

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENDANGAN
LURUS PENCAK SILAT MENGGUNAKAN MEDIA BELAJAR
AUDIO VISUAL PADA SISWA KELAS V SD ISLAM AT
TAQWA**



Muhammad Aji Saputra



1601619010

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

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
PENDIDIKAN JASMANI**

2024

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 196705081993031001		/01/2024
Pembimbing II <u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDN. 0020069009		/01/2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Setvo Purwanto, M.Pd</u> NIP. 197202192003121001	Ketua		15/01/2024
2. <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Sekretaris		15/01/2024
3. <u>Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 196705081993031001	Anggota		/01/2024
4. <u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDN. 0020069009	Anggota		/01/2024
5. <u>Dr. Taufik Rihatno</u> NIP. 196410041992031001	Anggota		/01/2024

Tanggal Lulus : Kamis 4 Januari 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari orang lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam masalah dengan sebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam permintaan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan normayang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Desember 2024
Yang membuat pernyataan,




Muhammad Aji Saputra

No.Reg 1601619010



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 : Muhammad Aji Saputra
NIM : 1601619010
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : ajimuh06@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 :

"UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LURUS PENCAK SILAT
MENGUNAKAN MEDIA BELAJAR AUDIO VISUAL PADA SISWA KELAS V SD ISLAM AT-TAQWA"

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,

Penulis

(Muhammad Aji Saputra)
nama dan tanda tangan

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENDANGAN LURUS
PENCAK SILAT MENGGUNAKAN MEDIA BELAJAR AUDIO
VISUAL PADA SISWA KELAS V SD ISLAM AT TAQWA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar beladiri pencak silat yaitu tendangan lurus pada siswa kelas 5 SD Islam At Taqwa Rawamangun Jakarta timur menggunakan media belajar audio visual. Jenis penelitian yaitu penelitian tindakan kelas (PTK). Metode yang digunakan deskriptif kuantitatif. Sampel adalah siswa 5 SD Islam At Taqwa Rawamangun Jakarta timur. Prosedur pengambilan data dilakukandengan teknik *pre test* untuk kemudian mendapatkan nilai hasil belajar siklus 1. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata siklus 1 adalah 86,2 dan mengalami kenaikan yang signifikan pada saat *post test*. Dalam hal ini peneliti dapat mengatasi masalah pada siswa yang masih banyak melakukan teknik yang kurang baik dan benar dalam meningkatkan hasil belajar teknik dasar tendangan lurus pada beladiri pencak silat pada siswa 5 SD Islam At Taqwa Rawamangun Jakarta timur.

Kata kunci : **Hasil Belajar, Tendangan Lurus, Beladiri Pencak Silat**

***IMPROVING LEARNING OUTCOMES OF PENCAK SILAT
FRONT KICKS USING AUDIO-VISUAL LEARNING MEDIA FOR
FIFTH GRADE STUDENTS OF ISLAMIC ELEMENTARY
SCHOOL AT TAQWA.***

ABSTRACT

This study aims to improve the learning outcomes of pencak silat martial arts, namely the straight kick for 5th grade students of SD Islam At Taqwa Rawamangun, East Jakarta using audio-visual learning media. The type of research is class action research (PTK). The method used is descriptive quantitative. The sample was 5th grade students of SD Islam At Taqwa Rawamangun, East Jakarta. The data collection procedure was carried out with a pre-test technique to then get the value of cycle 1 learning outcomes. The results of the study found that the average value of cycle 1 was 86.2 and experienced a significant increase during the post test. In this case the researcher can overcome the problem of students who still do a lot of techniques that are not good and correct in improving the learning outcomes of basic straight kicks in pencak silat martial arts for students of 5 Islamic Elementary School At Taqwa Rawamangun East Jakarta..

