

20

C20

RG – FIK - 208

**LAPORAN RESEARCH GROUP**  
**NAMA RISET GROUP: TEKNOLOGI PEMBELAJARAN PENJAS**  
**TAHUN ANGGARAN 2018**

**MODEL-MODEL PEMBELAJARAN BELADIRI DALAM PENDIDIKAN**  
**JASMANI DAN OLAHRAGA: SEBUAH META ANALISIS**



Diusulkan Oleh:

Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.  
Soni Nopembri, S.Pd, M.Pd., Ph.D.  
Saryono, S.Pd.Jas., M.Or.  
Dra. A. Erlina Listyarini, M.Pd.

Niko Puja Paiker  
Erni Widiastuti

NIM: 15601244036  
NIM: 15601244023

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2018**

Penelitian ini dibiayai oleh DIPA BLU Universitas Negeri Yogyakarta  
Nomor SP DIPA 042.01.2.4009042018 tanggal 5 Desember 2017 berdasarkan  
Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian Nomor:106.28/UN34.16/PL/2018  
Tanggal 01 Februari 2018

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Model-model Pembelajaran Beladiri dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Sebuah Meta Analisis

**Peneliti/Pelaksana**  
Nama lengkap : Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
NIDN : 0006107302  
Jabatan Fungsional : Lektor Kepala  
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1  
Nomor HP : +6281315196479  
Alamat surel (e-mail) : soni\_nopembri@uny.ac.id

**Anggota (1)**  
Nama Lengkap : Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.  
NIDN : 0012117902  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

**Anggota (2)**  
Nama Lengkap : Saryono, S.Pd.Jas., M.Or  
NIDN : 0021108103  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

**Anggota (3)**  
Nama Lengkap : Dra. A. Erlina Listyarini, M.Pd.  
NIDN : 0019126007  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

**Institusi Mitra (jika ada)**  
Nama Institusi Mitra : -  
Alamat Institusi Mitra : -  
Penanggung Jawab : -  
Tahun Pelaksanaan : -  
Biaya Tahun Berjalan : Rp. 20.000.000,00

Yogyakarta, 9 Juli 2018

Ketua Pelaksana



Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.  
NIP 19731006 200112 2 001



Mengetahui,  
Dekan FIK,

Sundawan S, M.Ed.  
NIP 19707198812 1 001

## PRAKATA

Kami panjatkan puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kekuatan untuk menyelesaikan Laporan penelitian ini. Ucapan terimakasih saya sampaikan kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) dan Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melakukan penelitian *Reseach Group* ini.

Penelitian yang berjudul “Model-model Pembelajaran Beladiri dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Sebuah Meta Analisis” ini bertujuan untuk menganalisis berbagai model pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga melalui penelusuran berbagai hasil-pemikiran dan penelitian pada artikel ilmiah dan laporan penelitian yang sudah dipublikasikan di jurnal Nasional dan Internasional. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk menyusun sebuah model pembelajaran beladiri yang cocok untuk pendidikan jasmani dan olahraga di Indonesia.

Kami berharap laporan penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca. Kritik dan saran yang membangun terhadap penelitian ini akan senantiasa kami terima agar dikemudian hari dapat diperbaiki.

Tim RG Teknologi Pembelajaran Penjas



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menelusuri dan menganalisis berbagai model pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga melalui artikel-artikel jurnal ilmiah yang telah dipublikasikan dalam jurnal nasional maupun internasional. Penelitian ini merupakan analisis atas analisis dengan mengkaji sejumlah hasil penelitian dalam masalah yang sejenis. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi berdasarkan sumber data primer berupa hasil pemikiran dan penelitian tentang model-model pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang tertulis dalam artikel jurnal. Uji keabsahan data dalam penelitian ini meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), dan *confirmability* (obyektivitas). Analisis data kualitatif yang digunakan adalah model interaktif (Miles dan Huberman, 1984:21) yang meliputi: *data collection*, *display*, dan *conclusion drawing/verification*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara internasional, ada tiga (3) tipe model/pendekatan pembelajaran beladiri yang digunakan dalam pendidikan jasmani dan olahraga, yaitu: model/pendekatan pembelajaran beladiri yang lebih menekankan pada aspek-aspek budaya, model/pendekatan yang lebih menekankan pada aspek-aspek olahraga, model/pendekatan yang lebih menekankan pada pengembangan aspek-aspek siswa. Artikel-artikel jurnal Nasional menunjukkan bahwa pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga menggunakan gaya mengajar dari Mosston, model-model pembelajaran umum, dan model pembelajaran khusus yang menekankan pada pembentukan karakter.



## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Prakata .....	iii
Abstrak.....	iv
Daftar Isi .....	vi
Daftar Tabel .....	vii
Daftar Gambar.....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Teori-teori Belajar dan Pembelajaran .....	7
B. Hakikat Pendidikan Jasmani dan Olahraga.....	10
C. Beladiri sebagai sebuah Seni dan Olahraga .....	13
D. Pembelajaran Beladiri dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga .....	15

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
A. Desain dan Prosedur Penelitian .....	17
B. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	17
C. Unit Analisis.....	19
D. Validitas dan Reliabilitas Data .....	19
E. Analisis Data .....	20
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>22</b>
A. Hasil Penelitian.....	22
B. Pembahasan.....	30
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>33</b>
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran .....	33
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>34</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>36</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Pedoman Dokumentasi.....	18
Tabel 4.1. Ikhtisar Artikel-artikel Jurnal Internasional .....	23
Tabel 4.2. Ikhtisar Artikel-artikel Jurnal Nasional.....	28
Tabel 4.3. Rangkuman Kecocokan Model Hubungan.....	24



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Komponen dalam Analisis Data: Model Interaktif. ....	20
--	----

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Sebagai salah satu mata pelajaran di sekolah, pendidikan jasmani mempunyai pendekatan pembelajaran yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Hal ini dikarenakan pengembangan aspek psikomotor yang lebih ditekankan tanpa mengesampingkan aspek kognitif dan afektif. Pada kenyataannya, proses pembelajaran pendidikan jasmani bukan hanya menekankan aspek psikomotor tetapi juga aspek kognitif dan afektif secara bersamaan, seperti yang distandarkan secara internasional oleh ICHPER-SD dan UNESCO bahwa pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah harus menggambarkan disiplin pengetahuan, keterampilan serta perilaku yang meliputi ranah psikomotor, kognitif, serta afektif. Tuntutan inilah yang mengakibatkan perlunya pendekatan pembelajaran yang bisa melibatkan seluruh aspek pendidikan tersebut.

Pembelajaran merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam pendidikan. Pembelajaran sangat penting keberadaannya dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan yang sebenarnya. Pembelajaran seharusnya dilakukan melalui suatu hubungan kreatif, kritis, dan interaktif yang memberikan arah untuk tumbuhnya kreativitas, berpikir kritis, dan percaya diri. Pendidikan jasmani sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan memiliki proses

pembelajaran yang khas dalam pelaksanaannya. Pendidikan jasmani mengajak siswa untuk dapat berkembang sesuai dengan keinginannya. Kenyataan di lapangan pendidikan jasmani masih menjadi suatu mata pelajaran yang membosankan dan melelahkan serta kadang tidak sesuai dengan konsep dasarnya. Hal ini mengakibatkan manfaat pendidikan jasmani belum dapat dirasakan secara maksimal oleh masyarakat. Salah satu permasalahan yang diungkap oleh Mahendra bahwa guru pendidikan jasmani/olahraga kurang mengajarkan sportivitas, disiplin, kerja sama dalam tim, dan moral merupakan bukti lemahnya pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri sekarang ini telah mengalami perkembangan yang cukup pesat. Berbagai hasil pemikiran dan penelitian muncul agar pembelajaran pendidikan jasmani lebih kreatif, atraktif, dan mencapai tujuan pendidikan jasmani yang sebenarnya. Perubahan paradigma tujuan pendidikan telah diikuti pula oleh perubahan tujuan pendidikan jasmani. Hal ini jelas berdampak pada perkembangan pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani. Keselarasan ini diperlukan karena melalui pembelajaran lah tujuan pendidikan akan tercapai. Secara historis-filosofis pendidikan jasmani di dunia dan di Indonesia sendiri mengalami perkembangan. Bahkan, sampai sekarang masih ada perdebatan mengenai keilmuan pendidikan jasmani itu sendiri. Di Amerika, saat ini pendidikan jasmani telah menjadi program nasional yang unggul karena manfaatnya telah dirasakan, sedangkan di Indonesia, pendidikan jasmani masih terus mencari jati dirinya meskipun secara formal telah



masuk dalam kurikulum sekolah. Pemahaman mengenai pendidikan jasmani, olahraga, rekreasi, aktivitas jasmani, kesehatan masih sering dicampuradukan sehingga pendidikan jasmani masih terlihat bias di mata masyarakat kita.

Perkembangan pembelajaran pendidikan jasmani dimulai dari sistem senam Swedia dan Jerman. Kedua sistem ini telah masuk ke program pendidikan jasmani di seluruh dunia. Sistem tersebut lebih menekankan pada *teacher-centered* yang mengakibatkan para siswa hanya mengikuti apa yang dilakukan oleh guru dan diharapkan para siswa mampu menguasai secara *mastery* semua bahan ajar. Hal ini terjadi karena pada saat itu pendidikan jasmani masih menekankan pada materi-materi pelajaran senam. Seiring dengan perubahan materi ajar dari senam ke pendidikan jasmani berbasis olahraga, muncullah metode mengajar (*teaching methods*) pada tahun 1960-an. Sejak saat itu berkembang berbagai metode baru untuk mengajar pendidikan jasmani yang sekarang disebut strategi mengajar, yaitu: *task/station teaching*, *reflective teaching*, *partner teaching*, *team teaching*, dan *inquiry-based teaching*.

Salah satu materi dalam pendidikan jasmani dan olahraga adalah materi pelajaran Beladiri. Beladiri menjadi salah satu aktivitas yang banyak lahir di Negara-Negara kawasan Asia. Salah satu jenis beladiri yang populer di kawasan Asia Tenggara adalah pencak silat yang juga merupakan beladiri asli Indonesia. Hal ini terbukti bahwa pencak silat Indonesia menjadi topik teratas (*trending topic*) dunia di banding 18 negara lain dalam melakukan pencarian informasi tentang pencak silat melalui mesin pencari google (*Google Trend*, 2017). Selain

itu, topik tentang beladiri (*martial art*) merupakan tema menarik di dunia dimana Indonesia menjadi nomer 25 dari 56 negara yang disurvei (*Google Trend*, 2017).

Perkembangan beladiri pencak silat salah satunya adalah melalui dunia pendidikan atau sekolah. Di sekolah beladiri diajarkan berdasarkan rekomendasi kurikulum nasional (K-13) dan sekolah masing-masing. Dalam kurikulum, beladiri memiliki keberagaman dalam pembelajarannya. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) 2013 memberikan rekomendasi untuk menggunakan berbagai metode, strategi, dan model dalam pembelajaran beladiri pencak silat. Hal ini memerlukan dilakukannya sebuah investigasi berbagai metode atau model pembelajaran tentang apa saja yang ada telah dilakukan di berbagai Negara untuk mengajarkan beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Hasil temuan penelitian di kawasan Asia Tenggara menunjukkan bahwa asal beladiri memiliki karakteristik yang berbeda dan memiliki tiga pendekatan pembelajaran yang berbeda yaitu tradisional, efisiensi, dan olahraga (Marc Theeboom & Paul De Knop, 1999: 157). Selain itu, data juga menunjukkan bahwa beladiri diajarkan dalam pendidikan jasmani di sekolah di beberapa negara Eropa (Marc Theeboom & Paul De Knop, 1999: 157). Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan penelitian dengan menelusuri dan menganalisis berbagai artikel jurnal ilmiah tentang keberadaan metode-metode pembelajaran beladiri yang berkembang dari dulu sampai sekarang agar ditemukannya data tentang perkembangan pembelajaran beladiri dari waktu ke waktu.

