dan senam. Padahal jika Guru mampu menyampaikan materi beladiri pencak silat guru dapat membantu peserta didik memperoleh pengalaman belajar beladiri pencak silat. Peserta didik diharapkan mendapatkan pengalaman belajar beladiri dan juga ditanamkan nilai-nilai mental, sosial dan spiritual untuk membentuk karakter peserta didik (Nugroho, 2018: 4).

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

B. Identifikasi Masalah

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

1. Sebagian guru PJOK SD Negeri di Kecamatan Pundong belum menyampaikan materi beladiri pencak silat dalam proses pembelajaran di sekolah.
2. Ada guru yang kurang menguasai materi beladiri pencak silat sehingga tidak mengajarkan materi beladiri pencak silat.

3. Kurangnya pengetahuan guru dalam menguasai materi pembelajaran beladiri pencak silat.
4. Belum diketahuinya tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

C. Batasan Penelitian

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

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka dapat dirumuskan suatu masalah. Adapun rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah, “Seberapa tinggi tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong?”

E. Tujuan

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta didik

Dapat meningkatkan karakter peserta didik melalui pembelajaran beladiri Pencak Silat.

b. Bagi Guru

Dapat memperbaiki proses pembelajaran PJOK khususnya pada materi beladiri Pencak Silat.

c. Bagi Sekolah dan Lembaga Pendidikan

Dapat meningkatkan proses pendidikan khususnya pada pembelajaran pencak silat

d. Bagi Pembaca

Dapat memberikan motivasi dan gambaran umum kepada pembaca dalam menentukan topik penelitian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran merupakan proses terjadinya interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh seorang pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan, kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan terhadap peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses yang dilakukan pendidik untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Pembelajaran merupakan suatu tindakan yang kompleks. Pembelajaran merupakan aktualisasi kurikulum yang menentukan keaktifan guru dalam menciptakan dan menumbuhkan kegiatan peserta didik sesuai dengan rencana yang telah diprogramkan (Pambudi, 2014: 50). Untuk itu dalam pembelajaran pendidik perlu menciptakan suasana yang kondusif dan strategi belajar yang dapat menarik minat peserta didik.

Pembelajaran berdasarkan penjelasan Suyono & Hariyanto (2014: 9) mencakup dua hal yaitu belajar dan mengajar. Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap dan mengokohkan kepribadian. Belajar merupakan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus selama manusia masih hidup. Manusia tidak dapat lepas dari kegiatan belajar. Pendidikan seumur hidup, yang disebut dengan *Life Long Education* adalah pendidikan yang menekankan bahwa

proses pendidikan berlangsung terus menerus sejak seseorang dilahirkan hingga meninggal dunia, baik dilaksanakan di jalur pendidikan formal, non formal maupun informal. Bayi yang baru dilahirkan telah membawa beberapa naluri insting dan potensi-potensi untuk belajar. Insting tersebut tidak akan berkembang baik tanpa pengaruh dari luar, yaitu campur tangan manusia lain.

Terdapat pendapat lain yaitu dari Hamdayama (2016: 28) bahwa belajar adalah usaha atau suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar supaya mengetahui atau dapat melakukan sesuatu. Salah satu hal yang menunjukkan proses belajar itu berhasil adalah dengan adanya perubahan. Perubahan dari yang tidak tahu menjadi tahu serta yang buruk menjadi baik. Perubahan yang dialami bisa dengan cepat bahkan bisa lambat tergantung proses dan faktor belajarnya.

Belajar ialah suatu proses yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman sendiri dalam intraksi dengan lingkungannya (Slameto, 2015: 2). Sifat perubahannya relatif permanen, tidak akan kembali kepada semula. Tidak bisa diterapkan pada perubahan akibat situasi sesaat, seperti perubahan akibat kelelahan, sakit dan mabuk. Melalui proses belajar tersebut terjadi perubahan perkembangan, kemajuan baik dalam aspek fisik-motorik, intelek, sosial-emosi maupun sikap dan nilai.

Pembelajaran yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi kreativitas pengajar, pembelajaran yang memiliki motivasi tinggi motivasi tinggi ditunjang dengan mengajar yang mampu memfasilitasi tersebut akan membawa pada keberhasilan pencapaian target belajar. Target belajar dapat diukur melalui

perubahan sikap dan kemampuan peserta didik melalui proses belajar. Desain pembelajaran yang baik, ditunjang fasilitas yang memadai, ditambah dengan kreatifitas guru akan membuat peserta didik lebih mudah mencapai target belajar. Hardini dan Puspitasari (2012: 10) menyatakan “pembelajaran adalah suatu aktivitas yang dengan sengaja untuk memodifikasi berbagai kondisi yang diarahkan untuk tercapainya suatu tujuan, yaitu tercapainya tujuan kurikulum”.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses interaksi yang dilakukan oleh pendidik kepada peserta didik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan mengorganisasikan dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga peserta didik dapat melakukan pembelajaran secara efektif dan efisien serta dengan hasil optimal.

2. Hakikat Keterlaksanaan Pembelajaran

Keterlaksanaan berasal dari kata dasar laksana, Beberapa prinsip dalam mengembangkan atau menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), yaitu: (1) Penjabaran ide kurikulum; (2) pengembangan RPP; (3) mendorong partisipasi aktif peserta didik; (4) mengembangkan budaya membaca, menulis, berhitung; (5) memberikan umpan balik dan tindak lanjut; (6) keterkaitan dan keterpaduan; dan (7) menerapkan teknologi informasi dan komunikasi (Alnedral, 2016: 77).

Dalam upaya melaksanakan kegiatan pembelajaran tidak lepas dari berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi. Pelaksanaan pembelajaran adalah proses yang diatur sedemikian rupa menurut langkah-langkah tertentu agar pelaksanaan mencapai hasil yang diharapkan (Sudjana, 2010: 136). Untuk

mencapai tujuan yang diinginkan, Muslich (2014: 40) menyatakan bahwa faktor-faktor yang menentukan keberhasilan suatu proses pembelajaran antara lain: kurikulum yang digunakan sebagai acuan dasarnya, program pengajaran yang dijalankan, guru, materi pembelajaran, strategi pembelajaran yang dipilih, ketersediaan sumber belajar dan teknik atau penilaian. Nasution (2011:77) menyatakan sebenarnya peserta didik merupakan faktor penting, mereka dapat menilai dan dapat memberi saran-saran yang sangat berharga. Artinya dalam pembelajaran peserta didik bukan sebagai patung yang hanya diam yang tak diberikan kesempatan dalam mengemukakan tentang persepsi atau pandangannya mengenai pelajaran yang sedang berlangsung.

Berdasarkan berbagai keterangan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang idealnya dapat mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK materi beladiri adalah kurikulum, guru, peserta didik, sumber belajar, materi pembelajaran serta sarana dan prasarana namun hal tersebut tidaklah mutlak karena setiap sekolah memiliki kondisi yang berbeda-beda.

Dalam upaya melaksanakan tugas kegiatan belajar mengajar tidak lepas dari berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2015: 236-254) faktor-faktor yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran meliputi:

- a. Guru sebagai pembina peserta didik belajar
- b. Prasarana dan sarana pembelajaran
- c. Kebijakan penilaian
- d. Lingkungan sekolah peserta didik di sekolah

e. Kurikulum sekolah

Proses pembelajaran berdasarkan Majid (2013: 37) yaitu perlu direncanakan, dilaksanakan, dinilai dan diawasi agar terlaksana secara efektif dan efisien. Sesuai dengan amanat Peraturan Pemerintah Nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan, salah satu standar yang harus dikembangkan adalah standar proses. Standar proses adalah standar nasional pendidikan untuk mencapai kompetensi lulusan. Standar proses berisi kriteria minimal proses pembelajaran lulusan. Sebagaimana diatur dalam Permendiknas Nomor 41 tahun 2007 standar proses tersebut meliputi perencanaan, pelaksanaan proses pembelajaran, penilaian hasil pembelajaran, dan pengawasan proses pembelajaran untuk terlaksananya proses pembelajaran yang efektif dan efisien.

Berdasarkan berbagai keterangan di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang idealnya dapat mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK materi beladiri adalah kurikulum, guru, peserta didik, sumber belajar, materi pembelajaran serta sarana dan prasarana namun hal tersebut tidaklah mutlak karena setiap sekolah memiliki kondisi yang berbeda-beda. Berikut adalah penjabaran tentang faktor-faktor tersebut.

a. Kurikulum

Kurikulum berdasarkan pendapat Arifin (2018: 58), Kurikulum yang menjadi jantungnya Pendidikan. Kurikulum merupakan acuan rencana dalam rangka mencapai tujuan pendidikan, dan untuk mencapainya tentu rencana tersebut harus dilaksanakan. Dengan demikian, peran seorang guru sangat vital, karena guru adalah yang menyampaikan materi dalam pembelajaran di sekolah, tentunya

seorang guru idealnya menyampaikan materi ajar berdasarkan kurikulum yang berlaku. Amirullah (2011: 42) mengungkapkan bahwa Kualitas dari pendidikan jasmani sebenarnya terletak pada totalitas kurikulum untuk dapat mencakup tujuan umum dari pendidikan jasmani di sekolah. Kemampuan guru dalam memahami isi kurikulum akan berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pendidikan yang ingin dicapai oleh para pengembang kurikulum.

Dunia pendidikan merupakan dunia yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Manusia yang selalu bersama dengan pendidikan, arah kehidupannya akan berkembang menjadi lebih baik. Tidak ada zaman yang tidak berubah, dan tidak ada manusia yang ingin hidup tidak mengalami perubahan peradaban. Semuanya itu bermuara pada pendidikan, karena pendidikan merupakan percontaan peradaban dunia. Kurikulum merupakan pedoman yang digunakan guru untuk memudahkan kelancaran dalam proses pembelajaran di sekolah.

Kurikulum pendidikan memiliki peran yang sangat penting sebagaimana tertulis dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengetahuan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran, serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Nasution (2014 : 8) kurikulum adalah suatu direncanakan sebagai pegangan guna mencapai tujuan pendidikan. Apa yang direncanakan biasanya bersifat ideal, suatu cita-cita tentang manusia atau warga Negara yang akan dibentuk. Kurikulum menjadi perangkat penting guna

melahirkan pendidikan yang mencerdaskan peserta didik yang bermakna dan berarti sesuai dengan tujuan pendidikan. Menurut Gallen & Alexander (dalam Rithaudin, A. dkk, 2018: 7) menyatakan bahwa Kurikulum adalah keseluruhan upaya sekolah untuk mempengaruhi pembelajaran baik di dalam kelas, taman bermain atau di luar sekolah.