Keywords : Learning Outcomes, Straight Kick, Pencak Silat Martial Arts

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “upaya meningkatkan hasil belajar tendangan lurus pencak silat menggunakan media belajar audio media visual pada siswa kelas V sd islam at-taqwa”. Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

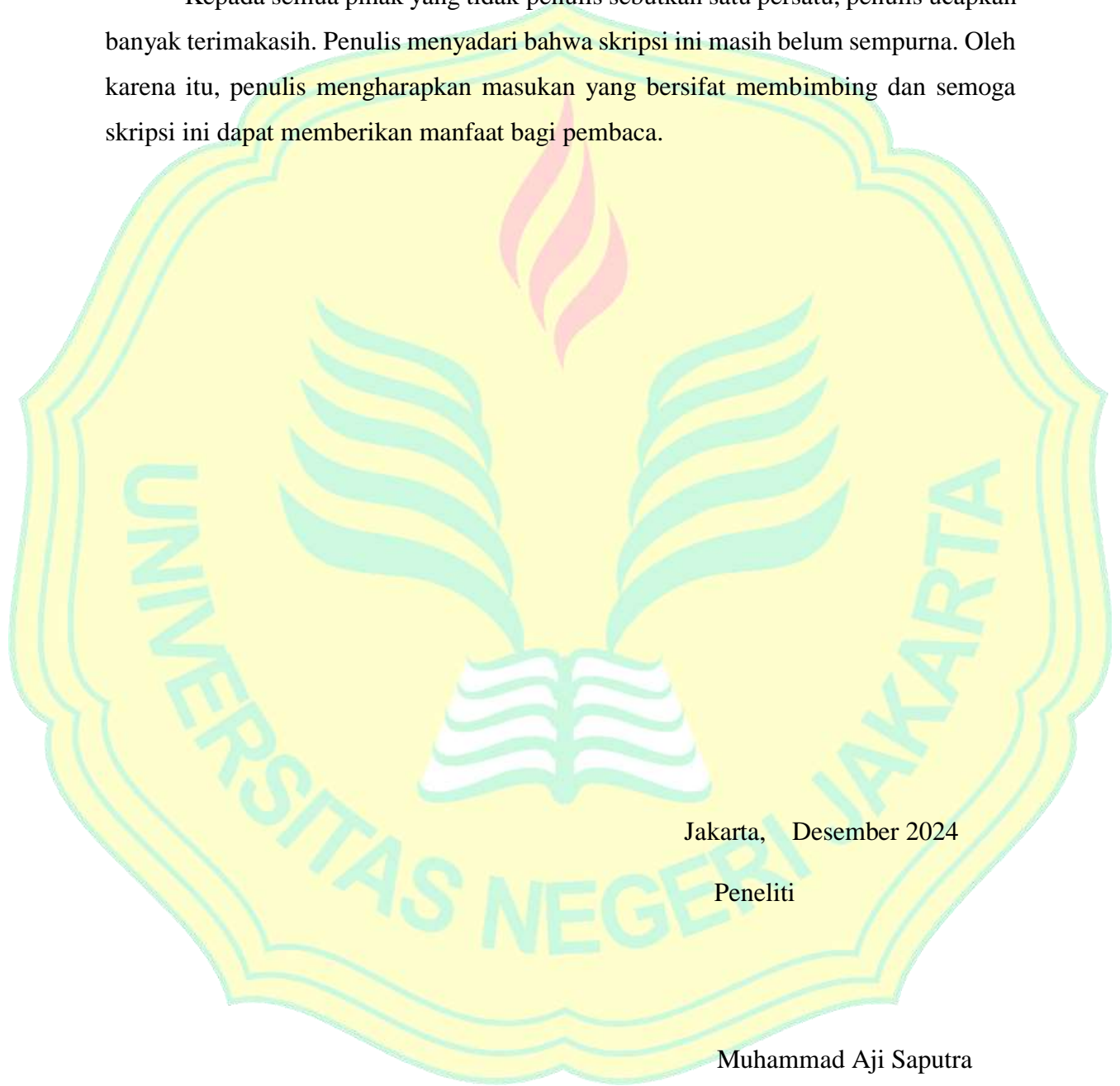
Penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih sebanyak-banyaknya kepada Allah SWT yang telah memberikan kelancaran bagi penulis dalam melakukan proses penyusunan skripsi ini. Keluarga tersayang khususnya Bapak Ateng dan Umi Tati serta Abang dan Adik dan keluarga lainnya yang sudah memberikan do'a dan dukungan bagi penulis.

Tidak lupa peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyusunan skripsi ini baik moril maupun materil. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr. Hernawan, S.E., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I, Bapak Mastri Juniarto, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II, Bapak Dr. Iwan Setiawam, M.Pd selaku Pembimbing Akademik. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak. Peneliti berharap karya tulis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca untuk memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan.