## **B. Rumusan Masalah**

Kajian secara empiris berupa hasil-hasil penelitian perkembangan pembelajaran beladiri akan menuntun pada perlunya pengembangan model pembelajaran beladiri yang spesifik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di Indonesia. Hal ini tentunya berhubungan dengan pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri. Berdasarkan hal itu, maka pertanyaan penelitian ini adalah yaitu: model/pendekatan pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga apa saja yang telah dikaji dan diteliti?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menelusuri dan menganalisis berbagai model pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga melalui artikel-artikel jurnal ilmiah yang telah dipublikasikan dalam jurnal nasional maupun internasional.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini akan bermanfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini akan memberikan kontribusi pengembangan model-model pembelajaran beladiri pendidikan jasmani dan olahraga yang memerlukan konsep teoritis yang kuat untuk tetap eksis dalam dunia pendidikan. Secara praktis, penelitian ini akan berkontribusi pada pola pemikiran para guru untuk



melaksanakan pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga dengan memilih pendekatan yang tepat.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Teori-teori Belajar dan Pembelajaran

Belajar, mengajar, dan pembelajaran merupakan hal yang berbeda walau sangat erat hubungannya. Belajar merupakan usaha yang dilakukan pada diri seseorang melalui proses belajar guna mencapai tujuan belajar. Proses belajar yang kondusif akan mampu memberikan pengalaman belajar yang nantinya akan mempengaruhi kemampuan ataupun perilaku seseorang seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan kemampuan-kemampuan yang lain. Sangat banyak teori belajar seperti yang dibahas di bawah ini.

*Behaviorist perspective*, memandang belajar sebagai perubahan tingkah laku sebagai akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Hal yang dapat mempengaruhi stimulus dan respon adalah penguatan (reinforcement) yaitu apa saja yang dapat memperkuat timbulnya respon. Menurut Simonson & Thompson (1994:28) *behaviorism is based on the principle that instruction should be designed to produce observable and quantifiable behaviors in the learner*. Asri (2003: 24) berpendapat bahwa dari semua pendukung teori tingkah laku, teori Skinner yang paling besar pengaruhnya terhadap teori belajar. Sebagai contoh adalah program pembelajaran *teaching machine* dan pembelajaran berprogram

(merupakan cikal bakal pembelajaran berbasis multimedia), dan program-program lain yang menggunakan konsep Stimulus-Respon serta faktor-faktor penguat.

*Cognitivist perspective*, memandang hasil belajar bukan hanya melibatkan stimulus dan respon, namun mementingkan pula proses belajar dari pada hasil belajar. Teori ini memandang belajar merupakan proses internal yang mencakup ingatan, retensi, pengolahan informasi, emosi, dan faktor-faktor lain. Belajar merupakan aktifitas yang melibatkan proses berpikir yang kompleks. Diantara teori-teori belajar kognitif yang sering dijadikan landasan teori dalam penggunaan media pembelajaran adalah teori kognitif mengenai tahap-tahap perkembangan yang diungkapkan oleh J. Peaget. Menurut Peaget dalam Asri (2003:36), proses belajar akan terjadi jika mengikuti tahap-tahap asimilasi, akomodasi, dan ekuilibrase (penyeimbangan). Proses asimilasi merupakan proses pengintegrasian atau menyatukan informasi baru ke dalam struktur kognitif yang telah dimiliki siswa. Proses akomodasi merupakan proses penyesuaian struktur kognitif kedalam situasi yang baru. Sedangkan proses ekuilibrase adalah penyesuaian berkesinambungan antara asimilasi dan akomodasi. Hal senada diungkapkan oleh Heinich (1996:17) bahwa dengan teori belajar kognitif dari Peaget, akan ada proses bertahap dalam penerimaan materi ke otak sesuai dengan kemampuan siswa. Teori kognitif lain yang berpengaruh adalah Teori Belajar Bermakna Ausubel karena struktur organisasional yang ada dalam ingatan

seseorang yang mengintegrasikan unsur-unsur terpisah kedalam suatu unit konseptual. Constructivist Perspective merupakan teori belajar yang menekankan pada pengalaman siswa, tidak semata pengetahuan kognitif (Heinich, 1996:17). Teori belajar konstruktivis, menurut Muhammad (2004: 2), siswa itu sendiri yang harus secara pribadi menemukan dan menerapkan informasi kompleks, mengecek informasi baru dibandingkan dengan aturan lama dan memperbaiki aturan itu apabila tidak sesuai lagi. Karena penekanan pada siswa sebagai siswa yang aktif, maka strategi konstruktivis ini sering disebut pengajaran berpusat pada siswa.

*Social-Psychological Prespective*, yaitu teori belajar psikologi sosial yang kemudian dianggap menjadi penengah bagi teori behavioristik dan kognitivistik. Heinich (1996:18 ) menyatakan bahwa *social psychologis look at the effects of the social organitation of the classroom on learning*. Vigotsky dalam Mukminan (1998:35) berpendapat bahwa proses pembentukan pengetahuan itu terjadi melalui interaksi sosial. Oleh karena itu didalam proses belajar hendaknya ada proses interaksi. Mengajar merupakan kegiatan interaksi antara siswa dengan guru, seperti yang disampaikan oleh Mosston & Ashworth (1992:1) bahwa *teaching is about the relationsships between teacher and learner-relationships that are both ubiquitous and uniquely personal*. Mengajar merupakan interaksi yang memiliki tujuan tertentu dengan menggunakan cara yang mempertimbangkan karakteristik siswa. Untuk dapat Kualitas pembelajaran amat



banyak tergantung pada bagaimana pembelajaran itu dirancang. Desain pembelajaran menggunakan landasan ilmiah lebih mengandalkan pada pengetahuan ilmiah atau teori-teori yang telah dikembangkan oleh para ilmuwan. Peningkatan kualitas pembelajaran dalam pendidikan dipengaruhi oleh hal-hal yang sangat kompleks sehingga perlu diberikan perhatian yang lebih. Permasalahan pembelajaran sangat erat kaitannya dengan proses yang terjadi baik dari perencanaan, pelaksanaan dan penutup.

Pada saat ini di sekolah-sekolah telah diberlakukan kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dan kurikulum 2013. Kurikulum 2013 menggunakan pendekatan ilmiah (*Scientific Approach*) diyakini sebagai titian emas perkembangan dan pengembangan sikap, keterampilan, dan pengetahuan peserta didik dalam pendekatan atau proses kerja yang memenuhi kriteria ilmiah. Dengan kurikulum 2013 ditegaskan kembali mengenai pendekatan pembelajaran dengan menggunakan Metode-metode mengajar yang lebih mengembangkan kecakapan berpikir. Metode-metode pembelajaran aktif yang mampu mengajak siswa untuk lebih aktif mencari jawab ataupun beraktifitas. Secara umum pengertian pembelajaran adalah upaya yang dilakukan untuk membantu seseorang atau sekelompok orang sedemikian rupa dengan maksud supaya di samping tercipta proses belajar juga sekaligus supaya proses belajar menjadi lebih efisien dan efektif.

## **B. Hakikat Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan yang bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral. Seperti yang tertulis dalam BSNP (2006:648) bahwa Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Mata pelajaran ini mengutamakan aktifitas gerak dan pembinaan hidup sehat agar pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang terjadi pada diri siswa dapat berjalan dengan serasi, selaras, dan seimbang. Berarti peranan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mendapatkan pengalaman secara langsung dalam berbagai kesempatan melalui aktifitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pemberian materi praktik terdiri dari permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk

beraktivitas jasmani/gerak yang terarah yang mampu memberikan kesempatan pada siswa untuk lebih mengenal dunia dan dirinya sendiri sehingga siswa secara alami senantiasa mendapatkan manfaat berupa kesehatan dan kebugaran tubuh. Selain itu pemberian materi tentang teori kesehatan sangat bermanfaat karena materi kesehatan yang di dalamnya terdiri dari materi pola dan budaya hidup sehat serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari mampu memberikan dasar pemahaman pada siswa akan pentingnya memiliki kebiasaan tentang hidup sehat.

Gerak sebagai aktivitas jasmani merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Gerakan bersifat periodik yang berarti bahwa gerak sebagai aktivitas jasmani adalah alat untuk memelihara dan membina kesehatan, dan tidak dapat ditinggalkan. Disiplin ilmu pendidikan jasmani fokus utamanya adalah mempelajari gerak manusia (Bucher, 1995: 8). Penelitian yang dilakukan oleh Wilkerson dan Dodder (Bucher, 1995: 248-249) menemukan bahwa aktivitas jasmani dan olahraga mempunyai tujuh fungsi dalam masyarakat; (1) Pelepasan emosional; (2) penegasan identitas; (3) Kontrol sosial; (4) sosialisasi; (5) agen perubahan; (6) kolektivitas pendapat; (7) kesuksesan. Pengembangan sosial anak merupakan bagian dari tujuan pendidikan jasmani di sekolah. Anak harus berkembang secara sosial melalui berbagai aktivitas jasmani yang dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. berinteraksi dengan yang lain, menghargai orang lain,



bekerjasama, dll. Jadi secara garis besar bahwa Pembelajaran Pendidikan jasmani adalah upaya mengkondisikan peserta didik agar belajar pendidikan melalui gerak fisik dan merupakan dasar atau alat pendidikan dalam membentuk manusia seutuhnya, dalam pengembangan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor dalam membentuk kemampuan manusia yang berwatak dan bermoral.

### **C. Beladiri sebagai Sebuah Seni dan Olahraga**

Secara alamiah manusia hidup di dunia senantiasa melakukan upaya untuk mempertahankan hidupnya. Manusia dilengkapi dengan insting untuk selalu melindungi diri dan hidupnya. Upaya yang dilakukan mempertahankan diri diantaranya adalah upaya memenuhi kebutuhan hidup dari terhindar dari serangan. Upaya yang dilakukan untuk mempertahankan diri dari serangan luar biasa dikenal dengan upaya membeladiri. Membela diri dalam bentuk aktifitas gerak yang dikenal dengan Gerak beladiri dapat dilakukan dengan gerak yang harmonis dan indah, sehingga sering dikenal dengan istilah seni beladiri. Seni bela diri merupakan satu kesenian yang timbul sebagai satu cara seseorang mempertahankan/ membela diri terhadap berbagai ancaman dan bahaya. Gerakan dasar dalam silat itu sendiri banyak diperoleh dengan menirukan gerakan binatang yang ada di alam sekitar, seperti menirukan gerakan tumbuhan, hewan seperti kera, harimau, ular atau burung elang dan sebagainya.



Seni bela diri berkembang dan dikembangkan oleh lokal genius menjadi sebuah karya seni beladiri. Bahkan tidak hanya dengan gerak tubuh atau teknik saja, namun dilengkapi dengan persenjataan, pakaian dan peralatan lainnya. Kemampuan gerakan menyerang dan gerakan bertahan selain untuk mempertahankan diri namun lambat laun digunakan untuk meningkatkan kondisi fisik/badan seseorang. Hubungan sosial, perdagangan, kerjasama sesama manusia menjadikan akulturasi budaya terjadi. Seni bela diri tersebar di seluruh penjuru dunia dan hampir setiap negara atau daerah mempunyai seni bela diri yang berkembang di daerah masing-masing. Sebagai contoh seni beladiri di berbagai daerah di Indonesia adalah seni bela diri pencak silat, bahkan juga berkembang di negara ASEAN dan terdapat di Malaysia, Indonesia, Thailand, dan Brunei.

Induk organisasi pencak silat di Indonesia adalah Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Sementara itu, organisasi yang mewadahi federasi-federasi pencak silat di berbagai negara adalah Persekutuan Pencak Silat Antara Bangsa (Persilat), yang dibentuk oleh Indonesia, Singapura, Malaysia dan Brunei Darussalam. Pencak silat menurut PB. IPSI (1995: 15) adalah budi daya (budaya) bangsa Indonesia yang bertujuan untuk membela dan mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integrasi (kemanunggalan) terhadap lingkungan hidup dan alam sekitarnya, juga untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Senada dengan hal tersebut

O'ong Maryono (1997: 7) mengemukakan bahwa pencak silat adalah gerak bela-serang yang teratur menurut sistem, waktu, tempat dan iklim dengan saling menjaga kehormatan masing-masing secara kesatria, tidak mau melukai perasaan, erat hubungannya dengan rohani, menghidup suburkan naluri, mengerahkan hati nurani manusia. Pencak silat memiliki empat aspek yang menjadi satu kesatuan yakni aspek seni, beladiri, olahraga, dan mental spiritual. Budaya beladiri yang diwariskan sangat penting untuk dilestarikan. Generasi penerus bangsa hendaknya tidak hanya mengenal melainkan ikut mengembangkannya. Salah satu cara yang dapat dilakukan dengan mengembangkannya melalui jalur sekolah yakni masuk dalam kurikulum sekolah.