Dari beberapa paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kurikulum adalah pedoman yang digunakan guru dalam menyampaikan materi pembelajaran kepada peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan.

b. Guru

Guru merupakan pekerjaan yang memerlukan keahlian khusus dalam bidangnya. Pekerjaan ini tidak dapat dilakukan oleh orang yang tidak memiliki keahlian untuk melakukan pekerjaan sebagai guru. Orang yang disebut guru adalah orang yang memiliki kemampuan merancang program pembelajaran, serta mampu menata dan mengelola kelas agar peserta didik dapat belajar dengan efektif dan efisien. Guru yang dijelaskan oleh Husien (2017: 24) adalah seseorang yang memiliki banyak ilmu dan pengalaman yang mampu merancang, mengelola pembelajaran, dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru merupakan profesi yang mulia dan strategis dalam membentuk generasi penerus bangsa. Tugas guru yang begitu penting, guru harus memiliki tanggung jawab yang tinggi terhadap profesinya. Hamzah & Nina (2016: 2) mengatakan bahwa guru adalah semua orang yang berwenang dan bertanggung jawab terhadap

pendidikan murid-murid, baik secara individual maupun secara klasikal, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Profesi yang dilakukan dengan tanggung jawab maka akan melahirkan sebuah hasil yang baik. Guru professional akan memperhatikan dan melaksanakan tugas tugasnya dengan baik.

Guru juga dituntut untuk memiliki kompetensi, kompetensi guru adalah kemampuan yang dimiliki seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang diterapkan dalam proses belajar mengajar. Husien (2017: 33) berpendapat bahwa tingkat kualitas kompetensi profesi seseorang itu tergantung pada tingkat penguasaan kompetensi kinerja sebagai ujung tombak serta tingkat kemantapan penguasaan kompetensi kepribadian sebagai landasan dasarnya, maka implikasinya ialah bahwa dalam upaya pengembangan profesi dan perilaku guru sebagai aspek kinerja dan kepribadian. Untuk mendeteksi sejauh mana seorang guru telah memiliki sesuatu kompetensi maka diperlukan indikator dalam melakukan tugasnya. Dengan indikator dalam jenis kompetensi tertentu akan dapat diketahui dengan mengacu kepada kriteria keberhasilan kinerja minimal yang dapat diterima dan ditetapkan terlebih dahulu. Setiap jenis bidang pekerjaan atau keprofesian sudah memiliki ciri-ciri khasnya, baik mengenai perangkat dasar kompetensinya, maupun indikator dengan deskriptornya. Namun demikian, kiranya dapat dimaklumi bila di antara sejumlah bidang pekerjaan atau keprofesian tertentu selain memiliki ciri khasnya itu juga menunjukkan adanya kesamaan satu sama lain. Guru yang profesional adalah guru yang memiliki seperangkat kompetensi yang harus dimiliki, dihayati, dan dikuasai oleh guru dalam melaksanakan tugasnya. Kompetensi yang harus dimiliki seorang guru

berdasarkan Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab IV Pasal 10 ayat 91 yang menyatakan bahwa kompetensi guru meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Keempat kompetensi tersebut dijelaskan oleh (Suprihatiningsih, 2014: 101-118) sebagai berikut:

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

Berdasarkan penjelasan di atas seorang guru harus memiliki kompetensi yang menjadi bekal untuk menjadi guru yang profesional. Kompetensi tersebut meliputi kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional yang harus dimiliki oleh seorang guru.

c. Peserta didik

Peserta didik berdasarkan Sanjaya (2013: 54) adalah organisme yang unik yang berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Perkembangan anak

merupakan seluruh aspek kepribadian dengan tempo dan irama perkembangan masing-masing anak tidak selalu sama. Sedangkan berdasarkan Suprihatiningrum (2016: 85) peserta didik adalah manusia yang memerlukan bimbingan belajar dari orang lain yang memiliki suatu kelebihan.

Djamarah & Zain (2013: 114) menjelaskan bahwa keberhasilan pembelajaran dipengaruhi oleh minat peserta didik terhadap pelajaran tersebut dan pemahaman peserta didik dalam menyerap ilmu yang diberikan. Minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran sangat berpengaruh karena peserta didik akan lebih senang dengan pelajaran yang mengasyikkan dan peserta didik bisa lebih menerima pelajaran tersebut. Sedangkan pemahaman daya serap setiap peserta didik berbeda-beda, ada yang cepat dan lambat hal ini juga mempengaruhi keterlaksanaan dalam pembelajaran. Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik merupakan manusia yang membutuhkan suatu bimbingan untuk perkembangan pribadinya melalui pembelajaran. Keterlaksanaan pembelajaran tersebut bisa tercapai maka peserta didik harus memiliki minat dan pemahaman terhadap pembelajaran yang disampaikan.

d. Materi

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

terdapat materi yang mencantumkan tentang aktivitas beladiri, sesuai dengan kompetensi dasar yang ada peserta didik dituntut untuk dapat memahami dan mempraktikkan aktivitas beladiri sesuai dengan kemampuan beladiri yang dimiliki oleh guru PJOK. Materi yang terdapat dalam beladiri pencak silat adalah sikap dan kuda-kuda, langkah, serangan kaki, serangan tangan, tangkisan, elaan, dan belaan. Berdasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa materi pembelajaran sangat penting dalam proses pembelajaran. Materi pembelajaran beladiri pencak silat yang ada dalam silabus adalah sikap dan kuda-kuda, langkah, serangan kaki, serangan tangan, tangkisan, elaan, dan belaan.

e. Sumber Belajar

Djamarah & Zain (2013: 48) menjelaskan bahwa sumber belajar adalah bahan untuk menambah ilmu pengetahuan yang mengandung hal-hal baru bagi si pelajar. Sanjaya (2013: 60) menjelaskan bahwa sumber belajar peserta didik dapat diperoleh dari mana saja dengan memanfaatkan hasil-hasil teknologi. Oleh karena itu tugas guru adalah sebagai pengelola sumber belajar. Melalui pengelolaan tersebut sumber belajar yang ada dapat dimanfaatkan dengan baik untuk mencapai tujuan pembelajaran. Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa sumber belajar sangatlah banyak dengan memanfaatkan teknologi yang ada. Tugas guru adalah mengelola sumber belajar agar peserta didik dapat menerima pembelajaran lebih mudah.

f. Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu alat dan tempat pembelajaran yang mempunyai peran penting dalam proses

pembelajaran. Sanjaya (2010: 18) mengatakan bahwa “sarana adalah segala sesuatu yang mendukung secara langsung terhadap kelancaran proses pembelajaran, misalnya media pembelajaran, alat-alat pembelajaran, perlengkapan sekolah dan lain sebagainya. Proses pembelajaran akan tersendat dan tidak berjalan dengan maksimal apabila sarana dan prasarana yang tersedia tidak mencukupi atau tidak memenuhi persyaratan. Pendapat lain disampaikan Depdiknas (dalam Barnawi 2012: 47-48), menyatakan bahwa Sarana pendidikan adalah semua perangkat peralatan, bahan, dan perabot yang secara langsung digunakan dalam proses pendidikan di sekolah. Dapat dicontohkan seperti: bola, raket, pemukul, tongkat, balok, raket tenis meja, *shuttlecock*, dan lain- lain. Adapun prasarana belajar menurut Makin& Baharuddin (2010: 84) adalah fasilitas yang secara tidak langsung menunjang jalannya proses pengajaran, seperti halaman, kebun, taman sekolah, jalan menuju sekolah dan sebagainya. Pembelajaran pendidikan jasmani prasarana berguna sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar pelaksanaan pembelajaran. Salah satu sifat yang dari prasarana jasmani adalah sifatnya relatif permanen atau susah untuk dipindah. Berdasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam melakukan pembelajaran. Pembelajaran beladiri pencak silat dalam mata pelajaran PJOK tidak membutuhkan sarana dan prasarana yang rumit, namun hanya membutuhkan halaman atau ruangan secukupnya yang bisa menampung peserta didik untuk bergerak.

3. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Landasan Filosofis Pendidikan Jasmani, Pendidikan Olahraga Dan Pendidikan Kesehatan Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani dalam Agenda Berlin adalah proses sosialisasi via aktivitas jasmani, bermain dan atau olahraga yang bersifat selektif untuk mencapai tujuan pendidikan (Akhmad, 2016: 2). Uraian itu menggambarkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan dimana aktivitas jasmani menjadi sasaran dalam rangka mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Sedangkan Bucher (dalam utama, 2011: 3) memberikan batasan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan wahana aktivitas jasmani. Disini juga digambarkan bahwa aktivitas jasmani juga menjadi alat mencapai pendidikan. Bukan hanya itu saja bahwa didalamnya ditujukan bukan hanya untuk mengembangkan kebugaran jasmani saja melainkan secara sederhana bahwa pendidikan jasmani itu merupakan proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya.

Selanjutnya pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani diarahkan pada pemberian kesempatan yang seluas-luasnya untuk melakukan gerak dengan harapan peserta didik dapat aktif dan pada gilirannya akan membantu perkembangan kebugaran jasmaninya. Proses kegiatannya mencakup kegiatan latihan atau pelaksanaan tugas-tugas permealajaran yang dilakukan.

4. Pembelajaran Beladiri Pencak Silat di Sekolah Dasar

Pencak Silat merupakan olahraga beladiri asli Indonesia yang secara turun temurun diturunkan oleh nenek moyang kita. Ilmu beladiri Pencak Silat menyebar dengan pesat diberbagai daerah di Indonesia sehingga banyak keanekaragaman jurus dan perguruan pencak silat yang berkembang sesuai dengan adat istiadat daerah tersebut. Seiring berkembangnya ilmu beladiri pencak silat, saat ini pencak silat digunakan sebagai media pendidikan dan terus berlangsung hingga menjadi bagian dari kurikulum sekolah. Banyaknya perguruan pencak silat yang tersebar di Indonesia, maka dibentuklah wadah yang dinamai Ikatan Pencak Silat Indonesia. Menurut PB. IPSI (2012: 1) terdapat 4 aspek yang mencangkup nilai-nilai luhur sebagai satu kesatuan yang tak terpisahkan dalam pencak silat, yaitu aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga.

