

MODEL BELAJAR TENDANGAN LURUS PENCAK SILAT

ANAK USIA 10-12 TAHUN



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Itus Apriyanti

(1601619040)

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2023

MODEL BELAJAR TENDANGAN LURUS PENCAK SILAT ANAK USIA

10-12 TAHUN

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi karena sebagian siswa Sekolah Dasar merasa kesulitan dalam melakukan tendangan lurus. Mulai dari sikap awal, sikap pelaksanaan sampai sikap akhir. Dengan kesulitan tersebut membuat siswa merasa jenuh saat proses pembelajaran, tampak terlihat siswa tidak fokus dalam melakukan Teknik tendangan yang tidak maksimal, sehingga bentuk tendangan tidak terbentuk dengan baik dan tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan baik. Peneliti membuat pengembangan pembelajaran inklusi berpasangan pada tendangan lurus pencak silat untuk siswa sekolah dasar. Bertujuan untuk membuat sebuah produk baru dalam olahraga beladiri pencak silat yang dapat layak digunakan bagi siswa Sekolah Dasar dalam proses pembelajaran yaitu pengembangan pembelajaran inklusi berpasangan pada tendangan lurus pencak silat untuk siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan penelitian dan pengembangan (*research and development*) yang akan menghasilkan suatu produk model pembelajaran. Setelah divalidasi oleh tiga ahli yaitu dosen ahli pencak silat, dosen ahli pembelajaran dan guru PJOK menghasilkan 14 model pengembangan pembelajaran tendangan lurus yaitu 5 model sikap awal, 8 model sikap pelaksanaan dan 1 model sikap akhir.

Kata Kunci : tendangan lurus, pencak silat

**MODELS OF LEARNING STRAIGHT KICK PENCAK SILAT FOR
CHILDREN AGED 10-12 YEARS**

ABSTRACT


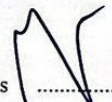



The background of this research is because some elementary school students find it difficult to do straight kicks. Starting from the initial attitude, implementation attitude to the final attitude. With these difficulties it makes students feel bored during the learning process, it seems that students are not focused on doing kick techniques that are not optimal, so that the shape of the kick is not formed properly and the learning objectives are not achieved properly. Researchers made the development of paired inclusion learning on straight kicks of pencak silat for elementary school students. The aim is to create a new product in the martial arts sport of pencak silat which can be appropriate for use by elementary school students in the learning process, namely the development of paired inclusion learning on straight kicks of pencak silat for elementary students. This study uses research and development (research and development) which will produce a learning model product. After being validated by three experts, namely pencak silat expert lecturers, learning expert lecturers and PPLPD pencak silat trainers in Kab. Lebak as well as a PJOK teacher produced 14 models of developing straight kick learning, namely 5 initial attitude models, 8 implementation attitude models and 1 final attitude model.

Keywords: *pair inclusion learning, straight kick*

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 196705081993031001		16/08/23

Pembimbing II <u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDN. 0020069009		18/08/23
--	---	----------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd</u> NIP. 197908252005012002	Ketua		16/08/23
2. <u>Dr. Eva Julianti P.S.E, M.Sc</u> NIP. 197207192005012001	Sekertaris		16/08/23
3. <u>Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 196705081993031001	Anggota		16/08/23
4. <u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDN. 0020069009	Anggota		18/08/23
5. <u>Dr. Taufik Rihatno</u> NIP. 196410041992031001	Anggota		16/08/23

Tanggal Lulus :

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan

1. Karya tulis saya, yaitu skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian dari Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali melalui arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan di sebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 28 Juli 2023



ITS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Itus Apriyanti
NIM : 1601619040
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : itusapriyanti123@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Model Belajar Tendangan Lurus Pencak Silat untuk Anak Usia 10-12 Tahun

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Agustus 2023

Penulis

(Itus Apriyanti)

Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Dalam penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, masukan, bimbingan, dan dukungan dari beberapa pihak. Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada kedua Orang Tua Bapak **Uka Unggara** dan Ibu **Aam Listiani dan keluarga saya** yang telah mendidik dan memberikan dukungan material maupun moral. Untuk itu, melalui kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada Bapak **Prof.Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta dan selaku Dosen Pembimbing I, **Bapak Mastri Juniarto, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam menyusun skripsi ini, Bapak **Iwan Setiawan, M.Pd** selaku Dosen Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Ibu **Dr. Eva Julianti Pramudyawardhani, S.E, M,Sc** selaku Dosen Pembimbing Akademik yang terus membimbing akademik saya sehingga bisa sampai pada tahap akhir ini dan seluruh Bapak/Ibu dosen dan karyawan/karyawati Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. **SD Negeri 1 Rangkasbitung Timur**, yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, keluarga besar **KOP Pencak Silat**