#### **D. Pembelajaran Beladiri dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Mengkondisikan siswa dalam sebuah pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi beladiri tentu tidak boleh lepas dari sistematikan pendidikan jasmani. Proses belajar dalam proses pembelajaran dialami oleh peserta didik di sekolah. Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 1 butir 20). Pendapat lain disampaikan oleh Winataputra (2008:18) bahwa pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk

menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Pembelajaran pada hakekatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam interaksi tersebut banyak sekali faktor yang mempengaruhinya, baik faktor internal yang datang dari dalam diri individu, maupun faktor eksternal yang datang dari lingkungannya atau dari luar individu (Mulyasa.E, 2006: 100).

Gagne, Briggs dan Wager dalam Winataputra (1992:3) berpendapat bahwa pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada siswa (*Instruction is a set of events that affect learners in such a way that learning is facilitated*). Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran, serta pembelajaran adalah upaya mengorganisasi lingkungan untuk menciptakan kondisi belajar bagi peserta didik. (Oemar Hamalik. 2008:57-61). Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pencaksilat berarti usaha mengkondisikan peserta didik agar siswa dapat belajar pencaksilat dan mencapai kompetensi yang ingin dicapai yang memenuhi kompetensi dalam aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain dan Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan Meta Analisis. Meta analisis secara sederhana dapat diartikan sebagai analisis atas analisis. Sebagai penelitian, meta analisis merupakan kajian atas sejumlah hasil penelitian dalam masalah yang sejenis. Meta analisis sebagai metode penelitian pertama kali diperkenalkan untuk kajian di bidang kesehatan/pengobatan. Dalam perkembangannya meta analisis sebagai jenis dan metode penelitian dipergunakan untuk mengkaji berbagai masalah/topik dan untuk berbagai keperluan. Meta analisis pada hakekatnya merupakan sintesis sebuah topik yang diambil dari beberapa laporan penelitian. Berdasarkan sintesis tersebut ditarik sebuah kesimpulan mengenai topik yang diteliti. Penelitian ini menggunakan hasil-hasil penelitian yang sejenis sebagai data dasar dalam melakukan kajian dan kesimpulan. Tahapan penelitian meta analisis menurut Merriyana (2006:105) adalah (1) menentukan masalah atau topik yang akan diteliti, (2) menentukan periode penelitian, (3) mencari laporan penelitian yang sesuai dengan topik/masalah yang diteliti, (4) membaca judul dan abstrak penelitian, (5) memfokuskan penelitian pada, masalah, metode penelitian, data, analisis data, dan hasil, (6) mengkategorikan hasil-hasil penelitian, (7) membandingkan semua hasil penelitian sesuai dengan



kategorinya, (8) mengkaji metode dan analisis data dalam penelitian, dan (9) menarik kesimpulan.

## B. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Tabel 3.1. Pedoman Dokumentasi

No.	Faktor	Deskripsi	kode
1	Penulis		
	Nama		
	Institusi		
	Negara		
2	Jurnal		
	Nama Jurnal		
	Tahun		
	Volume		
	Nomor/isu		
	Halaman		
3	Judul		
4	Tujuan penelitian		
5	Metode penelitian:		
	Desain		
	Populasi/sampel		
	Metode/teknik pengumpulan data		
	Analisis data		
6	Hasil		
7	Model Pembelajaran		

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri. Validasi terhadap *Human Instrument* tersebut dilakukan oleh peneliti itu sendiri melalui evaluasi diri seberapa jauh pemahaman terhadap metode kualitatif, penguasaan teori dan wawasan terhadap bidang yang diteliti, serta kesiapan dan bekal memasuki lapangan (Sugiyono, 2005:59). Setelah fokus penelitian menjadi jelas,

maka dikembangkan instrumen penelitian sederhana, yang diharapkan dapat melengkapi data dan membandingkan kembali data yang telah ditemukan sebelumnya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan menggunakan teknik dokumentasi dengan pedoman seperti pada tabel 1.. Pengumpulan data akan diambil berdasarkan sumber data. Sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Dalam penelitian ini sumber data primer berupa pendapat-pendapat, pemikiran-pemikiran, dan hasil-hasil penelitian dalam artikel jurnal mengenai model-model pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

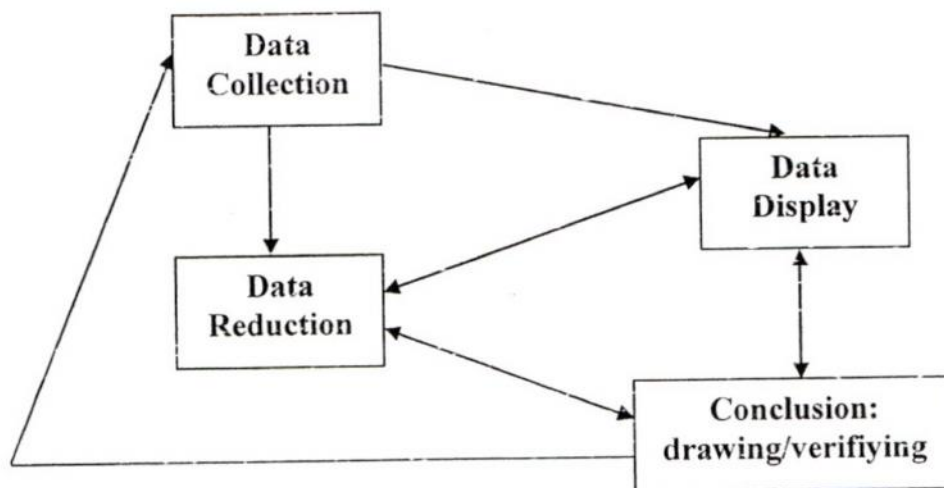
### **C. Unit Analisis**

Populasi dalam penelitian ini adalah dokumen-dokumen hasil-hasil pemikiran dan penelitian tentang model-model pembelajaran beladiri yang tertulis dalam artikel jurnal Nasional dan International sebanyak 80 artikel. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan persyaratan topik/tema artikel berkaitan dengan pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Berdasarkan hal itu, maka jumlah artikel yang memenuhi syarat adalah 41 artikel yang terdiri atas 21 artikel dari jurnal Internasional dan 20 artikel dari jurnal Nasional.

### **D. Validitas dan Reliabilitas Data**

Temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Reliabilitas dipandang sebagai suatu realitas yang bersifat majemuk/ganda, dinamis/selalu berubah, sehingga tidak ada yang konsisten, dan berulang seperti semula. Istilah yang digunakan untuk uji validitas dan reliabilitas data dalam penelitian kualitatif berbeda dengan penelitian kuantitatif. Uji keabsahan data dalam penelitian ini meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), dan *confirmability* (obyektivitas) (Sugiyono, 2005: 121).

#### E. Analisis Data



**Gambar 3.1. Komponen dalam Analisis Data: Model Interaktif.**  
(Miles & Huberman, 1984:22)



Analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif. Miles dan Huberman (1984:21) mengingatkan bahwa "*data concerned appear in words rather than in numbers*". Data dalam penelitian kualitatif lebih memperhatikan kata-kata daripada angka-angka. Lebih lanjut, Miles dan Huberman merekomendasikan aktivitas dalam analisis data, yaitu: *data collection*, *data display*, dan *data conclusion drawing/verification* yang digambarkan dalam model interaktif dalam analisis data seperti pada gambar 1. Reduksi data (*data reduction*) merupakan proses memilih, memfokuskan, mengabstraksikan, dan mengubah data kasar yang ada dalam tulisan-tulisan catatan lapangan. Penyajian data (*data display*) dalam penelitian kualitatif dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya (Sugiyono, 2005:95). Kesimpulan (*conclusion*) yang dikemukakan dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Kajian Pembelajaran Beladiri di Dunia Internasional

Kajian dilakukan terhadap 21 dokumen jurnal yang ditulis oleh para peneliti beladiri dari berbagai negara. Dokumen jurnal yang dikaji berada dari berbagai jurnal Internasional berkisar antara tahun 1999-2017. Amerika Serikat (USA) banyak melakukan penelitian terhadap pembelajaran beladiri kemudian diikuti oleh Belgia, China, Spanyol, Singapura, Mexico, Inggris, Iran, Polandia, Kanada, dan Latvia. Kebanyakan peneliti melakukan studi pada penerapan di semua beladiri, yang secara spesifik juga dilakukan pada beladiri Judo, Taekwondo, Wushu, Karate, dan Pencak Silat. Ada pula peneliti yang melakukan penelitian pada beladiri campuran (*Mixed Martial Arts*).

Pembelajaran dan pelatihan beladiri yang diteliti dihubungkan dengan berbagai variabel yang menyangkut aspek-aspek para partisipan (subjek penelitian), seperti: Fisik, Psikologis, dan Sosiologis. Ada pula variabel penelitian yang menyangkut penguasaan teknik-teknik dalam beladiri. Beladiri yang identik dengan kekerasan dan cedera juga menjadi variabel dalam beberapa penelitian tentang pembelajaran dan pelatihan beladiri. Pada konteks pelaksanaan pembelajaran beladiri, sebagian besar penelitian

mengambil konteks pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar dan menengah.

Berdasarkan temuan dalam artikel, dapat disimpulkan ada tiga (3) tipe model/pendekatan pembelajaran beladiri yang digunakan dalam pendidikan jasmani dan olahraga ditemukan dalam berbagai penelitian di jurnal Internasional. Pertama adalah Model/pendekatan pembelajaran beladiri yang lebih menekankan pada aspek-aspek budaya seperti pendekatan tradisional, sosiologis, sosial-ekonomi, antropologi, humanistik, seni, multikultural, *authoethnography*, dan akademis. Kedua adalah model/pendekatan yang lebih menekankan pada aspek-aspek olahraga, seperti pendekatan kompetitif, *Leadership Education through Athletic Development (LEAD)*, pendekatan N/M/M (*Nomometric / Monitoring / Multidimensional*), dan sistem warna sabuk. Ketiga adalah model/pendekatan yang lebih menekankan pada pengembangan aspek-aspek siswa, seperti: pendekatan kenyamanan, pengendalian, harga, dan aktualisasi diri, serta pendekatan berbasis masalah

**Tabel 4.1. Ikhtisar Artikel-artikel Jurnal Internasional**

No.	Tahun	Penulis	Negara	Jenis Beladiri	Variabel	Model pembelajaran
1	1999	Marc Theeboom, Paul De Knop	Belgia	Seni beladiri Asia	Pendekatan pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani	Pendekatan tradisional, efisiensi, olahraga

2	2000	David Brown, Alan Johnson	USA	Semua beladiri	Pembalajaran seni beladiri dalam pendidikan jasmani	Pendekatan sosiologis dalam pembelajaran seni beladiri di pendidikan jasmani
3	2002	Abdul Rashid Aziz, Benedict Tan, Kong Chuan Teh	Singapura	Pencak silat	Respon aerobik dan anaerobik	Pertandingan silat kompetitif, Asian Games
4	2003	Jason M. Winkie, John C. Ozmun	USA	Semua beladiri	Beladiri dalam kurikulum pendidikan jasmani	Beladiri yang nyaman untuk siswa.
5	2004	Kimberley D. Lakes, William T. Hoyt	USA	Semua beladiri	Self- regulation	<i>The Leadership Education Through Athletic Development (LEAD)</i> curriculum
6	2008	Chunlei Lu	Kanada	Semua beladiri	Kekerasan dalam seni beladiri	Pembelajaran beladiri yang mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap.
7	2009	Alfonso Gutiérrez, Iván Prieto, José M. Cancela	Spanyol	Judo	Teknik UKI GOSHI	Pendekatan N / M / M (nomometric / monitoring / multidimensiona l)
8	2009	Thomas W. Woodward	USA	Semua beladiri	Cedera dalam beladiri	Seni beladiri anak.
9	2010	Jikkemien Vertonghen, Marc Theeboom	Belgia	Semua beladiri	Sosial- psikologis	Keterlibatan latar belakang sosial-ekonomi
10	2010	Jikkemien Vertonghen, Marc Theeboom	Belgia	Semua beladiri	Sosial- psikologis dari latihan beladiri	Pendekatan pembelajaran Beladiri untuk remaja