Menurut Nugroho (dalam Prahastiwi, 2021: 17) dari masing-masing aspek secara berurutan mengandung kaidah-kaidah pengendalian diri, kiat membeladiri, gerak seni, dan sportivitas olahraga, yang semua dilandasi dan diwarnai nilai-nilai budaya masyarakat serta dijiwai motivasi falsafah budi pekerti luhur. Kriswanto (2015:13) mengatakan bahwa pencak silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu

dilestarikan, dibina dan dikembangkan. Iskandar (dalam Artha, 2013: 23) mengatakan bahwa Pencak Silat adalah hasil budaya manusia untuk membela atau mempertahankan eksistensinya (kemandirian), integritas (manunggal) terhadap lingkungan hidup atau alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dapat ditarik kesimpulan dari beberapa pendapat para ahli bahwa beladiri Pencak Silat adalah beladiri tradisional hasil budaya Indonesia yang berakar dari budaya Melayu yang berkembang diberbagai wilayah di Indonesia dan memiliki karakteristik yang berbeda sesuai dengan adat istiadat setempat guna untuk mempertahankan diri dari gangguan, serta harus terus dikembangkan dan dilestarikan.

Pencak Silat mengandung beberapa aspek yang ada di dalam ajarannya. Aspek yang terkandung dalam pencak silat berdasarkan Kriswanto (2015: 201-22) meliputi aspek mental spiritual, aspek seni, aspek bela diri, dan aspek olahraga. Dari beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa pencak silat merupakan olahraga yang harus dilestarikan karena merupakan budaya bangsa Indonesia. Pencak silat masuk ke dalam pendidikan formal melalui pembelajaran jasmani. Pencak Silat hanya diajarkan pada anak kelas atas yaitu kelas 4, 5, dan 6. Komponen penting yang dicakup dalam kurikulum 2013 salah satunya adalah kompetensi. kompetensi adalah kemampuan bersikap, berpikir dan bertindak secara konsisten sebagai perwujudan dari pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dimiliki peserta didik. Kompetensi dalam kurikulum terbagi menjadi 2, yaitu kompetensi inti dan kompetensi dasar. Kompetensi inti merupakan tingkat kemampuan untuk mencapai standar kompetensi kelulusan yang harus dimiliki

oleh siswa pada setiap tingkat, kelas, atau program. Sedangkan kompetensi dasar merupakan kemampuan untuk mencapai kompetensi inti yang harus diperoleh oleh siswa melalui pembelajaran. Selain itu kompetensi dasar adalah konten atau kompetensi yang terdiri atas sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang bersumber pada kompetensi inti yang harus dikuasai siswa. Kompetensi tersebut dikembangkan sesuai dengan perkembangan karakteristik siswa, kemampuan awal, serta ciri dari suatu mata pelajaran. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 37 Tahun 2018 Tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kurikulum 2013 tingkat SD/MI dapat dilihat dalam tabel berikut:

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

KOMPENSI INTI (KI)	KOMPETENSI DASAR (KD)
1. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	1.4. Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**
2. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia	2.4. Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**

(Sumber: PERMENDIKBUD No. 37 Tahun 2018)

Tabel 2. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013
Tingkat SD/MI Kelas V

KOMPENSI INTI (KI)	KOMPETENSI DASAR (KD)
Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	2.5. Menerapkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**
3. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak	3.4. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**

(Sumber: PERMENDIKBUD No. 37 Tahun 2018)

Tabel 3. KI dan KD Mata Pelajaran PJOK Kurikulum 2013
Tingkat SD/MI Kelas VI

KOMPENSI INTI (KI)	KOMPETENSI DASAR (KD)
Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain	3.5. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri*
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia	4.4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**

(Sumber: PERMENDIKBUD No. 37 Tahun 2018)

Dalam proses pembelajaran haruslah memiliki materi, karena penguasaan materi pelajaran merupakan tujuan utama. Materi pelajaran merupakan salah satu

komponen inti dalam proses pembelajaran karena dengan seringnya terjadi proses pembelajaran diartikan sebagai proses penyampaian materi. Materi pembelajaran beladiri pencak silat ditujukan untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai esensi dari pembelajaran beladiri pencak silat. Jika pemahaman anak tentang materi beladiri pencak silat tidak disampaikan dengan jelas, maka siswa akan memiliki persepsi yang berbeda dengan harapan guru pembimbingnya.

Pada umumnya, materi beladiri pencak silat untuk siswa sekolah dasar adalah materi-materi dasar beladiri pencak silat. Teknik dasar merupakan fundamental dasar, dimana gerakan-gerakan itu masih sederhana dan mudah. Teknik dasar dipandang sebagai unsur penting dari keseluruhan penampilan olahraga disamping kesiapan kondisi fisik, teknik, dan persiapan kondisi psikologis. Teknik dasar beladiri pencak silat meliputi sikap tegak, sikap hormat, salam pembukaan, kuda-kuda, sikap pasang, teknik serangan, tangkisan, dan hindaran. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia cetakan ke-1 tahun 2019, Buku Siswa “Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SD/MI Kelas V” materi beladiri pencak silat terdapat isi pokok pembahasan yang diajarkan yaitu variasi gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam beladiri pencak silat.

a. Variasi Gerak Non-lokomotor pada Pencak silat:

1) Variasi Sikap Kuda-kuda

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



Gambar 1. *Kuda-kuda Delapan Arah Mata Angin pada Pencak Silat*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

a) Sikap Kuda-kuda Depan

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



Gambar 2. *Sikap Kuda-kuda Depan*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

- i. Berdirilah tegak di pusat arah mata angin.
- ii. Geser kaki kiri atau kanan ke depan.
- iii. Berat badan bertumpu pada tungkai bagian depan.

- iv. Posisi badan tegak dan pandangan ke depan.
- v. Tungkai depan ditekuk dan kaki belakang lurus.
- vi. Telapak kaki belakang serong ke arah luar.

b) Sikap Kuda-kuda Belakang

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



Gambar 3. Sikap Kuda-kuda Belakang
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

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

c) Sikap Kuda-kuda Samping

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



Gambar 4. Sikap Kuda-kuda Samping
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

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

d) Sikap Kuda-kuda Tengah

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



Gambar 5. *Sikap Kuda-kuda Tengah*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

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

e) Sikap Kuda-kuda Silang Belakang

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



Gambar 6. *Sikap Kuda-Kuda Silang Belakang*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

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

f) Sikap Kuda-kuda Silang Depan

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



Gambar 7. Sikap Kuda-kuda Silang Depan
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

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

2) Variasi Sikap Tegak

a) Sikap Tegak 1

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

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



Gambar 8. Sikap Tegak 1

(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

b) Sikap Tegak 2

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

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



Gambar 9. Sikap Tegak 2
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

c) Sikap Tegak 3

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

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



Gambar 10. Sikap Tegak 3
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

d) Sikap Tegak 4

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

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



Gambar 11. Sikap Tegak 4
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

3) Variasi Pukulan

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

a) Pukulan Lurus

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



Gambar 12. Pukulan Lurus
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

Berikut ini langkah-langkah melakukan pukulan lurus:

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

4) Variasi Tendangan

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

a) Tendangan Lurus

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



Gambar 13. Tendangan Lurus
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan lurus:

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

b) Tendangan Melingkar

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



Gambar 14. Tendangan Melingkar
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan melingkar:

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

c) Tendangan Samping

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



Gambar 15. Tendangan Samping
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan samping:

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

d) Tendangan T

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



Gambar 16. Tendangan T
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

Berikut ini langkah-langkah melakukan tendangan T:

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

5) Variasi Tangkisan

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

a) Tangkisan Dalam

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



Gambar 17. *Tangkisan Dalam*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

b) Tangkisan Luar

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



Gambar 18. *Tangkisan Luar*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

c) Tangkisan Atas

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



Gambar 19. *Tangkisan Atas*
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

d) Tangkisan Bawah

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



Gambar 20. Tangkisan Bawah
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

6) Variasi Elakan

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

a) Elakan Atas

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



Gambar 21. Elakan atas
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

b) Elakan Bawah

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



Gambar 22. Elakan Bawah
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

c) Elakan Samping

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



Gambar 23. Elakan Samping
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

d) Elakan Putar

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



Gambar 24. Elakan Putar
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

b. Variasi Gerak Lokomotor pada Pencak Silat

1) Variasi Pola Gerak Langkah

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

a) Langkah Lurus

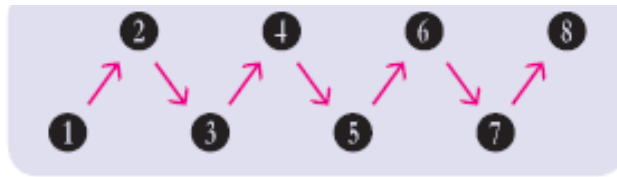
Pelaksanaan pola langkah lurus diawali dengan sikap kuda-kuda. Pada pola ini, bentuk gerakan bebas maju atau mundur.



Gambar 25. Pola Langkah Lurus
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

b) Langkah Zig-zag

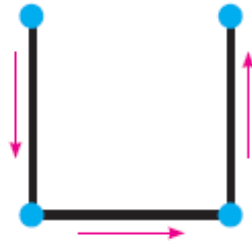
Pola langkah zig-zag adalah pola langkah yang diawali dengan sikap pasang, serta menggunakan gerakan langkah zig-zag atau gergaji atau berkelok-kelok, baik gerakan maju atau mundur.



Gambar 26. Pola Langkah Zig-zag
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

c) Langkah Huruf U

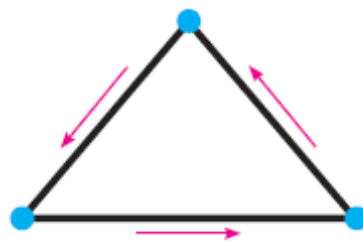
Pola langkah huruf U disebut juga pola langkah ladang yang dilakukan dengan membentuk huruf U.



Gambar 27. Pola Langkah Huruf U
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

d) Langkah Segitiga

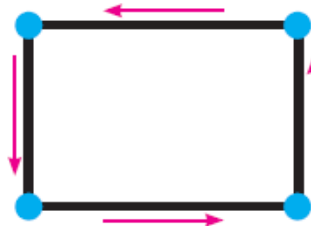
Pola langkah segitiga merupakan pola langkah yang menggunakan pola segitiga dalam langkahnya.



Gambar 28. Pola Langkah Segitiga
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

e) Langkah Segiempat

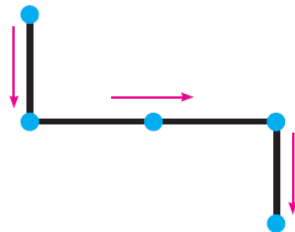
Pola langkah segiempat dilakukan dengan membentuk pola segiempat.