Universitas Negeri Jakarta, serta kepada seluruh teman-teman yang telah banyak membantu, mendukung dalam penulisan skripsi ini penulis sampaikan salam hormat yang tak terhingga.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 28 Juli 2023

Itus Apriyanti



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI... ..	iii
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I	
1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	3
C. Perumusan Masalah	3
D. Kegunaan Penelitian	4
BAB II	6
KAJIAN TEORETIK	6
A. Konsep Pengembangan Model	6
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	9
C. Kerangka Teoritik	13
1. Hakikat Model	13
2. Pengertian Pembelajaran	15
3. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	16
4. Hakikat Pencak Silat.....	18
5. Hakikat Tendangan Lurus	22

6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	24
7. Karakteristik Anak Usia 10-12 Tahun	27
D. Rancangan Model.....	31
BAB III	31
METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Tujuan Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	31

D. Pendekatan dan Metode Penelitian	33
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	35
1. Penelitian Pendahuluan	35
2. Perencanaan Pengembangan Model	36
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi model	49
BAB IV	59
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
A. Hasil Pengembangan Model	59
B. Kelayakan (Teoriti dan Empiris).....	68
C. Pembahasan.....	71
BAB V.....	71
KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN	74
RIWAYAT HIDUP	83



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Tahapan Model ADDIE	10
Gambar 2.1 Tahapan Tendangan lurus	27
Gambar 2.2 Peta Konsep Model Belajar Tendangan Lurus Pencak Silat Anak Usia 10-12 Tahun	32
Gambar 3.1 Berpegangan Dengan Dua Tangan Melakukan Angkatan	33
Gambar 3.2 Variasi Latihan Berpegangan Dua Tangan dan Melakukan	44
Gambar 3.3 Berpegangan Memegang Pundak dan Melakukan Angkatan.....	45
Gambar 3.4 Variasi Latihan Knee Up Melakukan Angkatan	46
Gambar 3.5 Berpegangan Satu Tangan dan Melakukan Angkatan	47
Gambar 3.6 Variasi Latihan Berpegangan Satu Tangan Menggunakan Kursi	47
Gambar 3.7 Tidak Berpegangan Melakukan Angkatan	48
Gambar 3.8 Variasi Latihan Menggunakan Kursi	49
Gambar 3.9 Berpegangan Dengan Dua Tangan Melakukan Lepasn	50
Gambar 3.10 Variasi Latihan Jongkok Melakukan Lepasn	51
Gambar 3.11 Berpegangan Satu Tangan Memegang Pundak Melakukan Lepasn	18
Gambar 3.12 Variasi Latihan Knee Up Melakukan Lepasn	222
Gambar 3.13 Berpegangan Satu Tangan Melakukan Lepasn	53
Gambar 3.14 Variasi Latihan Menggunakan Kursi	55
Gambar 3.15 Variasi Latihan Menggunakan Kursi Tidak Berpegangan	55

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Spesifikasi Tendangan Lurus	26
Tabel 3.1 Nama Para Ahli Pakar (expert Judgement) atau Para Ahli Dalam Uji Validasi	57
Tabel 4.1 Wawancara Dengan Guru PJOK.....	62
Tabel 4.2 Saran dan Masukan Dosen Ahli Pencak Silat.....	63
Tabel 4.3 Saran dan Masukan Dosen Ahli Pembelajaran	65
Tabel 4.4 Saran dan Guru PJOK.....	66
Tabel 4.5 Draft Final	68
Tabel 4.6 Kelayakan Model	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi Penelitian.....	74
Lampiran 2 Lembar Validasi Persetujuan Ahli Pencak Silat.....	76
Lampiran 3 Lembar Validasi Persetujuan Ahli Pembelajaran.....	77
Lampiran 4 Lembar Guru PJOK.....	78
Lampiran 5 Permohonan Izin Observasi Penelitian Skripsi.....	79
Lampiran 6 Permohonan Izin Mengadakan Penelitian Skripsi.....	80
Lampiran 7 Surat Balasan Izin Observasi.....	81
Lampiran 8 Surat Balasan Mengadakan Penelitian.....	82