11	2011	David T. Burke, Marina Protopapas, Paolo Bonato, John T. Burke, Robert F. Landrum	Iran	Semua beladiri	Waktu yang dibutuhkan untuk belajar beladiri	Pembelajaran teknik beladiri.
12	2012	Wojciech J. Cynarski, Kazimierz Obodyński, Howard Z. Zeng	Polandia	Semua Beladiri	Pengembang an spiritual melalui latihan fisik dan mental	Pendekatan antropologi
13	2012	Marc Theeboom, Zhu Dong, Jikkemien Vertonghen	Belgia dan China	Wushu	Keterlibatan remaja pada olahraga wushu	Pendekatan tradisional dan modern
14	2013	Sergejs Capulis, Valerijs Dombrovskis, Svetlana Guseva	Latvia	Karate	Pengaruh pembelajaran karate dalam pendidikan jasmani terhadap tingkat emosional anak	Pendekatan humanistic dalam pembelajaran karate di pendidikan jasmani
15	2014	Hyun-Ju Oh	USA	Taekwondo	Pembelajaran dan pengukuran taekwondo dalam Pendidikan Guru Penjas	Pendekatan aktivitas multikultural
16	2014	Gina M. Potenza, Ferman Konukman, Jong-Hoon Yu, Hayrettin Gümüşdağ	USA	Semua beladiri	Pembelajaran beladiri di sekolah menengah	Beladiri untuk pengendalian diri, harga diri, dan aktualisasi diri
17	2014	Hyun-Ju Oh, James C. Hannon, Aaron Banks	USA	Taekwondo	Pembelajaran beladiri taekwondo dalam	Penggunaan sistem warna sabuk dalam pembelajaran

					pendidikan jasmani	beladiri taekwondo.
18	2015	Magnus Stenius, Ronald Dziwenka	Mexico	Beladiri campuran ( <i>Mixed Martial Arts</i> )	Pengalaman kekerasan dan kesakitan	Pendekatan Autoethnography
19	2016	Paul Bowman	Inggris	Seni beladiri Asia	'tradisi', 'keaslian', dan 'sejarah' seni beladiri	Bidang antagonisme antara pendekatan akademis dan populer
20	2017	Caixia Wang, Jun Liu	China	Semua beladiri	Pengajaran seni bela diri di sekolah dasar dan menengah	Praktek seni bela diri sekolah dasar dan menengah didasarkan pada yang mendalam pemahaman tentang esensi budaya seni bela diri.
21	2017	Zu-Gang Bai	China	Wushu	Pembelajaran seni beladiri wushu di perkotaan dan pedesaan	Pendekatan pembelajaran beladiri berbasis masalah.

## 2. Kajian Pembelajaran Beladiri di Indonesia

Pada 20 jurnal Nasional yang ditemukan, terdapat hasil-hasil penelitian yang lebih baru karena berkisar dari tahun 2013-2018. Pencak silat merupakan beladiri yang banyak diteliti dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga karena memang tertulis secara jelas dalam kurikulum. Meskipun pembelajaran beladiri dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia hanya berkisar satu sampai dua kali pertemuan dalam satu semester, hal ini menarik para peneliti untuk melakukan penerapan berbagai model/pendekatan pembelajaran beladiri sesuai dengan jenjang pendidikan. Berdasarkan artikel-artikel jurnal yang ditemukan, peneliti melihat bahwa pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga menggunakan gaya mengajar dari Mosston, model-model pembelajaran umum, dan model pembelajaran khusus yang menekankan pada pembentukan karakter. Gaya-gaya mengajar Mosston yang digunakan meliputi gaya mengajar *Guided Discovery*, latihan, inklusi, dan resiprokal. Model-model pembelajaran umum yang sering diteliti meliputi model pembelajaran kooperatif, *direct instruction*, individual, kelompok dan berpasangan. Sedangkan model/pendekatan/metode khusus yang diteliti meliputi model bermain, metode berbasis multimedia, senam pencak silat, serta pembentukan karakter dalam pencak silat. Secara lengkap dapat dilihat dalam tabel 3.



**Tabel 4.2. Ikhtisar Artikel-artikel Jurnal Nasional**

No.	Tahun	Penulis	Jenis Beladiri	Variabel	Model Pembelajaran
1	2013	Kadek Yasa	Pencak silat	Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe GI	Model pembelajaran kooperatif tipe GI
2	2013	Bayu Iswana, Siswantoyo	Pencak silat	Model latihan keterampilan gerak pencak silat anak usia 9-12 tahun.	Model bermain
3	2013	Ni Luh Putu Spyanawati	Pencak silat	Pengaruh Gaya Mengajar Guided Discovery Dan Tingkat Motor Educability	Gaya Mengajar Guided Discovery Dan Tingkat Motor Educability
4	2014	Meidiansyah	Pencak silat	Pengaruh model pembelajaran	Model individual dan kelompok
5	2014	I Gst. Pt Agus Yogaswara, I Gusti Lanang Agung Parwata, I Ketut Semarayasa	Pencak silat	Penerapan model pembelajaran kooperatif	Model pembelajaran kooperatif tipe Group Investigation (GI)
6	2014	Hudi Sansoto, Sasmita christina	Pencak silat	Penerapan Model Pembelajaran Direct Instruction	Model Pembelajaran Direct Instruction
7	2014	Hendra Lesmana	Pencak silat	Peningkatan keterampilan melalui model pembelajaran kelompok dan berpasangan .	Model pembelajaran kelompok dan berpasangan .
8	2014	Widiastuti	Pencak silat	Hasil belajar keterampilan dan kognitif	Pendekatan permainan
9	2016	I Ketut Mudita	Pencak silat	Meningkatkan motivasi melalui model pembelajaran kooperatif tipe TAI	Model pembelajaran kooperatif tipe TAI
10	2016	Gustom Azmi Agam,	Pencak silat	Pengaruh gaya mengajar <i>guided discovery</i>	Gaya mengajar guided

		Setya Rahayu, Achmad Rifai		pendekatan metode bagian	discovery pendekatan metode bagian
11	2016	Riyan Jaya Sumantri , Sulaiman, Nasuka	Pencak silat	Pengaruh gaya mengajar latihan mengguakan media audio visual	Gaya mengajar latihan mengguakan media audio visual
12	2016	Rizki Aminudin	Pencak Silat	Pengaruh gaya mengajar terhadap pembelajaran pencak silat	Gaya mengajar inklusi dan resiprokal
13	2016	Tatang Muhtar, Ayi Suherman, Asep Kurnia Jayadinata	Pencak silat	Pendapat para siswa	Penerapan model pembelajaran pencak silat berbasis karakter dan konvensional
14	2017	Widiastuti, Ira Fhitriani	Pencak silat	pengembangan inodel pembelajaran senam pencak silat	Model pembelajaran senam pencak silat
15	2017	Agung Moh Fajari, Hendi Suhendi	Pencak silat	Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw	Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw
16	2017	I Made Sukma Satriana, Ketut Budaya Astra, Ni Luh Putu Spyanawati	Pencak silat	Implementasi Kooperatif Stad	Model pembelajaran Kooperatif STAD
17	2017	Heru Pratama, Victor G. Simanjuntak. Edi Purnomo	Pencak silat	Peningkatkan Teknik Dasar Tendangan Sabit Melalui Metode Resiprokal	Metode Resiprokal
18	2017	Sumarjo	Pencak silat	Peran seni beladiri di sekolah dan universitas	Pencak silat pembentuk karakter
19	2018	Ryo Agung Waskita, Rina Fiati,	Pencak Silat	Teknik-teknik Pencak silat	Metode Berbasis Multimedia (Andorid)



		Alif Catur Murti			
20	2018	Awan Hariono	Pencak silat	Pembelajaran teknik dasar	Model bermain

## B. Pembahasan

Pembelajaran beladiri yang lebih menekankan pada aspek budaya, terutama melihat beladiri sebagai suatu kesenian yang timbul untuk mempertahankan/membela diri terhadap berbagai ancaman dan bahaya. Beladiri berkembang dan dikembangkan oleh budaya lokal menjadi sebuah karya seni beladiri. Karya seni ini telah berkembang menjadi sebuah fungsi untuk meningkatkan kondisi fisik/badan seseorang, hubungan sosial, perdagangan, kerjasama, dan akulturasi budaya. Beladiri muncul untuk mengimbangi dominasi pemahaman dualis pikiran / tubuh yang berkembang pada pendidikan saat ini (Brown & Johnson, 2000). Seni beladiri adalah bentuk pertandingan kuno, dimodifikasi untuk olahraga dan olahraga modern (Woodward, 2009). Beladiri memiliki nilai potensial untuk digunakan dalam pendidikan jasmani karena menawarkan berbagai alternatif yang berhubungan dengan diri sendiri dan dunia (Brown & Johnson, 2000).

Pembelajaran beladiri yang lebih menekankan aspek olahraga juga ditemukan dalam beberapa artikel-artikel penelitian. Sebagai contoh beladiri pencak silat yang telah beralih ke olahraga dalam bentuk pertandingan. Beladiri memiliki keunikan pergerakan tubuh yang selaras dengan pengembangan mental spiritual seperti karakter, perasaan, pengobatan dan sebagainya. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa pada beladiri pertandingan sifat dan cirinya telah memperlihatkan adanya tuntutan olahraga yang berkitab pada perlunya pengembangan program pelatihan tertentu (Shapie, Oliver, O'Donoghue, Tong, 2013). Sebagai contoh, beladiri Karate dapat dianggap sebagai olahraga yang mempromosikan kesehatan, pendidikan, dan pengaturan rehabilitasi (Mastnak, 2016). Selain itu, beladiri karate juga memperlihatkan optimalisasi kualitas kinerja kemampuan motorik dasar dan spesifik yang diperlukan para atlet muda untuk pertandingan (Jukić, Čavala, Katić, Zagorac, Blažević, 2017). Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa pertandingan beladiri yang kompetitif dicirikan oleh respon aerobik dan anaerobik yang tinggi (Aziz, Tan, & Teh, 2002).

Pembelajaran beladiri juga diarahkan untuk pengembangan berbagai aspek diri siswa. Hal ini tentunya pengembangan bukan hanya pada aspek fisik semata tetapi juga aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Hal ini masih menjadi bahan penelitian yang menarik tentang adanya kemungkinan efek dari keterlibatan dalam beladiri terhadap aspek psikologis-sosial (Vertonghen & Theeboom, 2010). Beladiri dalam bentuk pendidikan telah memenuhi kebutuhan psikologis dan tubuh sebagai sebuah alat untuk pencerahan dan kebijaksanaan dalam aspek spiritual (Cynarski, Obodyńsk, Zeng, 2012). Pelatihan beladiri telah memperlihatkan adanya interaksi dan implikasi dalam mengembangkan pengaturan diri siswa (Lakes & Hoyt, 2002). Manfaat lain dari beladiri selain kesehatan adalah keseimbangan dan kesejahteraan psikologis sehingga dapat

mengurangi agresivitas dan membantu rehabilitasi dari kekerasan (Woodward, 2009).

Pengembangan pembelajaran beladiri sebaiknya diarahkan pada model-model pembelajaran yang berbasis konstruktivistik. Hal ini karena *constructivist perspective* merupakan teori belajar yang menekankan pada pengalaman siswa, tidak semata pengetahuan kognitif (Heinich, 1996:17). Sebagai contoh, pembelajaran beladiri pencak silat membutuhkan model pembelajaran yang dapat mengembangkan keterampilan motorik siswa sehingga pendekatan permainan dapat meningkatkan hasil belajar siswa (Widiastuti, 2014). Selain itu, model pembelajaran berbasis karakter yang diterapkan dalam pembelajaran pencak silat dapat dipilih sebagai salah satu pendekatan dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar agar tidak konvensional yang hanya berorientasi pada seni beladiri dan aspek olahraga (Muhtar, Suherman, & Jayadinata, 2016).