Gambar 29. Pola Langkah Segiempat
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

f) Langkah Huruf S

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



Gambar 30. Pola Langkah Huruf S
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

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

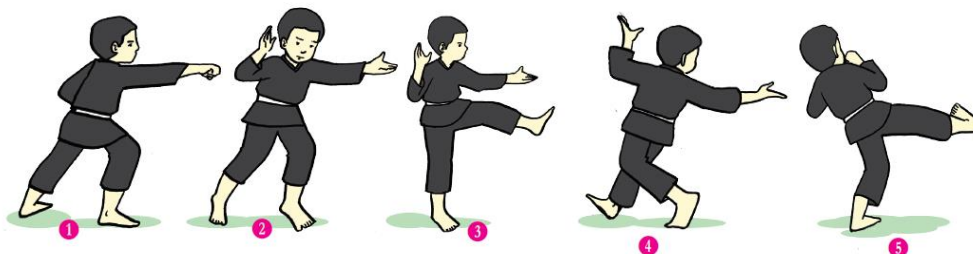
Pada pembelajaran variasi kuda-kuda, tangkisan atas dan tangkisan bawah diawali dengan posisi sikap kuda-kuda kemudian melakukan tangkisan atas. Lakukan langkah lurus dan tangkisan bawah.



Gambar 31. Variasi Kuda-kuda, Tangkisan Atas dan Tangkisan Bawah
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

3) Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan

Pada pembelajaran ini diawali dengan posisi awal kedua tangan mengepal di depan dada. Kedua tumit rapat dan ujung jari kaki membentuk sudut 90°. Selanjutnya, langkahkan kaki kanan ke depan diikuti gerakan pukulan tangan kanan. Lengan kanan lurus. Kemudian, lakukan pukulan tangan kiri bersamaan dengan kaki kiri melangkah ke depan. Lakukan variasi tendangan dengan kaki kanan. Posisi akhir, kembali ke sikap kuda-kuda.



Gambar 32. Variasi Kuda-kuda, Pukulan Lurus dan Tendangan
(Sumber: Buku Siswa SD/MI Kelas V 2019)

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

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

Kecamatan Bantul yang termasuk dalam kategori sangat rendah ada 1 guru (6, 25%), kategori rendah ada 9 guru (56, 25%), kategori tinggi ada 5 guru (31, 25%), dan yang termasuk dalam kategori sangat tinggi ada 1 guru (6, 25%). Keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP seKecamatan Bantul sebagian besar termasuk ke dalam kategori rendah.

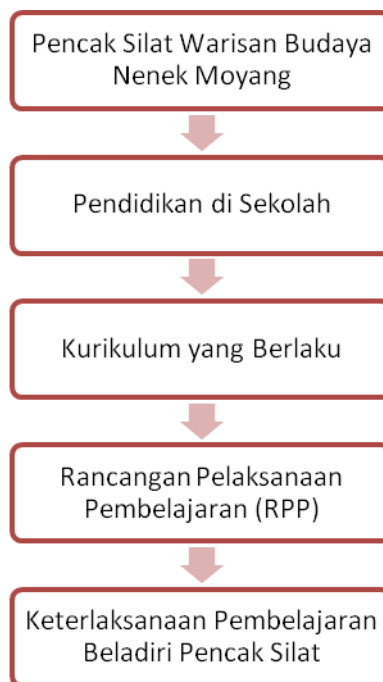
2. Penelitian yang dilakukan oleh Maylina Kristi Lestari tentang Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan menggunakan instrumen angket. Subjek penelitian adalah guru PJOK di Sekolah Dasar (SD) se- Kecamatan Banguntapam yang berjumlah 30 guru dari 21 sekolah. Teknik analisis data hasil perolehan angket dihitung dan dikategorikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD se-Kecamatan Banguntapan dapat dijelaskan dari 30 responden yang termasuk dalam kategori sangat baik sebesar 6,67%, kategori baik sebesar 16,67%, kategori cukup baik sebesar 43,33%, kategori tidak baik sebesar 26,66%, kategori sangat tidak baik sebesar 6,67%.

C. Kerangka Berpikir

Keterlaksanaan pembelajaran yang terjadi di sekolah merupakan indikator suksesnya suatu proses pendidikan. Keterlaksanaan pembelajaran ini sangat berpengaruh terhadap guru dan peserta didik dalam pendidikan. Pembelajaran jasmani lebih mengutamakan aktivitas gerak anggota tubuh daripada teori di kelas. Sebelum kegiatan dilaksanakan guru membutuhkan persiapan sebelum memulai pembelajaran. Guru disebut sebagai orang yang melaksanakan serangkaian program kegiatan pembelajaran sehari-hari yang dimana kegiatan tersebut telah diatur dalam kurikulum sebagai pedoman kegiatan pembelajaran. Guru tanggung jawab penuh dalam keterlaksanaan sebuah pembelajaran, karena tugas seorang guru terkait sebagai seorang pengajar adalah merencanakan, melaksanakan dan menilai/mengevaluasi hasil belajar peserta didik. Sebagai seorang guru tentunya juga dibutuhkan berbagai kompetensi agar proses pembelajarandapat tercapai sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Guru pendidikan jasmani dapat leluasa dalam menentukan materi dalam membuat (RPP) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran sebelum mulai mengajar selama rencana tersebut masih terdapat di dalam kurikulum. Pencak silat sudah masuk dalam kurikulum pada kompetensi dasar aktivitas beladiri, dengan begitu pencak silat bisa diajarkan kepada peserta didik. Pencak silat merupakan olahraga asli yang diwariskan oleh Bangsa Indonesia yang juga merupakan salah satu materi dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sekolah dasar. Melalui pembelajaran beladiri pencak silat yang dilaksanakan di sekolah pencak silat tetap dapat dilestarikan di negeri sendiri. Pentingnya keterlaksanaan

pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani yaitu supaya warisan budaya bangsa yang berharga ini tidak hilang oleh perkembangan zaman.



Gambar 33. Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan suatu penelitian yang membahas data deskriptif dari suatu populasi yang diteliti namun penelitian tersebut tidak bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antar variabel. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya, dan dideskripsikan secara deduksi yang berangkat dari teori-teori umum, lalu dengan observasi untuk menguji validitas keberlakuan teori tersebut ditariklah kesimpulan.

Kemudian dijabarkan secara deskriptif, karena hasilnya akan diarahkan untuk mendeskripsikan data yang diperoleh dan untuk menjawab rumusan. Penelitian ini mendeskripsikan tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilakukannya penelitian yang digunakan sebagai pengambilan data yaitu berada di Sekolah Dasar (SD) se-Kecamatan Pundong. Waktu penelitian yang dilakukan untuk mengambil data yaitu antara bulan Desember 2022. Berikut merupakan nama sekolah yang akan dilakukan pengambilan data.

Tabel 4. Daftar Alamat Sekolah

NO	SEKOLAH	ALAMAT
1	SD N Monggang	Monggang, Srihardono, Pundong, Bantul
2	SD N Pundong	Tangkil, Srihardono, Pundong, Bantul
3	SD N Kategan	Tangkil, Srihardono, Pundong, Bantul
4	SD N Seyegan	Seyegan, Srihardono, Gedong, Panjangrejo, Pundong, Bantul
5	SD N Tulung	Tulung, Srihadono, Pundong, Bantul
6	SD N 1 Panjangrejo	Nglembu, Panjangrejo, Kec. Pundong, Bantul
7	SD N 2 Panjangrejo	KrapyakWetan, Panjangrejo, Pundong, Bantul
8	SD N Becari	Seloharjo, Pundong, Dukuh, Seloharjo, Bantul, Bantul,
9	SD N Soka	Soka, Seloharjo, Pundong, Bantul,
10	SD N Baran	Piring, Srihardono, Pundong, Bantul

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian atau responden dalam pelaksanaan penelitian ini adalah guru PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Pundong. Sugiyono 2018: 80) Populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini sumber data diambil dari seluruh guru PJOK yang ada di Sekolah Dasar se- Kepanewon Pundong. Subjek dalam penelitian ini adalah guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Se-Kepanewon Pundong yang terdiri dari 10 sekolah, adapun total jumlah guru PJOK dari 10 SD tersebut sebanyak 12 guru. Adapun rinciannya sebagai berikut:

Tabel 5. Jumlah Guru di SD se-Kepanewon Pundong

No	Nama Sekolah	Jumlah Guru
1	Monggang	2
2	Pundong	1
3	Kategan	1

No	Nama Sekolah	Jumlah Guru
4	Seyegan	2
5	Tulung	1
6	1 Panjang Rejo	1
7	2 Panjang Rejo	1
8	Becari	1
9	Soka	1
10	Baran	1
Jumlah		12

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam sebuah penelitian perlu diketahui untuk mencapai tujuan penelitian yang dilakukan. Menurut Arikunto (2013: 161) menyebutkan bahwa variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat. Definisi operasional dari keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD se-Kepanewon Pundong adalah keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD se-Kepanewon Pundong. Penelitian ini diukur menggunakan instrumen kuisioner dengan faktor instrinsik dan ekstrinsik dengan kriteria antara lain kurikulum, guru, materi pembelajaran, sumber belajar, dan siswa.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa angket untuk memperoleh suatu data, instrumen penelitian ini menggunakan skala *likert*. skala *Likert* adalah salah satu jenis skala pengukuran data kuantitatif yang didapatkan

atau banyak ditemukan pada angket saat melakukan survei tertentu mengenai apa yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2016: 156), instrumen merupakan alat seperti kuisioner, dan pedoman observasi yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Penelitian ini guna untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD se-Kecamatan Pundong. Instrumen ini menggunakan bentuk *checklist* dalam pengisiannya sehingga responden hanya memberikan tanda (√) pada kolom jawaban. Dalam penelitian yang menjadi responden merupakan guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Pundong, kemudian di dalam angket yang diberikan terdapat beberapa pernyataan dengan alternatif jawaban “Sangat Setuju (SS)”, “Setuju (S)”, “Tidak Setuju (TS)”, dan “Sangat Tidak Setuju (STS)”. Dalam skala ini terdapat dua bentuk pernyataan, yakni pernyataan positif yang berfungsi mengukur sikap positif dan pernyataan negatif yang berfungsi mengukur sikap negatif. Skala likert digunakan untuk mengukur setuju dan tidak setuju, utamanya orang terhadap suatu rencana program, pelaksanaan dari program tersebut hingga tingkat keberhasilan program itu. Pernyataan bersifat positif maka untuk pilihan SS bernilai 4, S bernilai 3, TS bernilai 2, dan STS bernilai 1, dan pernyataan negatif maka untuk pilihan STS bernilai 4 sampai dengan SS secara berurutan bernilai 1.