Terimakasih kepada seluruh guru, staff dan siswa SD Islam At-Taqwa khususnya siswa kelas 5 yang memberikan izin dan bersedia menjadi objek untuk

penulis melakukan penelitian. Terimakasih kepada seluruh dosen dan staff akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Kepada semua pihak yang tidak penulis sebutkan satu persatu, penulis ucapkan banyak terimakasih. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan yang bersifat membimbing dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.



Jakarta, Desember 2024

Peneliti

Muhammad Aji Saputra

1601619010

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORETIK	8
A. Konsep Penelitian Tindakan	8
B. Konsep Model Tindakan	12
1. Model Ebbut.....	13
2. Model Kemmis dan Mc Taggart.....	14
3. Model Elliot	15
4. Model McKernan	16
5. Model Hopkins	17
6. Model Kurt Lewin	18
C. Kerangka Teoritik	19
1. Pengertian Belajar	19
2. Pengertian Hasil Belajar	20
3. Tujuan Penilaian Hasil Belajar	21
D. Hakikat Pendidikan Jasmani	21
E. Hakikat Pencak Silat	23
F. Tendangan Lurus Pencak Silat.....	26

G. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	29
H. Karakteristik Anak Usia 10-12.....	37
I. Karakteristik Generasi Alpha.....	38
J. Media Pembelajaran.....	41
K. Media Audio Visual	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45
A. Tujuan Penelitian	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Prosedur Penelitian.....	46
D. Teknik Pengumpulan Data.....	47
E. Validasi Data.....	48
F. Instrument Penilaian.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Deskripsi Hasil Penelitian	70
B. Pembahasan.....	81
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	87
RIWAYAT HIDUP.....	117

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Ebbut.....	13
Gambar 2. 2 Model Kemmis dan Mc Taggart	14
Gambar 2. 3 Model Elliot.....	16
Gambar 2. 4 Model McKernan	17
Gambar 2. 5 Model Hopkins.....	18
Gambar 2. 6 Model Kurt Lewin	19
Gambar 2. 7 Tahapan Tendangan Lurus	28
Gambar 3. 1 Sikap Persiapan	53
Gambar 3. 2 Sikap mengangkat kaki tendangan lurus	54
Gambar 3. 3 Sikap Saat Melepaskan Tendangan Lurus.....	55
Gambar 3. 4 Sikap Saat menarik Tendangan lurus	56
Gambar 4. 1 Siswa melakukan gerakan <i>shadow</i> tendangan lurus	73
Gambar 4. 2 Siswa melakukan tendangan lurus dengan media audio visual.....	74
Gambar 4. 3 Peneliti memberikan evaluasi pada gerakan siswa.	74
Gambar 4. 4 Evaluasi, refleksi dan penugasan.	75
Gambar 4. 5 Peneliti mengulang materi sebelumnya.....	75
Gambar 4. 6 Siswa melakukan tendangan lurus menggunakan media audio visual... 76	
Gambar 4. 7 Peneliti memberikan evaluasi terhadap gerakan siswa	76
Gambar 4. 8 Penilaian tendangan lurus.....	77
Gambar 4. 9 Diagram hasil penilaian tendangan lurus siswa pada saat <i>pre test</i>	78
Gambar 4. 10 Diagram hasil penilaian tendangan lurus	78
Gambar 4. 11 diagram gambar penilaian <i>pre test</i> kolaborator 1	79
Gambar 4. 12 diagram gambar penilaian <i>post test</i> kolaborator 1	79
Gambar 4. 13 diagram gambar penilaian <i>pre test</i> kolaborator 2.....	80
Gambar 4. 14 diagram gambar penilaian <i>post test</i> kolaborator 2	80
Gambar 4. 15 Diagram hasil nilai siswa pada siklus 1	81
Gambar 4. 16 Diagram hasil observasi kolaborator terhadap guru.....	82

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Spesifikasi Tendangan Lurus	27
Tabel 3. 1 Nama Kolabor.....	47
Tabel 3. 2 Lembar Pengamatan Pembelajaran Terhadap Guru Dalam	49
Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian	52
Tabel 3. 4 Kisi – Kisi Lembar Penilaian tendangan lurus pencak silat.....	57
Tabel 3. 5 Kategori Penilaian.....	59
Tabel 3. 6 Tahapan Persiapan	62
Tabel 3. 7 Tahap Gerakan Awal.....	64
Tabel 3. 8 Tahapan Melepas Tendangan.....	66
Tabel 3. 9 Tahapan Akhir.....	68