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dalam artikel, jurnal Internasional dapat disimpulkan ada tiga (3) tipe model/pendekatan pembelajaran beladiri yang digunakan dalam pendidikan jasmani dan olahraga, yaitu: model/pendekatan pembelajaran beladiri yang lebih menekankan pada aspek-aspek budaya, model/pendekatan yang lebih menekankan pada aspek-aspek olahraga, model/pendekatan yang lebih menekankan pada pengembangan aspek-aspek siswa. Sedangkan, pada artikel jurnal Nasional, pembelajaran beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga menggunakan gaya mengajar dari Mosston, model-model pembelajaran umum, dan model pembelajaran khusus yang menekankan pada pembentukan karakter.

#### B. Saran

Pembelajaran beladiri berarti usaha mengkondisikan peserta didik agar siswa dapat belajar beladiri dan mencapai kompetensi yang ingin dicapai yang memenuhi kompetensi dalam aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Berbagai hal inilah yang sangat menarik untuk diteliti dengan variasi hal yang bisa dipelajari maka sangat mempengaruhi metode maupun model penyampaian materinya sehingga mempengaruhi variasi obyek dan jenis.

## DAFTAR PUSTAKA

- C.A. Bucher, *Foundation of Physical Education*. St. Louis: C.V. Mosby Company, 1995
- M. Mosston and S. Ashworth, *Teaching Physical education*. New York: Macmillan Publishing Company, 1992.
- M. Mosston and S. Ashworth, *Teaching Physical Education 4th Ed*. New York: Macmillan College Publishing, 1994.
- M. W. Metzler, *Instructional Models for Physical Education*. Massachusetts: Allyn and Bacon, A Person Education Company, 2000.
- M. Theeboom and P. De Knop, "Asian martial arts and approaches of instruction in physical education," *European Journal of Physical Education*, vol. 4, no. 2, pp. 146-161, 1999.
- R. A. Merriyana, "Meta analisis penelitian alternatif bagi guru," *Jurnal Pendidikan Penabur*, vol. V, no.06, June 2006.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2005.
- M. B. Miles and A. M. Huberman, *Qualitative data analysis*. London: Sage, 1984.
- D. Brown and A. Johnson, "The social practice of self- defense martial arts: applications for physical education," *Quest*, vol. 52, no.3, pp.246-259, 2000.
- T. W. Woodward, "A review of the effects of martial arts practice on health," *Wisconsin Medical Journal*, vol. 108, no. 1, pp. 40-43, 2009.
- M. N. M. Shapie, J. Oliver, P. O'Donoghue, and R. Tong, "Activity profile during action time in national silat competition," *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 4, no. 1(2), pp. 81-86, 2013.
- W. Mastnak, "Karate: interdisciplinary perspectives and benefits for health. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 7, no. 2(2), pp. 127-132, 2016.
- J. Jukić, M. Čavala, R. Katić, N. Zagorac, and S. Blažević, "Morphological, motor and technical determinants of fighting efficiency in croatian cadet karate

- athletes,” *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 8, no. 2(2), pp. 127-134, 2017.
- A. R. Aziz, B. Tan, and K. C. Teh, “Physiological responses during matches and profile of elite pencak silat exponents,” *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 1, pp. 147-155, 2002.
- J. Vertonghen and M. Theeboom, “The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review,” *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 9, pp. 528-537, 2010.
- W. Cynarski, K. Obodyńsk, H. Z. Zeng, “Martial arts anthropology for sport pedagogy and physical education,” *Romanian Journal for Multidimensional Education*, vol. IV, no. 2, pp. 129 – 152, August 2012.
- K. D. Lakes and W. T. Hoyt, “Promoting self-regulation through school-based martial arts training,” *Applied Developmental Psychology*, vol. 25, pp. 283-302, 2004.
- R. Heinich, et.al. *Instruction media and technologies for learning*. New Jersey: Englewood Cliffs, 1996.
- Widiastuti, “Using game approach in improving learning outcomes of pencak silat.” *Asian Social Science*, vol. 10, no. 5, pp. 168-172, 2014.
- T. Muhtar, A. Suherman, A. K. Jayadinata, “The development of a character education model through pencak silat teaching in elementary schools. *IJCTA*, vol. 9, no. 35, pp. 165-172, 2016.



# LAMPIRAN

### Pedoman Dokumentasi

No.	Faktor	Deskripsi	kode
1	Penulis		
	1. Nama		
	2. Institusi		
	3. Negara		
2	Jurnal		
	1. Nama Jurnal		
	2. Tahun		
	3. Volume		
	4. Nomor/isu		
5. Halaman			
3	Judul		
4	Tujuan penelitian		
5	Metode penelitian:		
	1. Desain		
	2. Populasi/sampel		
	3. Metode/teknik pengumpulan data		
4. Analisis data			
6	Hasil		
7	Model Pembelajaran		

**Pedoman Dokumentasi**

No.	Faktor	Deskripsi	kode
1	Penulis		
	1. Nama	Mohamad Nizam Mohamed Shapie (1&3) Jon Oliver(2) Peter O'Donoghue(2) Richard Tong(2)	
	2. Institusi	1. Faculty of Sports Science & Recreation, Universiti Teknologi Mara (UiTM), Malaysia, 2. Cardiff School of Sport, Cardiff Metropolitan University, United Kingdom, 3. Seni Gayung Fatani Malaysia Association.	
	4. Negara	Malaysia	
2	Jurnal		
	1. Nama Jurnal	Journal of Combat Sports and Martial Arts	
	2. Tahun	2013	
	3. Volume	4	
	4. Nomor/isu	1(2)	
5. Halaman	81-86		
3	Judul	Activity profile during action time in national silat competition	
4	Tujuan penelitian	menggambarkan kegiatan rinci yang terjadi selama pertandingan silat tentang	
5	Metode penelitian:		
	1. Desain	Kualitatif reliabilitas intra-operator.	
	2. Populasi/sampel	2 orang kontestan selama 14 event pertandingan	
	3. Metode/teknik pengumpulan data	Metode reliabilitas intra-operator. Penulis menganalisis semua kegiatan dan sekaligus mengklasifikasikan setiap perubahan gerak dalam satu pertandingan. Dua pengamatan dilakukan terpisah dengan selang waktu 48 jam. Diperlukan praktisi silat yang berpengalaman untuk menganalisa data karena pergerakan eksponen cepat, perlu pemeriksaan lebih dekat. Klasifikasi gerakan itu subjektif dengan pekerjaan yang diklasifikasikan sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh wasit	
4. Analisis data	Pengamatan data yang dihasilkan akan dihitung menggunakan frekuensi, suatu metode pencatatan dalam penelitian observasional di mana peneliti mencatat setiap kejadian yang didefinisikan dengan jelas dalam kerangka		



Contoh Penggunaan Pedoman Dokumentasi

		waktu tertentu. Analisis statistik dilakukan menggunakan Paket Statistik untuk Ilmuwan Sosial, versi 14.0 (SPSS, Chicago, IL).	
6	Hasil	Data tentang sifat kegiatan yang dilakukan dalam periode pertarungan dapat dikombinasikan dengan analisis yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya untuk memberikan penjelasan rinci tentang tuntutan olahraga dan membantu dalam pengembangan program pelatihan khusus. Pendekatan yang digunakan di sini akan berguna untuk diterapkan pada olahraga lain yang pekerjaan dan waktu istirahatnya telah diteliti untuk memberikan pemahaman yang lebih besar tentang jenis dan frekuensi tindakan dalam periode kerja.	
7	Model Pembelajaran	uji independensi chi square	

# Activity profile during action time in national silat competition

Mohamad Nizam Mohamed Shapie<sup>1,3</sup>, Jon Oliver<sup>2</sup>, Peter O'Donoghue<sup>2</sup>,  
Richard Tong<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Faculty of Sports Science & Recreation, Universiti Teknologi Mara (UiTM), Malaysia.

<sup>2</sup> Cardiff School of Sport, Cardiff Metropolitan University, United Kingdom,

<sup>3</sup> Seni Gayung Fateri Malaysia Association.

**Key words:** notational analysis, martial arts, silat

## Summary

**Introduction.** The purpose of the current case study was to describe the detailed activity that occurs during the fight time of a silat bout.

**Material and methods.** A DVD recording of a single international bout was entered into the Focus X<sup>2</sup> system and the system used to identify 14 different types of event performed by the 2 contestants as well as the start and end of action periods. An intra-operator reliability study revealed that the strength of agreement for action was moderate ( $k = 0.44$ ), the athlete performing the action was moderate ( $k = 0.47$ ) and the outcome of an action was fair ( $k = 0.25$ ).

**Results.** A chi square test of independence revealed that the two contest performed a different profile of actions during the bout ( $\chi^2 = 39.8, p < 0.001$ ) with the red contestant performing more kicks and less blocks proportionately than the blue contestant. A chi square test of independence also revealed no significant association between an action performed by a contestant and the previous action that he performed ( $\chi^2 = 7.6, p = 0.108$ ).

**Conclusions.** The data about the nature of the activity performed within fight periods can be combined with the analysis done by previous study to provide a detailed description of the demands of the sport and assist in the development of specific training programmes. The approach used here would be useful to apply to other sports whose work and rest periods have been investigated to give a greater understanding of the type and frequency of action within the work periods.

## Introduction

The requirement and prescription of training programmes for sport requires an understanding of the physiological requirements of the match. Various forms of time motion analyses have been used widely to estimate the nature of specific intermittent high intensity and low intensity activities as they relate to the energy requirements of team sports [1,2,3]. Previous research notated the technique used in defensive and offensive movements such as in mixed-martial arts [4], boxing [5] and Muay Thai [6]. However, there is no research that specifically describes the activity involved in silat that specifically describes the activity that contributes to the physiological demands of this combat sport.

The nature of work periods within any combat sports depends on the frequency, volume and type of the activity being performed. The distribution of fight time and break time has been determined in international silat competition in the previous research [7], which indicated that 62.6% of the match is spent in fight time. In addition, a single match contains 30.0 mean action periods with on average 15.3 s being

performed with break periods averaging 8.4 s. The work to rest ratio of 2:1 in silat might be misinterpreted if people count the action periods performed in silat in the same way as work periods in field games and racket sports are interpreted. The nature of "purposeful movement" in team games [8], rallies in racket sports [9] and action periods in martial arts are very different. Therefore, the objectives of this study are to describe the detail activity that occurs during the fight time of a silat match, especially the profile of technical events.

## Material and methods

### Match analysis

A publicly available video recording of one female silat match from the national silat competition in Malaysia (National Sports Council, Malaysia) was used for the analysis. This was a female final match of class E of the 65-70 kg weight category. Subsequent player motion analysis was carried out using a commercial sports performance analysis software package called Focus X2 (Elite Sport Analysis, Delgity



Bay, Scotland). The system was used to identify 14 different types of event performed by the two female contestants as well as the start and end of action periods.

Video sequences were repeated where necessary and the playback rate was reduced to 50% to allow accurate measurement of each offensive and defensive movement category. The video could be paused and played back frame-by-frame for ease of use. Silat exponent motion was subjectively categorised by an experienced observational analyst for silat competition. Information could be entered into the computer system using a 'Mouse', via representation on the screen of the silat match, and specially designed screen functions for each exponent (red or blue), action and outcome for each activity. The timed list recorded in Focus X2 was exported for processing in excel (Microsoft Excel 2002, Microsoft Corporation, USA). The commencement and completion of each individual action period was recorded and the duration was calculated by spreadsheet programming allowing durations (differences between action period end and start times) to be computed. The frequency, mean duration and percentage of total time were subsequently calculated. An intra-operator reliability study of fights was undertaken to establish the reliability of the method.

#### Motion categories

Silat exponent's motions were coded into 14 different types of categories and were defined as follows:

##### **Punch:**

The punch '*tumbuk*' attack is done by a hand with a closed fist hitting the target. In silat punching is often used to fight the opponent. It can be a straight punch '*tumbuk lurus*' or uppercut '*sauk*' to the exponent body's [10].

##### **Kick:**

The kick '*tendang / terajang*' is an attacking movement which is performed with one leg or two legs simultaneously. A kick can be aimed at any target. It can be front kick '*tendang depan*', side-kick '*depak*' or semi-circular side kick '*tendang lengkar*' [10].

##### **Block:**

The blocking movements begin with the posture position '*sikap pasang*': the exponent stands straight with his hands around his body or close to his chest. Blocking or parrying '*tangkisan*' can be done using arms, elbows and legs with the purpose to block off or striking back at any attack [10].