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

Tabel 6. Skor Alternatif Jawaban Pertanyaan

Alternatif Jawaban	Singkatan	Skor Untuk Pernyataan	
		Positif	Negatif
Sangat Setuju	SS	4	1
Setuju	S	3	2
Tidak Setuju	TS	2	3
Sangat Tidak Setuju	STS	1	4

Menurut Sugiyono (2014: 149) Penyusunan instrumen yaitu dengan beberapa tahap, prosedur dalam penyusunan instrumen yaitu:

a. Menetapkan variabel-variabel

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang masalah dan kajian teori dapat dipastikan bahwa variabel dari penelitian ini adalah keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

b. Mencari referensi melalui teori-teori

Teori dapat digunakan untuk mengukur variabel pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan untuk mencari indikator-indikator yang akan diperlukan dalam menyusun instrumen-instrumen penelitian.

c. Menentukan indikator

Menentukan suatu indikator yang dapat diteliti diperlukan berbagai pemahaman yang luas mengenai permasalahan yang akan diteliti. Berdasarkan kajian teori mengenai aspek diambil beberapa indikator dapat dijadikan sebagai alat untuk menyusun instrumen dari aspek tersebut. Melalui teori

tersebut diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa aspek dan indikator sebagai berikut:

- 1) Kurikulum, dengan indikator kurikulum yang mendukung
- 2) Guru, dengan indikator perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, penilaian, dan kompetensi guru.
- 3) Siswa, dengan indikator minat siswa dan pemahaman siswa.
- 4) Materi dengan indikator Sikap dan kuda-kuda, langkah dan pola langkah, serangan dengan tangan dan kaki, serta bela
- 5) Sumber belajar, dengan indikator kelengkapan sumber belajar dan lingkungan sekolah
- 6) Sarana dan Prasarana, dengan indikator ketersediaan sarana dan prasarana.

d. Menyusun butir-butir instrumen

Setelah mempelajari berbagai langkah untuk melakukan penelitian, langkah terakhir yaitu menyusun butir-butir pertanyaan yang akan diberikan kepada responden untuk dijawab. Sebelum membuat butir-butir pertanyaan terlebih dahulu membuat kisi-kisi. Agar memudahkan dalam penyusunan butir-butir pertanyaan untuk angket serta alternatif jawaban yang tersedia, maka dibuatlah kisi-kisi angket. Kisi-kisi angket penelitian ini didasarkan pada pendapat Arikunto (2006: 12), sebagai berikut:

- 1) Peneliti memiliki gambaran yang jelas dan lengkap tentang jenis instrumen dan isi dari butir-butir pernyataan yang akan disusun.

- 2) Peneliti akan mendapatkan kemudahan dalam menyusun instrumen karena kisi-kisi ini berfungsi sebagai pedoman dalam menuliskan butir-butir soal.
- 3) Instrumen yang disusun akan lengkap dan sistematis karena ketika menyusun kisi-kisi peneliti belum dituntut untuk memikirkan rumusan butir-butirnya.
- 4) Kisi-kisi berfungsi sebagai “peta perjalanan” dari aspek yang akan dikumpulkan datanya, dari mana data diambil, dan dengan apa pula data tersebut diambil.
- 5) Dengan adanya kisi-kisi yang mantap peneliti yang peneliti dapat menyerahkan tugas menyusun atau membagi tugas dengan anggota tim ketika menyusun instrumen.
- 6) Validitas dan realibilitas instrumen bisa didapatkan dan juga diketahui oleh pihak-pihak di luar tim peneliti sehingga dapat dipertanggung jawabkan oleh peneliti.

Usaha yang dapat dilakukan dalam usaha untuk memudahkan instrumen maka penulis membuat kisi-kisi berdasarkan indikator yang telah ada. Kisi-kisi tersebut terdapat pada tabel berikut:

Tabel 7. Butir-Butir Penelitian

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

(Sumber: Maylina Kristi Lestari, 2020)

Angket dari Maylina Kristi Lestari tersebut telah memiliki nilai validitas sebesar 0,569 dan nilai reliabilitas sebesar 0,934. Angket tersebut digunakan oleh penulis dikarenakan penelitian oleh Maylina Kristi Lestari berada di SD Negeri se-Kepanewon Banguntapan sama halnya dengan penelitian yang diteliti oleh penulis yaitu di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu memberikan angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Adapun langkah-langkah pelaksanaan pengumpulan data ini adalah sebagai berikut:

- a. Mencari data terkait Guru Penjas di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.
- b. Menyebarkan angket kepada Responden.
- c. Mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil angket.

- d. Setelah memperoleh data dari penelitian, data kemudian diolah menggunakan analisis statistik kemudian disimpulkan dan saran melalui data yang sudah didapatkan dan diolah.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif secara kuantitatif dengan persentase tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Pundong. Setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase sesuai dengan rumus dari Sudijono (2011: 43) sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan

P = Persentase

f = Frekuensi

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

Hasil penelitian dalam penelitian ini akan dituangkan dalam persentase secara keseluruhan berdasarkan setiap faktor pendukung, menjadi empat kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah. Pengkategorian dengan SD dan rerata berdasarkan rumus Syarifudin (2010: 112), sebagai berikut:

Tabel 8. Kategori Skor Berdasarkan Kurva Normal Baku

Interval	Kategori
$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = Skor

SD = Standar Deviasi

M = Mean (Rata-rata)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian berupa data yang telah dideskripsikan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat di SD Negeri se-Kepanewon Pundong diukur dengan menggunakan angket yang berjumlah 30 butir pernyataan dengan alternatif jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju dengan diberi skor 1-4. Angket diisi oleh responden sebanyak 7 guru PJOK Sekolah Dasar se-Kapanewon Pundong. Setelah data sudah terkumpul maka dapat dilakukan analisis dengan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Pada penelitian ini data dihitung menggunakan persentase program *Excel for windows*.

Hasil data penelitian yang diperoleh, tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9. Deskriptif Statistik

STATISTIK	
MEAN	78.85
Minimal	47
Maksimal	92
Range	45
Standar Deviasi	14.6
Varians	213
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian. Data Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dapat dilihat pada Tabel sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 48$	Sangat Rendah	1	14.29%
$48 < X \leq 66$	Rendah	0	0.00%
$66 < X \leq 84$	Sedang	4	57.14%
$84 < X \leq 102$	Tinggi	2	28.57%
$102 < X$	Sangat Tinggi	0	0.00%
TOTAL		7	100,00%

Berdasarkan hasil penilaian pada Tabel di tersebut, dapat disajikan dalam bentuk diagram maka sebagai berikut:



Gambar 34. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD N se-Kepanewon Pundong

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong secara keseluruhan, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), kategori “rendah” terdapat 0 guru PJOK (0.00%), kategori “sedang” terdapat 4 guru PJOK (57.14%), kategori “tinggi” terdapat 2 guru PJOK (28.57%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 0 guru PJOK (0.00%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dengan jumlah 4 guru PJOK dan persentase 57.14%.

Tingkat Keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dapat dilihat dari berbagai faktor yaitu:

- a. Kurikulum
- b. Guru
- c. Materi pembelajaran
- d. Sumber belajar
- e. Siswa/peserta didik.

Hasil penelitian masing-masing faktor adalah sebagai berikut:

1. Kurikulum

Faktor kurikulum pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 7 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 20; skor terendah = 10; *mean* = 17,7; dan standar defiasi = 3,6. Hasil penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 10 di bawah ini:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Kurikulum

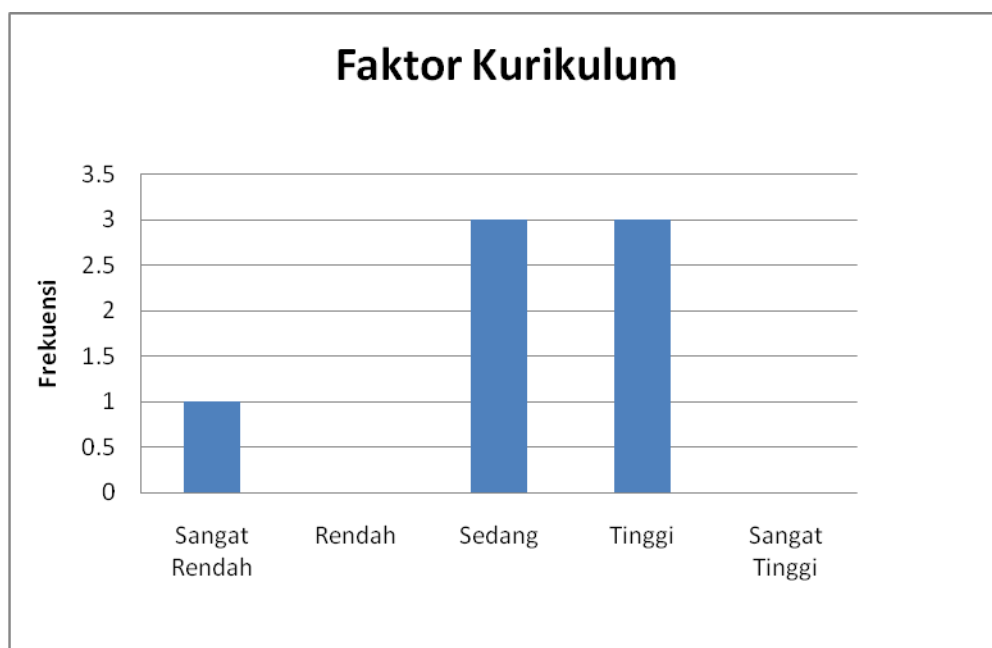
STATISTIK	
<i>MEAN</i>	17,7
Minimal	10
Maksimal	20
Range	10
Standar Deviasi	3,6
Varians	12,9
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data pada faktor Kurikulum distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 11$	Sangat Rendah	1	14.29%
$11 < X \leq 15$	Rendah	0	0.00%
$15 < X \leq 19$	Sedang	3	42.86%
$19 < X \leq 24$	Tinggi	3	42.86%
$24 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
TOTAL		7	100,00%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 9 di atas, data dari faktor kurikulum dapat ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 35. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Kurikulum

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dalam faktor kurikulum, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), kategori “rendah” terdapat 0 guru PJOK (0.00%), kategori “sedang” terdapat 3 guru PJOK (42.86%), kategori “tinggi” terdapat 3 guru PJOK (42.86%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 0 guru PJOK (0.00%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dan tinggi dengan jumlah 3 guru PJOK dan persentase 42.86%.

2. Materi Pembelajaran

Faktor kurikulum pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi= 15; skor terendah= 8; *mean* = 13,1; dan standar deviasi = 2.4. Hasil penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 10 di bawah ini:

Tabel 13.Deskriptif Statistik Faktor Materi Pembelajaran

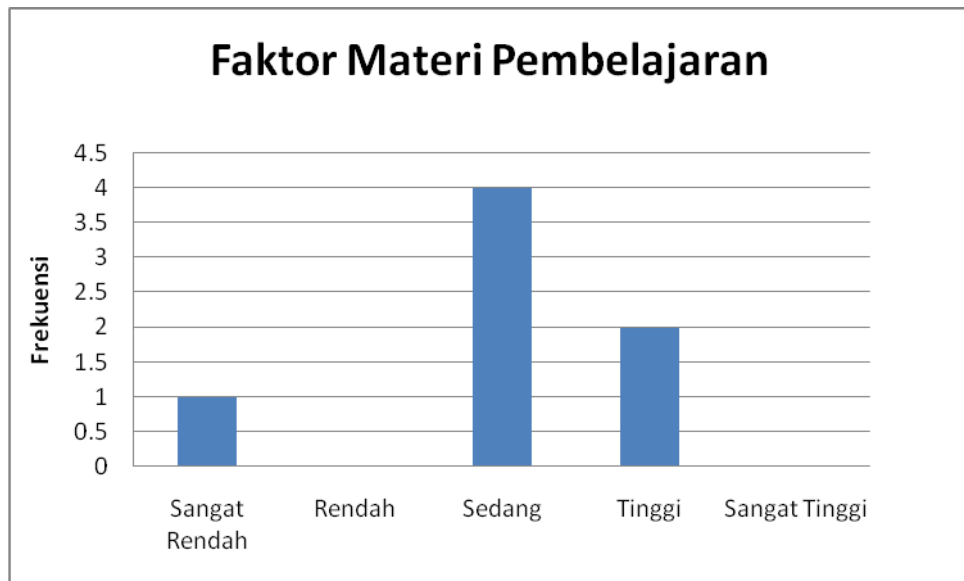
STATISTIK	
<i>MEAN</i>	13,1
Minimal	8
Maksimal	15
Range	7
Standar Deviasi	2.4
Varians	5.8
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data pada faktor materi Pembelajaran distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 8$	Sangat Rendah	1	14.29%
$8 < X \leq 11$	Rendah	0	0.00%
$11 < X \leq 14$	Sedang	4	57.14%
$14 < X \leq 17$	Tinggi	2	28.57%
$17 < X$	Sangat Tinggi	0	0.00%
TOTAL		7	100,00%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel di atas, data dari faktor materi pembelajaran dapat ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 36. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Materi Pembelajaran

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dalam faktor materi pembelajaran, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), kategori “rendah” terdapat 0 guru PJOK (0.00%), kategori “sedang” terdapat 4 guru PJOK (57.14%), kategori “tinggi” terdapat 2 guru PJOK (28.57%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 0 guru PJOK (0.00%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dengan jumlah 4 guru PJOK dan persentase 57.14%.

3. Faktor Sumber Belajar

Faktor Sumber Belajar pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 7 butir pertanyaan.

Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 27; skor terendah = 11; *mean* = 20,0; dan standar deviasi = 5.1. Hasil penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 15. Deskriptif Statistik

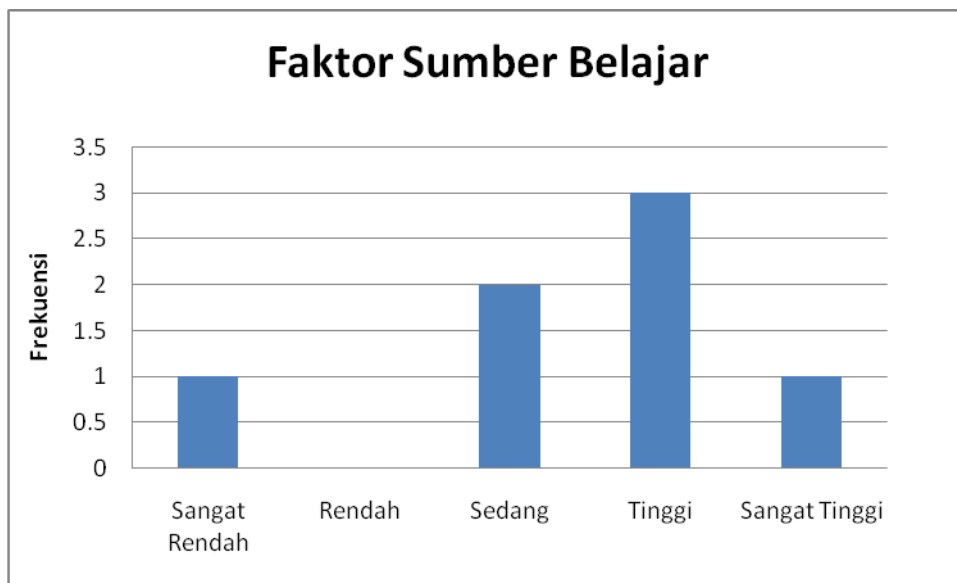
STATISTIK	
<i>MEAN</i>	20,0
Minimal	11
Maksimal	27
Range	16
Standar Deviasi	5.1
Varians	25.7
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data pada faktor sumber belajar distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 11$	Sangat Rendah	1	14.29%
$11 < X \leq 15$	Rendah	0	0.00%
$15 < X \leq 19$	Sedang	2	28.57%
$19 < X \leq 24$	Tinggi	3	42.86%
$24 < X$	Sangat Tinggi	1	14.29%
TOTAL		7	100,00%

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong

Berdasarkan norma penilaian pada tabel di atas, data dari faktor sumber belajar dapat ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 37. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Sumber Belajar

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dalam faktor sumber belajar, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), kategori “rendah” terdapat 0 guru PJOK (0.00%), kategori “sedang” terdapat 2 guru PJOK (28.57%), kategori “tinggi” terdapat 3 guru PJOK (42.86%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 1 guru PJOK (14.29%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Tinggi dengan jumlah 3 guru PJOK dan persentase 42.86%.

4. Faktor Guru

Faktor guru pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 6 butir pertanyaan. Dari

analisa data diperoleh skor tertinggi = 19; skor terendah = 9; *mean* = 16,1; dan standar deviasi = 3,3. Hasil penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 17.Deskriptif Statistik

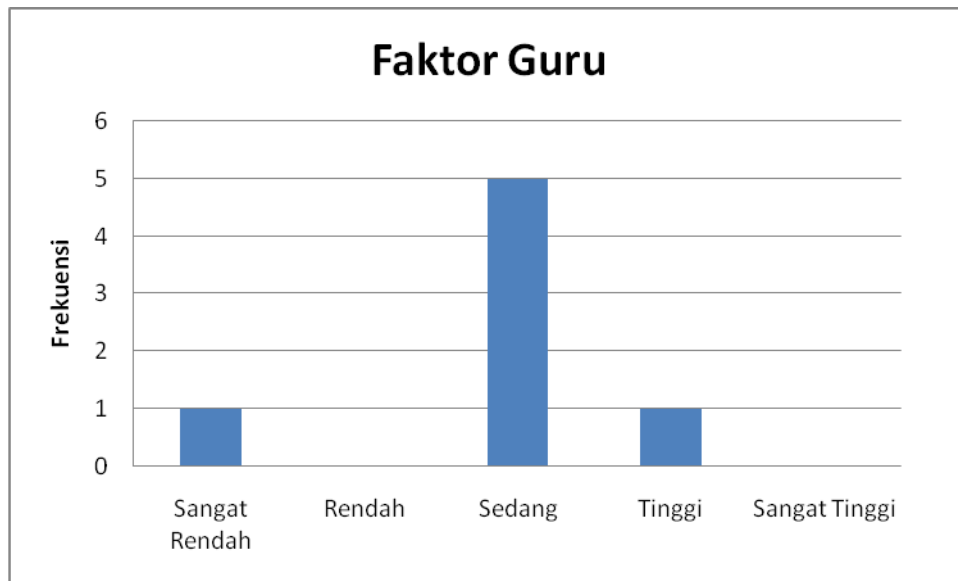
STATISTIK	
<i>MEAN</i>	16,1
Minimal	9
Maksimal	19
Range	10
Standar Deviasi	3,3
Varians	11.1
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data pada faktor guru distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 10$	Sangat Rendah	1	14.29%
$10 < X \leq 14$	Rendah	0	0.00%
$14 < X \leq 18$	Sedang	5	71.43%
$18 < X \leq 22$	Tinggi	1	14.29%
$22 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
TOTAL		7	100,00%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel di atas, data dari faktor guru dapat ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 38. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Guru

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dalam faktor guru, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 1 guru PJOK (14.29), kategori “rendah” terdapat 0 guru PJOK (0.00%), kategori “sedang” terdapat 5 guru PJOK (71.43%), kategori “tinggi” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 0 guru PJOK (0%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dengan jumlah 5 guru PJOK dan persentase 71.43%.