##### **Catch:**

The catch '*tangkapan*' is done by using the hand to obstruct the opponent from carrying out an attack. The silat exponent is able to prevent himself from being attacked by pointing the attack which he has caught to another direction. A catch which twists or drags the opponent is forbidden. Also, a catch which could break the part which is being held such as the leg and waist is also forbidden. These regulations exist to protect the silat exponent's [10].

##### **Topple:**

There are various ways of toppling down one's opponent. For example, a silat exponent '*pesilat*' can either push, shove

the opponent's back leg from the bag or from the side, shove, hit, kick, strike or punch to make the opponent lose his balance. Every fall is considered valid as long as the silat exponent topples his opponent down without wrestling or he is able to overpower the opponent whom he has brought down [10].

##### **Sweep:**

Swiping '*sapuan*' involves attacking an opponent's leg which are on the ground to unbalance him and bring down to the ground. A silat exponent can perform this attacking movement either with his right or left leg. Hence, front sweep '*sapuan depan*' is done by swinging the leg to the front to push an opponent's front leg, while back sweep '*sapuan belakang*' is carried out by swinging the leg backward to hit the back leg [10].

##### **Evade/Dodge:**

The evade '*elakan*' technique is carried out by silat exponent when he tries to evade an attack. This technique does not require the silat exponent to touch the opponent in fending off the attack. They are many ways of carrying out his defensive movement such as dodging '*gelek*', retreat '*mundur*', evasion to the side '*elak sisi*', bending '*elak serung*', jumping '*lonjak*', ducking '*susup*' and etc. [10].

##### **Self-Release:**

Self-release '*lepas tangkapan*' technique is a technique to unlock any clinch or catch from an opponent [11].

##### **Block and Punch:**

The blocking technique is used to block any hand or leg attack from the opponent and followed by counter attack using the hand to punch the opponent.

##### **Block and Kick:**

The blocking technique is used to block any hand or leg attack from the opponent and followed by counter attack using the leg to kick the opponent.

##### **Block and Sweep:**

The blocking technique is used to block any hand or leg attack from the opponent and followed by counter attack using sweeping technique to the opponent.

##### **Fake Punch:**

An action which a silat exponent intends to confuse the opponent using a fake punch to break his opponent's defensive posture.

##### **Fake Kick:**

An action which a silat exponent intends to confuse the opponent using a fake kick to break his opponent defensive posture.

##### **Others:**

Both silat exponents are either in posture position '*sikap pasang*' or coming close to each other using silat step pattern '*pola langkah*'.

All the activities are considered high intensity except for others which at that time both silat exponents are in low intensity periods.

## Reliability of Observation

The author analysed all the activities and simultaneously classified each change of motion in a single match. Two ob-



servations were done separated by 48 hours. It requires experienced silat practitioners to analyse the data as the movement of both exponents is fast, needing close inspection. The classification of movement was subjective with work being classified according to the instruction given by the referee.

## Statistical analysis

The observation generated data will be frequency counted, a method of recording in observational research in which the researcher records each occurrence clearly defined behaviour within a certain time frame [12]. All the raw data generated by the FOCUS System was exported into Microsoft Excel Spreadsheet and then transferred into SPSS for more detailed analysis. Statistical analysis was conducted using Statistical Package for Social Scientists, version 14.0 (SPSS, Chicago, IL). A chi square test of independence was used to determine if there was a similar profile of actions performed

by the red and blue contestant in the match. An alpha level of ( $p < 0.05$ ) was taken to show statistical significant.

## Results

Table 1 shows the summary of the intra-operator reliability study revealed that the strength of agreement for the actions was moderate ( $k=0.44$ ), the exponent performing the action was moderate ( $k=0.47$ ) and the outcome of an action was fair ( $k=0.25$ ). The action factors used were description of the action, the exponent performing the action and outcome of actions. Each of these reliability results was recorded in Table 1. Table 2 shows the actions performed during the contest and their outcomes in the match. Table 3 shows the frequency profile of actions for the 2 contestants.

A chi square test of independence revealed that the two contest acts performed a different profile of actions during the bout ( $\chi^2 = 74.0, p < 0.001$ ) with the red contestant performing

Table 1. Reliability of silat data (kappa)

Variable	Intra-observer reliability
Action	0.449
Exponent performing the action	0.469
Outcome of actions	0.253

Table 2. Frequency of actions and outcomes recorded during a silat match

Action	Outcome				Total
	Hit elsewhere	Hit Target	Miss Opponent	Not Available*	
Block		14			14
Block and Kick	8		1		9
Block and Punch		1	1		2
Block and Sweep	1				1
Kick	76	13	12		101
Fake Kick				6	6
Punch	4	28	2		34
Fake Punch				3	3
Self-Release		3			3
Topple		1	3	1	5
Sweep	1		4		5
Catch		3	2		5
Dodge				1	1
Others				48	48
Total	90	63	25	127	237

\*Note: Not available - means action that did not count as outcome by observer.  
Others - means low intensity activities.

Table 3. Frequency profile of the 2 contestants

Exponent	Block	Kick	Other*	Total
Blue	5	76	35	116
Red	21	31	69	121
Total	26	107	104	237

\*Note: 'Other' here refers to other activities than block and kick.



more kicks and less blocks proportionately than the blue contestant. A chi square test of independence also revealed no significant association between an action performed by a contestant and the previous action that was performed ( $\chi^2 = 7.6$ ,  $p = 0.108$ ). The red contestant performed 0.34 events per s of fight time while the blue contestant performed 0.33.

## Discussion

Table 2 shows that the 57% of the fight was comprised of kick and punch actions. However, the percentage of punches (82.6%) that hit the target was greater than percentage of kicks (12.9%). The data indicated that national silat exponent needs to be good both at punching and kicking. Even though the frequency of punching is lower than kicking, the high percentage of hitting the target showed that punching is the most successful action for a silat exponent to get a point in competition. Therefore, training should aim to develop punching ability and accuracy. However, it is important to know that any local muscular fatigue experienced during a match maybe more likely to occur in the lower limbs due to the large number of kicks performed in a short period of time. Aziz et al. [13] also suggested that silat exponents possess high levels of anaerobic power capability of the lower body, which is supported by the high frequency of kicks reported in this study.

There were 20.3% of the 237 actions performed by the exponents were classified as *others* actions and would be classified as low-intensity activity. The remaining attacking and defensive actions were classified as high intensity activity. Shapie et al. [7] indicated that average work to rest ratio during a silat match is approximately 2:1. In the present study 79.7% of the actions or activities recorded were considered high intensity but in the real time the duration of low intensity periods maybe greater than high intensity periods that involved in the silat match. It can be assumed that anaerobic sources contribute to the metabolic demands during the work spent performing high intensity activity such as punching, kicking, blocking, dodging, catching, swiping and toppling. During the low intensity activity both of the silat exponents were deemed to be performing low activity actions such as "*sikap pasang*" posture or coming close to each other using silat step pattern "*pola langkah*". Anaerobic sources contribute a major amount of the total energy required during high-intensity burst, thus aerobic metabolic is vital during the low-intensity activity to allow recovery. The aerobic sources contribute to the metabolic demand during the *others* action (low-intensity action) in a round of silat (Table 2). Even though the break periods are the best time for recovery, the low intensity periods contribute to aid both exponents to recover from high intensity actions. Therefore, the aerobic system needs to be specifically developed to help aid recovery during the intermittent activity (e.g. replenish creatine phosphate).

Current study shows that there were significantly different fighting styles between the two exponents. The blue exponent was taller than then red exponent; and she used more kicks and was responsible for 71.0% of the kicks (Table 3) made

during the fight (match won by the blue exponent). The red exponent produced more blocks and less kicks proportionally than blue contestant. The red exponent produced 80.8% for the blocks performed by the two exponents suggests the blue exponent was superior on this technique. The action profiling of both exponents showed that block is a common action in silat for defensive actions and kicking was the common action for striking. It was observed that during the match both of the exponents were good at the catching technique but failed to topple down the opponent. This is because both of the exponents were good in the self-release technique. Furthermore, the blue exponent was using the blocking technique more while receiving an attack from the red exponent which in this study was categorised as a kick technique. Thus, beside from silat techniques the results suggested successful silat exponents tended to demonstrate high upper body isometric strength (catch) and power (punch and block) and superior lower body strength and power (kicks), endurance (repetition of kicks) and speed (kick velocity). Aziz et al. [13] reported that in comparison to judo and taekwondo athletes, the silat exponents have better explosive leg power and comparable ability to perform short duration high-intensity exercise in the lower body, which is similar with the current finding. Moreover, it is advised that exponents should be well trained in understanding the concept of distance in silat while receiving an attack. This is because failure to understand the concept may result in injuries (e.g. using blocking when the exponent should use dodge/evading technique) during the silat match. Thus, the need for limb speed [14] for kicking and punching, better co-ordination to evade strikes and also other factors as aforementioned that influences movement patterns common to silat competition need to be taken into consideration. Therefore, it is important to develop skills that contribute to scoring points besides developing the metabolic systems that involved in silat competition.

## Conclusions

Post-event analysis of hand notation indicates that the prototype system developed for this study can be used to record and evaluate a silat match. This study complemented with those of the broad work and rest study undertaken by Shapie et al. [7]. The current study has provided a great understanding of information for the silat by looking at the activity involved in competition. Both of the exponents performed more high intensity actions than low intensity actions (i.e. the frequency count). However it is important to understand that high intensity actions will contribute more in the score points (i.e. outcome that count) rather than low intensity actions. There is also a range of frequency in attacking and defensive activities used by both of the exponents. The winner (blue exponent) used more kicks than the loser which may reflect greater skill or fitness or both. However, it is still doubtful that these are the only factors that influence the match. It is recommended that future studies determine the full range of activities performed with movement classifications and the variation of strikes that contribute to losing and winning the match.



It is recommended that those developing conditioning elements of training programmes for silat athletes are aware of the frequency and spread of durations of action and rest periods within action periods. The implication from a coaching perspective of the types and frequencies of strikes used would suggest that in training, a large proportion of time needs to be utilised in development of kicking and blocking as well as the conditioning of lower limbs in order to absorb strikes and resist fatigue during a match to being able to defend and counter attack effectively.

There is a limitation of this case study as the findings here only represent one silat match, so the findings cannot be generalised to all silat competition. However, the purpose of this study was to develop a system for monitoring actions during a silat match (and not establishing normative data). Furthermore, the system developed is useful in future study in silat. This was the first study to provide descriptive detailed inter-

mation of a silat match, increasing the knowledge base and providing a methodology that can be used in future research and by coaches. Furthermore, the other sports where the frequency and duration of high intensity activity periods fail to provide sufficient information to fully characterise the demands of the sport.

## Acknowledgments

We would like to thank the Pusat Cemerlang Silat, Malaysia for volunteering for the study especially to Master Mohd Shahid Elias. We also like to thank Grandmaster Aminuddin Anuar and Master Salehuddin Abdul Wahab from Pertubuhan Seni Gayung Fatani Malaysia for their support in this study. Special thanks to Ministry of Higher Education Malaysia (SLAI scheme) for the financial support for this research.