5. Faktor Siswa

Faktor siswa pada keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam penelitian ini diukur dengan angket yang berjumlah 5 butir pertanyaan. Dari analisa data diperoleh skor tertinggi = 15; skor terendah = 9; *mean* = 11.85; dan

standar deviasi = 2.27. Hasil penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 19. Deskriptif Statistik

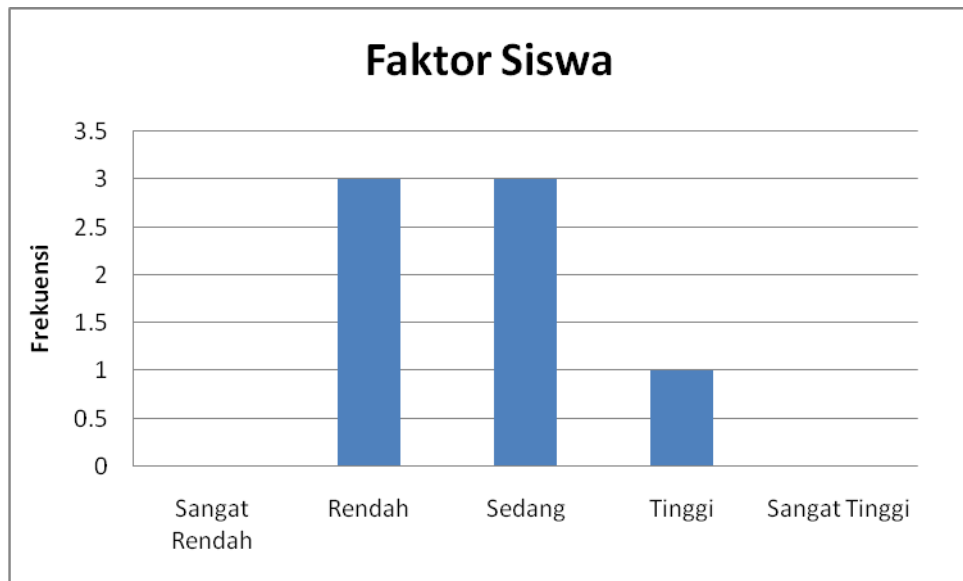
STATISTIK	
MEAN	11.85
Minimal	9
Maksimal	15
Range	6
Standar Deviasi	2,27
Varians	5,14
Jumlah Sampel	7

Berikut adalah data pada faktor siswa distribusi frekuensi terdapat hasil pengkategorian yang telah ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 8$	Sangat Rendah	0	0,00%
$8 < X \leq 11$	Rendah	3	42.86%
$11 < X \leq 14$	Sedang	3	42.86%
$14 < X \leq 17$	Tinggi	1	14.29%
$17 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
TOTAL		7	100,00%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel di atas, data dari faktor siswa dapat ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 39. Distribusi Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong Terhadap Faktor Siswa

Berdasarkan data yang telah dikemukakan dalam tabel dan diagram di atas dapat dijelaskan bahwa hasil dari Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dalam faktor siswa, dengan kategori “sangat rendah” terdapat 0 guru PJOK (0%), kategori “rendah” terdapat 3 guru PJOK (42.86%), kategori “sedang” terdapat 3 guru PJOK (42.86%), kategori “tinggi” terdapat 1 guru PJOK (14.29%), dan dengan kategori “sangat tinggi” terdapat 0 guru PJOK (0%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dan Rendah dengan jumlah 3 guru PJOK dan persentase 42.86%.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga

dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong. Penelitian ini dilakukan di 5 SD Negeri se-Kepanewon Pundong di mana guru PJOK SD Negeri se-Kepanewon Pundong sebagai responden dengan jumlah 7 guru PJOK. Penelitian yang dilakukan pada bulan Desember 2022 dilaksanakan berdasarkan hasil observasi awal yaitu banyak guru PJOK yang masih belum menyampaikan materi beladiri pencak silat kepada peserta didik dikarenakan guru PJOK belum menguasai materi beladiri pencak silat dengan baik.

Hasil penelitian di atas menunjukkan jika keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat dalam PJOK di SD Negeri se-Kepanewon Pundong masih belum maksimal dilakukan. Artinya masih banyak guru PJOK yang belum menyampaikan materi beladiri pencak silat. Namun ada beberapa guru yang menyampaikan materi beladiri pencak silat akan tetapi hanya menyampaikan materinya saja tidak dengan praktik pembelajaran. Dalam materi pembelajaran beladiri pencak silat identik dengan gerakan yang tidak bisa hanya diajarkan melalui teori, untuk itu diharapkan kedepannya guru PJOK dapat mengajarkan materi beladiri pencak silat secara praktik.

Keterlaksanaan pembelajaran akan tercapai apabila memenuhi beberapa faktor, hal berdasarkan penjelasan dari Suryobroto (dalam Nugroho, 2018:47) menyatakan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. Materi pencak silat sebenarnya materi yang cukup digemari di

Indonesia, akan tetapi belum semua guru PJOK mampu menguasai materi dengan baik. Berikut pembahasan faktor-faktor dalam penelitian:

1. Faktor Kurikulum

Hasil penelitian keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong jika dilihat dari faktor kurikulum termasuk dalam kategori Sedang dan tinggi dengan jumlah 3 guru PJOK dan persentase 42.86%. Hal ini dikarenakan guru PJOK sebenarnya sudah mengerti bahwa dalam kurikulum mendukung terlaksananya pembelajaran beladiri pencak silat. Guru juga sudah mengetahui bahwa alokasi waktu yang diberikan sudah cukup. Alokasi waktu yang diberikan oleh kurikulum 2013 sangat mencukupi yaitu 3 jam pelajaran atau 120 menit. Alokasi waktu yang diberikan tentu saja sangat mendukung dalam terlaksananya pembelajaran. Namun guru merasa bahwa alokasi waktu masih belum mencukupi untuk mengajarkan materi beladiri Pencak Silat. hal ini dinyatakan oleh Kristi (2020: 94) Kurikulum 2013 yang dilaksanakan mengharuskan guru untuk mengajarkan materi pada setiap kompetensi, akan tetapi keterbatasan waktu membuat tidak semua materi dapat terlaksana dengan baik, salah satu materi yang harus diajarkan adalah beladiri pencak silat. Sekolah sudah di tuntut untuk melaksanakan program pembelajaran sesuai dengan kurikulum, dimana semua materi PJOK harus dilaksanakan. Kurikulum membantu guru PJOK dalam mengajarkan semua kompetensi dasar dan memberikan materi yang wajib diajarkan maupun yang tidak.

2. Faktor Materi Pembelajaran

Dilihat dari faktor materi pembelajaran termasuk dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 57.14%. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa materi pembelajaran Pencak Silat di SD Negeri se-Kepanewon Pundong belum sepenuhnya dikuasai oleh guru yang mengajar. Sebagian besar guru telah memberikan materi secara teori dengan cara memberikan gambar-gambar serta video gerakan di dalam beladiri pencak silat. Guru mengetahui beberapa teknik yang terdapat dalam beladiri Pencak Silat seperti tendangan, tangkisan, belaan, hindaran, kuda-kuda, pola langkah dll. Materi tersebut terbilang sederhana namun banyak guru yang masih sulit untuk membedakan antara nama teknik dan gerakannya. Berdasarkan penelitian dari Nugroho (2018: 51) Pernyataan pada butir nomor 35, masih banyak guru yang tidak menyampaikan teknik dasar Pencak Silat. Alasan lain tidak terlaksananya materi ini karena terlalu banyak teknik yang terdapat dalam materi beladiri pencak silat yang tidak bisa hanya diajarkan 1 sampai 2 kali pertemuan. Perlu diadakan penyegaran kembali kepada guru-guru PJOK sekolah dasar dalam proses pembelajaran PJOK agar guru bisa mengingat kembali mater-materi beladiri pencak silat yang nantinya akan diberikan kepada peserta didiknya. Buku saku beladiri pencak silat sangat dibutuhkan sebagai pegangan guru agar mudah dihafalkan.

3. Faktor Sumber Belajar

Dari hasil penelitian faktor sumber belajar termasuk dalam kategori Tinggi dengan presentase sebesar 42.867%. Faktor sumber belajar dikatakan tinggi disebabkan karena sumber belajar mengenai materi ajar beladiri pencak silat mudah dicari sehingga membuat guru tidak kesulitan dalam menyusun rencana

pembelajaran. Ketersediaan sumber belajar dapat ditemukan diberbagai media, seperti buku, internet, *youtube*, dan lain sebagainya. Dalam penelitian Yusuf (2010 : 54) selain dari internet, guru PJOK juga dapat mencari sumber belajar dari berbagai media maupun dari ahli beladiri Pencak Silat agar lebih jelas dalam memahami beladiri pencak silat. Dengan demikian, ketersediaan sumber belajar beladiri Pencak Silat dapat terpenuhi dan pembelajaran beladiri pencak silat dapat terlaksana. Banyaknya sumber belajar yang dapat ditemukan menuntut guru agar lebih kreatif dalam mengajar. Kegiatan pembelajaran juga bisa diganti dengan adanya tugas mandiri terhadap peserta didik agar mencari pengetahuan tentang beladiri Pencak Silat. Hal ini agar keterbatasan sumber belajar tidak menjadi penghalang untuk pembelajaran beladiri Pencak Silat.

4. Faktor Guru

Dalam penelitian ini faktor guru didapatkan kategori sedang dengan presentase 71.43%. Hal ini dapat dilihat saat guru PJOK merencanakan pembelajaran, jika dilihat dari pernyataan nomor 1, 2, 3, 4, dan 6 guru PJOK sudah melakukan perencanaan dengan baik mulai dari menyusun silabus, menyusun RPP, menentukan metode dan strategi pembelajaran, merumuskan prosedur penilaian, dan guru sudah memahami pentingnya dalam membuat RPP dalam sebuah pembelajaran. Pembelajaran beladiri pencak silat tidak terlaksana dengan baik dikarenakan guru belum menguasai materi Pencak Silat secara praktik namun beberapa guru berusaha memberikan materi Pencak Silat dalam bentuk teori sehingga siswa tetap mendapat materi tersebut. Selain keinginan yang besar untuk mengajarkan materi beladiri Pencak Silat, seharusnya guru juga

mempunyai tingkat percaya diri yang tinggi dikarenakan guru sudah mendapatkan materi beladiri Pencak Silat sewaktu diperkuliahan. Kristi (2020 : 95) mengatakan bahwa guru PJOK pada umumnya memiliki bekal pendidikan dan pengetahuan tentang pendidikan jasmani dengan baik. Namun dalam materi pembelajaran beladiri tidak semua guru memiliki keterampilan pada bidang beladiri, sehingga sebagian besar guru memilih tidak mengajarkan materi beladiri.

5. Faktor Siswa

Berdasarkan hasil penelitian pada faktor siswa sebagian besar masuk dalam kategori rendah dan sedang dengan presentase sebesar 42.86%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebenarnya siswa di SD Negeri se-Kepanewon Pundong kurang berminat dengan olahraga Pencak Silat. Pada pernyataan nomor 26, 28 dan 29 menjelaskan bahwa siswa sebenarnya memiliki ketertarikan walaupun hanya sedikit. Hal tersebut dikarenakan pencak silat belum menjadi olahraga yang banyak diminati. Siswa lebih menyukai olahraga yang bersifat umum seperti sepak bola, basket dan bulu tangkis. Menurut Nugroho (2018: 50) mengatakan bahwa Ketertarikan siswa pada beladiri pencak silat akan muncul bila pencak silat sering muncul di media dan cara penyampaian guru yang menyenangkan. Penyampaian guru yang tidak menarik dan kreatif juga membuat minat siswa terhadap materi beladiri pencak silat terlihat membosankan.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin sesuai dengan tujuan penelitian. Hanya saja masih terdapat keterbatasan antara lain:

1. Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup, sehingga responden hanya memberikan jawaban berdasarkan pilihan yang ada.
2. Instrumen yang digunakan adalah angket, sehingga dapat memungkinkan responden tidak bersungguh-sungguh dalam mengisi jawaban pada angket tersebut.
3. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi angket.
4. Instrumen ini tidak dilakukan uji coba kembali.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong dapat dijelaskan bahwa dari 7 responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah terdapat 1 responden (8,33%), kategori rendah terdapat 0 responden (0.00%), kategori sedang terdapat 4 guru responden (57.14%), kategori tinggi terdapat 2 responden (28.57%), dan dengan kategori sangat tinggi terdapat 0 responden (0.00%). Penilaian persentase tertinggi mengenai penelitian ini terdapat pada kategori Sedang dengan jumlah 4 responden dengan persentase 57.14%.

B. IMPLIKASI

1. Hasil penelitian dapat dijadikan evaluasi bagi pihak guru dan sekolah terkait tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri Pencak Silat mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD se-Kepanewon Pundong.
2. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan guru sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada mata pelajaran beladiri Pencak Silat.

C. SARAN

Berdasarkan penelitian diatas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Peneliti

Diharapkan memperhatikan segala sesuatu yang menjadi hal-hal dalam keterbatasan penelitian ini sehingga penelitian ini dapat disempurnakan lagi melalui penelitian sejenis berikutnya.

2. Bagi guru

Diharapkan guru pendidikan jasmani selaku responden dapat lebih mengetahui tentang tingkat keterlaksanaan pembelajaran beladiri pencak silat sehingga bisa memaksimalkan kinerja dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan penelitian ini dapat di jadikan gambaran atau masukan bagi responden.

3. Bagi sekolah

Diharapkan adanya bentuk perhatian yang lebih secara menyeluruh dari semua pihak yang terkait dalam pembelajaran pendidikan jasmani agar hasil yang diraih dapat maksimal sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirullah, H. (2011). Keterlaksanaan Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *JPJI*, Vol 8, No 1, April 2011.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Artha, Yesica Tamala. (2013). Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Terhadap Materi Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP se-Kota Yogyakarta. *Skripsi*.
- Astutik, Ririn (2020). Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Berdasarkan Kurikulum 2013 di SD Negeri 1 Pengasih dan SD Negeri 4 Wates. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Aziz, Abdul Rashid. Dkk. (2002). *Physiological Responden During Matches and Profile of Elite Pencak Silat Exponents*. *Journal of Sports Science and Medicine*. Singapore.
- Depdiknas. (2008). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Djamarah, S.B. & Zain, A. (2013). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Febriana, Rina. (2019). *Kompetensi guru*. Jakarta Timur: PT Bumi Angkasa.
- Fernanda, Arnolla. (2018). Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri se-Kota Yogyakarta. *Skripsi*.
- Haquee, A.G.H. (2018). Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri se-Kabupaten Sleman. *Skripsi*.
- Husien, L. (2017). *Profesi Keguruan Menjadi Guru Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Kurniasih, Imas & Sani, Berlin. (2017). *Lebih Memahami Konsep & Proses Pembelajaran Implementasi & Praktek dalam Kelas*. Surabaya: Kata Pena.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak Silat*. Yogyakarta: Pustaka baru press.
- Iswana, Bayu & Siswantoyo. (2013). Model Latihan Keterampilan Gerak Pencak Silat Anak Usia 9-12 Tahun . *Jurnal Keolahragaan*: UNY.

- Kholis, Mohammad Nur. (2016). *Aplikasi Nilai-Nilai Luhur Pencak Silat Sarana Membentuk Moralitas Bangsa*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Lestari, Maylina Kristi. (2020). Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 Di SD Negeri Se-Kecamatan Banguntapan. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Nugroho, Agung. (2001). *Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Nuraida, Nia. (2016). *Pengembangan Nilai-Nilai Karakter melalui Pendidikan Pencak Silat Untuk Anak Usia Dini (Studi Kasus di Paguron Pencak Silat Galura Panglipur Bandung)*. PGPAUD UPI.
- Nugroho, Febri. (2018). Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP se-Kecamatan Bantul. *Skripsi*.
- Prahastiwi, Suciati. (2020). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V Terhadap Materi Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Kotagede 5 Yogyakarta. *Skripsi*.
- Saputro, T.E. (2018). Kesesuaian Metode Mengajar Antara Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Kutogiri Kabupaten Kulon Progo. *Skripsi*.
- Tangkua, Meidy Albert, dkk. (2015). Peran dan Kedudukan Peserta Didik dalam Penyelenggaraan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA (Studi Exploratif Mengenai Eksistensi PJOK Dari Perspektif Peserta Didik). *Journal of Physical Education and Sports*.
- Utama, A.M.B. (2011) Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Pembimbing Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
Laman : <http://www.fik.uny.ac.id>. Surel : humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 86/PJSD /VI/2022
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : Lilis Susilowati
NIM : 18604224009
Judul Skripsi : Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Dengan Kurikulum 2013 di SD Negeri se-Kecamatan Pundong.

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

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.


Yogyakarta, 13 Juni 2022
Koord. Prodi PJSD.

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

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian



**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 : B/1053/UN34.16/PT.01.04/2022 5 Desember 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian


Yth. SD N Baran
Piring, Srihardono, Pundong, Bantul

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

Nama	: Lilis Susilowati
NIM	: 18604224009
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kepanewon Pundong
Waktu Penelitian	: 1 - 14 Desember 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 3. Surat Keterangan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN, KEPEMUDAAN, DAN OLAHRAGA
SD NEGERI MONGGANG**

Alamat : Monggang, Srihardono, Pundong, Bantul, DIY 55771
Telp. (0274) 2810985, email : Sdnmonggang_pdg@yahoo.co.id



SURATKETERANGAN

No : 421/95/PUN.D-07/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUMARNI, S.Pd
NIP : 196704151999032005
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Monggang Srihardono Pundong
Alamat : Monggang, Srihardono Pundong

menerangkan bahwa :

Nama : Lilis Susilowati
NIM : 18604224009
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar-S1
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian berupa pengambilan data pada tanggal 7 Desember 2022, untuk memenuhi Tugas Akhir Skripsi dengan judul : **"Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se- Kapanewon Pundong"**.

Demikian Surat Keterangan ini di buat dengan sesungguhnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 7 Desember 2022
Kepala Sekolah



SUMARNI, S.Pd
NIP. 196704151999032005

Angket Penelitian

**ANGKET TINGKAT KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN BELADIRI
PENCAK SILAT MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KEPANEWON PUNDONG**

Identitas Responden

Nama :

Nama Sekolah :

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah pernyataan dengan baik dan teliti
2. Pilihlah salah satu jawaban dengan jujur lalu berikan tanda *checklist* (√) pada pilihan jawaban yang ada.
3. Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Warna bendera Negara Indonesia adalah merah putih.	√			

4. Keterangan

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

Angket ini tidak akan mempengaruhi apapun yang berhubungan dengan kepentingan saudara.

NO	Pertanyaan/pernyataan	SS	S	TS	STS
Kurikulum					
1	Materi beladiri saya dijadikan sebagai salah satu materi dalam pembelajaran PJOK kelas atas				
2	Materi-materi beladiri pencak silat saya masukan ke dalam tiap program semester				

3	Saya mencantumkan materi beladiri pencak silat dalam silabus				
4	Saya membuat RPP untuk melaksanakan pembelajaran beladiri pencak silat				
5	Jam/waktu pembelajaran beladiri pencak silat dirasa cukup				
6	Beladiri pencak silat disertakan dalam kurikulum untuk memberi berbagai pengalaman kepada siswa				
7	Pembelajaran beladiri pencak silat tidak harus membuat RPP terlebih dahulu				
Materi Pembelajaran					
8	Materi beladiri pencak silat diberikan secara praktik dan teori				
9	Materi pembelajaran dimodifikasi mengikuti kondisi sekolah yang telah ada				
10	Tendangan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				
11	Belaan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				
12	Pukulan merupakan salah satu materi yang saya sampaikan dalam pembelajaran beladiri pencak silat				
Sumber Belajar					
13	Saya menggunakan sumber-sumber berupa buku guru, buku siswa, dan buku umum sebagai referensi				
14	Saya menggunakan sumber dari internet sebagai referensi proses pembelajaran				
15	Saya menggunakan sumber belajar berupa gambar-gambar				
16	Saya sulit menemukan sumber belajar beladiri pencak silat				
17	Saya menggunakan sumber belajar berupa				

	hasil-hasil penelitian				
18	Saya menggunakan sumber belajar berupa CD pembelajaran beladiri pencak silat				
19	Lingkungan sekitar saya gunakan sebagai sumber belajar beladiri pencak silat				
Guru					
20	Saya menguasai materi pembelajaran beladiri pencak silat				
21	Saya berkeinginan untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat				
22	Saya mampu menyusun RPP materi beladiri pencak silat				
23	Saya berminat mengembangkan materi beladiri pencak silat				
24	Saya menguasai metode untuk mengajarkan materi beladiri pencak silat				
25	Saya pernah mendapat materi beladiri pencak silat di sekolah/ kuliah/ pelatihan				
Siswa					
26	Siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran beladiri pencak silat				
27	Siswa sudah pernah belajar beladiri pencak silat di perguruan pencak silat (non formal) sebelum masuk sekolah (formal)				
28	Siswa kurang tertarik belajar materi beladiri pencak silat				
29	Siswa senang belajar materi beladiri pencak silat				
30	Siswa mendapat dukungan orang tua untuk belajar materi beladiri pencak silat				

Lampiran 5. Olah data Hasil Penelitian

No	Responden	Intrinsik																		
		Kurikulum							Materi pembelajaran						Sumber Belajar					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	Responden 1	2	2	3	3	3	4	3	1	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3
2	Responden 2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2
3	Responden 3	4	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2
4	Responden 4	2	1	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4
5	Responden 5	2	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
6	Responden 6	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3
7	Responden 7	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3

Ekstinsik											Jumlah
Guru					Siswa						
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
2	4	3	3	3	3	3	1	2	2	1	84
1	1	1	1	2	3	2	2	2	2	1	47
2	3	3	3	2	3	3	1	1	3	3	80
2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	2	92
3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	82
2	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	81
2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	86

mean	78.85
min	47
max	92
range	45
std	14.6
var	213

Lampiran 6. Bukti Dokumentasi