## References

1. Davidson A, Trewartha G. Understanding the physiological demands of netball: a time motion investigation. *Int J Perform Anal Sport*. 2008; 8: 1-17.
2. King SM, O'Donoghue PG. The activity profile of men's gaelic football. *Int J Perform Anal Sport (e)*. 2003; 2(2): 130-144.
3. O'Donoghue P, Rudkin S, Bloomfield J, et al. Repeated work activity in English FA Premier League soccer. *Int J Perform Anal Sport-e*. 2005; 5(2): 46-57.
4. Williams N, O'Donoghue PG. Techniques used in mixed-martial arts competition. In: Dancs H, Hughes M, O'Donoghue PG, editors. *Performance Analysis of Sport 7*. 23rd-26th August 2006, Szombathely, Hungary. Cardiff: CPA UWIC Press; 2006, 369-375.
5. Hughes M, Franks, I. *Notational analysis of sport*. London: E & FN Spon; 1997.
6. Harris RA. A hand notation system designed to record strike type and strike frequencies in Muay Thai (Thai boxing). University of Wales Institute, Cardiff. Unpublished Thesis: 2005.
7. Shapie MNM, Oliver J, O'Donoghue PG, Tong R. Distribution of fight and break time in international Silat competition. In: Hokelmann, A. and Brummond, M, editors. *Performance Analysis of Sport VIII*. 3rd – 6th September 2008. Magdeburg, Germany. CD: 2008, 667-672.
8. Bloomfield J, Polman R, O'Donoghue PG. The 'Bloomfield Movement Classification': Motion analysis of individual players in dynamic movement sports. *Int J Perform Anal Sport (e)*. 2004; 4(2):20-31.
9. Richers TA. Time-motion analysis of the energy systems in elite and competitive singles tennis. *J. Hum. Mov. Stud.* 1995; 28: 73-86.
10. Anuar AW. *Teknik dalam seni silat melayu [In Malay] (Technique in Silat Melayu)*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka; 1992.
11. Anuar AW. *Silat olahraga: The art, technique and regulations*. 2nd ed. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka; 1993.
12. Thomas JR, Nelson JK. *Research methods in physical activity*. 4th ed. Champaign, IL: Human Kinetics; 2001.
13. Aziz A, Tan B, Teh KC. Physiological responses during matches and profile of elite pencak silat exponents. *J. Sports Sci. Med.* 2002; 1:147-155.
14. Schepens B, Willems PA, Cavagna GA. The mechanics of running in children. *J. Physiol.* 1998; 509(3):927-940.

### Address for correspondence:

Mohamad Nizam bin Mohamed Shapie (Dr.)  
Faculty of Sports Science & Recreation, Academic Building No.3,  
Universiti Teknologi MARA (UiTM), 40450 Shah Alam, Selangor, Malaysia  
e-mail: nizam7907@salam.uitm.edu.my, tel: +603-5544 2928, fax: +603 5544 2910

Received: 17.03.2013

Accepted: 12.06.2013



**Pedoman Dokumentasi**

No.	Faktor	Deskripsi	kode
1	Penulis		
	1. Nama	RIZKI AMINUDIN	
	2. Institusi	DOSEN PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FKIP – UNIVERSITAS SINGAPERBANGSA KARAWANG	
	3. Negara	Indoensia	
2	Jurnal		
	1. Nama Jurnal	JURNAL PENDIDIKAN UNSIKA	
	2. Tahun	Volume 4 Nomor 1, Maret 2016	
	3. Volume	4	
	4. Nomor/isu	1	
	5. Halaman	107-118	
3	Judul	PENGARUH GAYA MENGAJAR DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR TEKNIK TENDANGAN DEPAN CABANG PENCAK SILAT PADA SISWA SMPN 5 KARAWANG	
4	Tujuan penelitian	mengetahui Pengaruh Gaya Mengajar dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Tendangan Depan	
5	Metode penelitian:		
	1. Desain	eksperimen	
	2. Populasi/sampel	Pengambilan sampel menggunakan teknik acak rumpun (Cluster Random Sampling) dengan cara diundi dari 7 kelas yang berjumlah 280 siswa diambil sampel 2 kelas sebanyak 102 siswa.	
	3. Metode/teknik pengumpulan data	eksperimen	
	4. Analisis data	Penelitian menggunakan metode eksperimen yang melibatkan variabel bebas yaitu gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar teknik tendangan depan.	
6	Hasil	Penelitian ini menyimpulkan bahwa: 1. Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar resiprokal dan hasil belajar tendangan depan. 2. Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar inklusi dan hasil belajar tendangan depan. 3. Terdapat hubungan positif antara motivasi	

## Contoh Penggunaan Pedoman Dokumentasi

		<p>belajar dan hasil belajar tendangan depan,</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Terdapat hubungan positif antara motivasi belajar dan hasil belajar tendangan depan,</li><li>5. Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar, motivasi belajar secara bersama-sama terhadap hasil belajar Tendangan Depan. Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa siswa yang diberikan gaya mengajar inklusi memiliki hasil lebih tinggi dibandingkan jika diberikan gaya mengajar resiprokal.</li></ol> <p>Dengan demikian diharapkan agar para guru atau guru pendidikan jasmani memiliki pemahaman dan wawasan yang luas tentang gaya mengajar inklusi. Karena dengan pemberian gaya pengajaran yang tepat dapat menciptakan pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan pada siswa.</p>	
7	Model Pembelajaran	gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal, serta belajar tehnik tendangan	



**PENGARUH GAYA MENGAJAR DAN  
MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR TEKNIK  
TENDANGAN DEPAN CABANG PENCAK SILAT  
PADA SISWA SMPN 5 KARAWANG**

**RIZKI AMINUDIN**

*aminudin.rizki@gmail.com*

**DOSEN PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FKIP – UNIVERSITAS SINGAPERBANGSA KARAWANG**

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Gaya Mengajar dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Tendangan Depan. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 5 Karawang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Pengambilan sampel menggunakan teknik acak rumpun (*Cluster Random Sampling*) dengan cara diundi dari 7 kelas yang berjumlah 280 siswa diambil sampel 2 kelas sebanyak 102 siswa. Penelitian menggunakan metode eksperimen yang melibatkan variabel bebas yaitu gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar teknik tendangan depan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar resiprokal dan hasil belajar tendangan depan. (2) Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar inklusi dan hasil belajar tendangan depan. (3) Terdapat hubungan positif antara motivasi belajar dan hasil belajar tendangan depan, (4) Terdapat hubungan positif antara motivasi belajar dan hasil belajar tendangan depan, (5) Terdapat hubungan positif antara gaya mengajar, motivasi belajar secara bersama-sama terhadap hasil belajar Tendangan Depan. Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa siswa yang diberikan gaya mengajar inklusi memiliki hasil lebih tinggi dibandingkan jika diberikan gaya mengajar resiprokal. Dengan demikian diharapkan agar para guru atau guru pendidikan jasmani memiliki pemahaman dan wawasan yang luas tentang gaya mengajar inklusi. Karena dengan pemberian gaya pengajaran yang tepat dapat menciptakan pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan pada siswa.

*Kata Kunci: Motivasi Kemampuan, Tendangan Depan*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan dan mementingkan suatu proses dan hasil. Dalam keseharian manusia selalu bergerak hal ini disebabkan oleh berbagai tuntutan kebutuhan kehidupan baik secara fisik-psikologis maupun sosial-psikologis. Sebagai seorang pengajar kita harus mengetahui karakter, watak seorang peserta didik karena dengan kita mengetahui karakter dan watak peserta didik sehingga kita akan tahu perlakuan apa yang akan diberikan kepada peserta didik.



Banyak siswa siswi yang tidak bisa melakukan tehnik tendangan depan, mereka tidak mau melakukannya karena tendangan depan tidak semua guru olah raga menyampaikan meteri pencak silat padahal pencak silat tersebut termasuk kedalam kurikulum penjas, jadi hal terpenting dari tendangan adalah pada saat melakukan gerak dasar tendangan. Berdasarkan hal tersebut dalam penelitian ini penulis akan meneliti mengenai gaya mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan tehnik tendangan depan. Berdasarkan uraian diatas maka saya selaku penulis, akan melakukan penelitian mengenai tehnik tendangan depan dengan menggunakan gaya mengajar tersebut untuk pada siswa smp yang mengambil mata pelajaran penjas dengan membandingkan mana yang lebih baik dari dua bentuk gaya mengajar antara gaya mengajar resiprokal dan inklusi (cakupan).

Pengajaran dalam pendidikan jasmani dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama adanya rumusan tujuan pengajaran yang mengandung harapan tentang perubahan perilaku yang diharapkan. Tujuan itu merupakan titik awal dari keseluruhan proses. Kedua adanya materi atau substansi pengajaran. Materi ini berisi tugas-tugas gerak, aktifitas jasmani yang yang direncanakan untuk dilaksanakan oleh siswa. Dengan adanya pengalaman tersebut, diharapkan terjadi perubahan. Ketiga adanya metode dan strategi, materi disajikan dan siswa diantarkan untuk mengalami perubahan. Keempat adanya evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak perubahan yang terjadi pada siswa

## LANDASAN TEORI

### Tendangan Depan Pencak Silat

Berdasarkan hasil munas PB IPSI (1994: 5) tendangan depan sebagai salah satu bentuk serangan yang menggunakan kaki/tungkai adalah tendangan yang paling mudah dilakukan. Dalam melakukan teknik tendangan depan hal yang perlu diperhatikan adalah sikap kuda-kuda dan bentuk perkenaan ujung kaki. Adapun sikap untuk melakukan tendangan depan bisa berbagai posisi kuda-kuda yaitu sikap kuda-kuda tengah dan sikap kuda-kuda depan. Sikap kuda-kuda yang digunakan sebelum melakukan tendangan depan berfungsi untuk menjaga kestabilan serta memungkinkan untuk dapat bergerak dengan cepat. Pergerakan yang cepat itu didapat dengan meninggikan berat badan dan berupaya agar titik berat badan tidak berada pada satu garis lurus searah dengan gravitasi bumi. Sedangkan tendangan depan, dilihat dari arah lintasannya menurut Januarto (1989: 5) adalah serangan dengan menggunakan tungkai kaki dengan posisi tegak vertikal kearah lawan.

Adapun gerakan dari tendangan depan adalah sebagai berikut: (1) Posisi kaki kuda-kuda depan (salah satu kaki berada ada posisi kiri di depan/kanan didepan). (2) Luruskan yang ditekuk dengan kecepatan penuh dibantu gerakan dorongan pinggul.(3) Saat mengenai sasaran pangkal ujung kaki ditekuk dan dikontraksikan. (4) Setelah mengenai sasaran secepat mungkin ditarik kembali keposisi kaki kuda-kuda depan. Ketika melakukan tendangan depan otot-otot penggerak utama fleksi tungkai atas tidak terlalu besar peranannya karena gerakan sudah dibantu oleh tolakan kaki kelantai. Oleh sebab itu, karena gerakan-gerakan tersebut tidak sepenuhnya dilakukan oleh otot-otot penggerak utamanya maka tidak dilakukan pengukuran terhadap ototnya.



Faktor-faktor yang dapat meningkatkan kemampuan tendangan depan adalah reaksi dasar teknik-teknik pencak silat. Dimana hal tersebut berdasarkan dari konsentrasi otak, koordinasi mata melihat sasaran dan lawan, dan kelentukan sendi yang berperan dan kekuatan, kecapatan dalam pencapaian hasil tendangan depan. Bagian pinggul atau sendi pinggul pada tendangan depan yang letaknya kurang lebih pada pusat badan manusia dan pergerakannya memainkan peranan utama dalam melancarkan berbagai bentuk teknik-teknik tendangan. Tenaga kuat dapat diciptakan oleh bagian bawah badan terutama dengan sendi pinggul sehingga dapat menambah tenaga badan bagian atas disamping sebagai sumber kekuatan. Adanya kelentukan pada pinggul memberikan pengaruh terhadap kestabilan guna mendapatkan posisi yang tepat pada waktu melakukan tendangan terutama tendangan depan. Yang harus di perhatikan: (a) Sikap Pandangan. (b) Sikap Lengan. (c) Sikap Badan. (d) Sikap Tungkai

### **Gaya Mengajar Resiprokal**

Didalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar seorang pengajar mempunyai wewenang penuh dalam menentukan gaya mengajar yang akan dipergunakan dalam menyajikan materi ajar. Sudah barang tentu gaya mengajar yang dipakailharus dipilih yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan materi yang akan diberikan. Gaya mengajar resiprokal merupakan salah asatu tipe gaya pembelajaran dalam pendidikan jasmani, gaya resiprokal inipada dasarnya menerapkan teori umpan balik atau feed back. Dalam gaya mengajar ini para peserta didik menerapkan formasi berpasangan yang dimana satu peserta didik menjadi pelaku satu peserta didik lain menjadi pengamat, dan memberikan umpan balik setelah itu. Samsudin (2008: 33)

Gaya mengajar dalam bentuk formasi berpasangan, Susilo dan Mukholid (1994: 1) mengatakan: Pengorganisasiannya disebut gaya resiprokal atau timbal balik. Pengorganisasian gaya mengajar cara ini dilakukan secara berepasangan. Setiap anggota dari setiap pasangan ini mempunyai peran masing-masing. salah satu diantara mereka berperan sebagai pelaku sementara yang lainnya berperan sebagai pengamat.

Tugas dari mereka berperan sebagai pelaku adalah melakukan gerakan-gerakan yang diminta pada lembar kerja, sedangkan pengamat adalah memberikan umpan balik kepada pelaku berdasarkan kriteria yang disampaikan oleh pengajar. Teknik umpan balik yang dilakukan oleh pengamat dapat saja diberikan pada saat pelaksanaan secara lengkap oleh pelaku setelah gerakan dilakukan dengan lengkap dan selesai, maka anggota pasangan dapat berganti peran, yaitu pelaku menjadi pengamat, sedangkan yang tadinya pengamat menjadi pelaku. Gaya mengajar resiprokal ini dapat membuat anak menjadi mau berinteraksi dengan temannya sehingga dapat mempermudah jalinan komunikasi dalam melakukan pembelajaran. Dalam hal ini, peran pengajar dalam pembelajaran adalah sebagai berikut: (a) Membuka syarat-syarat awal yang harus dipenuhi sebelum kegiatan dilakukan. (b) Membagikan tugas serta kriterianya masing-masing kepada semua pihak. (c) Mengamati kegiatan pelaku dan pengamat. (d) Menjadi pengamat atas semua kegiatan.



Untuk menghindari tumpang tindih dalam gaya mengajar, pengajar tidak boleh campur tangan terhadap dari pengamat. Beberapa hal khusus yang perlu mendapat perhatian dan pengamat adalah sebagai berikut: (1) Menerima petunjuk mengenai cara melakukan penampilan secara. (2) Benar dari pengajar biasanya diberikan dalam bentuk pemberian kartu petunjuk pelaksanaan. (3) Melakukan pengamatan terhadap penampilan dari pelaku. (4) Membandingkan penampilan yang diamatinya dengan apa yang ditunjukkan di dalam kartu petunjuk pelaksanaan. (5) Menyimpulkan apakah penampilan pelaku sudah benar ataukah masih salah. (6) Memberikan hasilnya kepada pelaku. Hal ini biasanya dilakukan setelah pelaksanaan tugas dianggap selesai.

Munurut Matakupan (1991: 5) gaya mengajar resiprokal pada dasarnya menggunakan landasan teori umpan balik atau feed back. Teori ini beranggapan bahwa informasi tentang hasil belajarnya berdasarkan tindakan yang dilakukan oleh pengamat. Informasi yang menyebabkan perbaikan disebut umpan balik negatif, sedangkan informasi yang justru memantapkan hasil belajarnya disebut umpan balik positif.

### Gaya Inklusi ( Cakupan )

Beberapa pendapat para ahli Husdarta (2000: 30) mengatakan bahwa mengajar inklusi adalah suatu gaya mengajar yang alam pelaksanaannya melalui proses tahapan atau tingkatan yang memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk menilai sendiri kemampuan yang dilakukan dan dipelajari. Tujuan gaya mengajar inklusi adalah membelajarkan siswa pada level kemampuan masing-masing peserta didik. Setiap peserta didik diharuskan terlibat dalam proses pembelajaran ini, karena siswa dapat memilih aktifitas yang mereka anggap mampu untuk melakukannya.

Peran seorang pengajar dalam gaya ini adalah untuk membuat keputusan sebelum pertemuan. Peserta didik membuat keputusan selama pertemuan termasuk keputusan tentang *entry point* untuk mencapai tujuan dengan memilih tahap-tahap pelaksanaannya. Gaya Inklusi (Cakupan) atau gaya peserta didik pilih sendiri merupakan salah satu dari lima (5) strategi mengajar yang tepat untuk olahraga yang mengutamakan prestasi gerak. Gaya cakupan ini memberikan tugas yang berbeda, dalam gaya ini pula peserta didik didorong untuk menentukan tingkat penampilannya, tujuan gaya inklusi (cakupan) menurut Mosston and Asworth (1994: 1) sebagai berikut: (a) Cakupan total dari pelajar. (b) Mengakomodasi yang sebenarnya dari perbedaan individu. (c) Kesempatan memasuki aktivitas dimana seseorang tersebut mampu/dapat. (d) Kesempatan untuk mengambil jalur lain agar sukses dalam aktivitasnya. (e) Pilihan untuk pindah bergerak jika seseorang mengharapkan demikian. (f) Mempelajari pencapaian dirinya dan tujuan dengan hubungan antara aspirasi dengan kenyataan. (g) Mempelajar tugas-tugas khusus. (h) Selanjutnya antar individu dari gaya pertama untuk memilih beberapa alternatif dalam setiap tugas.

### Motivasi Belajar

Motivasi adalah merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual, peranannya yang khas adalah dalam menumbuhkan gairah, merasa senang dan



semangat unruk belajar. Sardiman (2001: 73). Perasaan senang yang timbul ketika melihat penampilan keampuhan olahraga dapat menumbuhkan rasa tertarik dan minat untuk mencoba hal-hal yang dilihatnya. Semangat mencoba akan berlanjut pada gairah atau tekad untuk dapat meraih hasil yang maksimal dari percobaan demi percobaan yang dilakukannya.

Hal tersebut diatas dapat digolongkan pada perilaku tentang belajar karena ada Menurut pendapat Dimiyati dan Mujiono (2002: 97) motivasi belajar merupakan segi kejiwaan yang mengalami perkembangan. Artinya terpengaruh oleh kondisi fisiologis dan kematangan psikologis peserta didik. bila seorang pengajar tidak dapat memotivasi anak didik aka tuga pengajar adalah mencari cara bagaimana agar dapat mendorong peserta didik untuk dapat bangkit dan semangat kemabli dalam kegiatan belajar. Pengajar harus dapat menimbulkan kondisi agar peserta didik selalu merasa membutuhkan dan mau belajar. Hal ini berhubungan dengan minat atau keinginan seseorang pada suatu hal terciptanya kondisi yang demikian akan mendorong peserta didik untuk lebih giat lagi dalam mengikuti proses belajar yang ada. Karena tujuan belajar adalah yang menjadi pedoman pengajar daam memtivasi peserta didik untuk mencapai hasil belajar setinggi-tingginya.

Secara psikologis, terpenuhinya sustu kebutuhan merupakan suatu keberhasilan sementara dari tercapainya suatu tujuan, sebagai ilustrasi peserta didik yang telah berhasil melakukan start pada renangan untuk sementara ia telah merasa puas dengan hasil tersebut meskipun startnya kurang bagus, tetapi setelah itu ia akan mencoba lagi. Motivasi belajar merupakan penggerak kemajuan dan keberhasilan dalam belajar. Motivasi belajar sangat diperlukan oleh para peserta didik. Motivasi belajar penting bagi peserta didik karena dapat mengarahkan dan membangkitkan semangat belajar serta dapat menginformasikan adanya kekuatan dalam proses belajar dan menyadarkan pentingnya belajar. Motivasi dalam diri peserta didik adalah dorongan dari dalam diri peserta didik itu sendiri, dalam kaitannya dengan pembinaan kesegaran jasmani . peserta didik selalu menyukai sesuatu yang berhubungan dengan kepentingan pribadi mereka oleh karena itu pengajar harus dapat memotivasi mereka dengan berbagai daya tarik yang diciptakan pada saat proses belajar berlangsung.

## METODOLOGI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis gaya mengajar, yaitu gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi yang lebih berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar tendangan depan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pegangan bagi para guru pendidikan jasmani, pelatih, Pembina olahraga di masyarakat dalam melaksanakan pembelajaran bagi peserta didik, atlet, maupun peserta olahraga lainnya. Sesuai dengan desain penelitian eksperimen faktorial  $2 \times 2$  maka pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan *analysis of variance* (ANOVA) dua jalur. Namun, sebelum dilakukan analisis maka terlebih dahulu akan dilakukan beberapa pengujian. Pertama dilakukan pengolahan data mentah yang bertujuan untuk mencari rerata, median, modus, simpangan baku, jangkauan, nilai maksimum dan nilai minimum.

Tabel 1  
Rancangan Faktorial 2 x 2

Gaya Mengajar (A) <i>Motivasi belajar (B)</i>	Gaya Mengajar Resiprokal (A <sub>1</sub> )	Gaya Mengajar Inklusi (A <sub>2</sub> )
	<i>Motivasi belajar Tinggi (B<sub>1</sub>)</i>	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub> < A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>
<i>Motivasi belajar Rendah (B<sub>2</sub>)</i>	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> > A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	
Total	A <sub>1</sub> < A <sub>2</sub>	

Keterangan:

- A<sub>1</sub>B<sub>1</sub> = Kelompok peserta didik yang memiliki *motivasi belajar tinggi* diajardengan gaya mengajar resiprokal
- A<sub>2</sub>B<sub>1</sub> = Kelompok peserta didik yang memiliki *motivasi belajar tinggi* diajar dengan gaya mengajar inklusi
- A<sub>1</sub>B<sub>2</sub> = Kelompok peserta didik yang memiliki *motivasi belajar rendah* diajardengan gaya mengajar resiprokal
- A<sub>2</sub>B<sub>2</sub> = Kelompok peserta didik yang memiliki *motivasi belajar rendah* diajar dengan gaya mengajar inklusi
- A<sub>1</sub> = Gaya mengajar resiprokal
- A<sub>2</sub> = Gaya mengajar inklusi.

Untuk menguji hipotesis nol (H<sub>0</sub>), hipotesis statistic di rumuskan sebagai berikut:

- H<sub>0</sub> :  $\mu_{A1} \leq \mu_{A2}$   
H<sub>1</sub> :  $\mu_{A1} > \mu_{A2}$
- H<sub>0</sub> :  $\text{int. } A \times B = 0$   
H<sub>1</sub> :  $\text{int. } A \times B \neq 0$
- H<sub>0</sub> :  $\mu_{A1B1} \leq \mu_{A2B1}$   
H<sub>1</sub> :  $\mu_{A1B2} \leq \mu_{A2B1}$
- H<sub>0</sub> :  $\mu_{A1B2} \leq \mu_{A2B2}$   
H<sub>0</sub> :  $\mu_{A1B2} \leq \mu_{A2B2}$ .



## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data penelitian ini menggunakan tiga jenis variabel, yaitu variabel terikat, variabel bebas, dan variabel atribut. Variabel terikat adalah hasil belajar teknik Tendangan Depan yang diperoleh siswa setelah mengalami proses belajar. Variabel bebas adalah gaya mengajar yang terdiri dari gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal. Variabel atribut adalah motivasi belajar yang terdiri dari kategori motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah.

Setelah mengikuti program pembelajaran dengan menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal, maka diperoleh hasil belajar teknik Tendangan Depan berupa skor (nilai). Motivasi belajar siswa dikatakan variabel atribut karena variabel ini dikendalikan oleh peneliti. Menentukan taraf-taraf variabel atribut adalah dengan cara melakukan tes motivasi belajar dengan cara mengajukan questioner kepada siswa yang termasuk dalam sampel penelitian. Data yang terkumpul dari hasil belajar teknik Tendangan Depan, selanjutnya akan digunakan sebagai bahan analisis. Kumpulan data dari masing-masing kelompok setelah mendapat perlakuan, seperti tercantum dalam Tabel 2 sebagai berikut:

**Tabel 2**  
Rangkuman Data Hasil Penelitian

Tingkat Motivasi Belajar	Gaya Mengajar	
	Inklusi	Resiprokal
Tinggi	$n = 14$ $\bar{X} = 84,33$ $\sum X = 1181$ $\sum X^2 = 101319$ $SD = 11,66$	$n = 14$ $\bar{X} = 65,87$ $\sum X = 922$ $\sum X^2 = 61867$ $SD = 9,27$
Rendah	$n = 14$ $\bar{X} = 69,25$ $\sum X = 969$ $\sum X^2 = 68403$ $SD = 9,89$	$n = 14$ $\bar{X} = 70,24$ $\sum X = 983$ $\sum X^2 = 70247$ $SD = 9,53$
Total	$n = 28$ $\bar{X} = 76,79$ $\sum X = 2150$ $\sum X^2 = 169722$ $SD = 13,10$	$n = 28$ $\bar{X} = 68,06$ $\sum X = 1906$ $\sum X^2 = 132114$ $SD = 9,49$

Setelah ada hasil penelitian teruji normalitas dan homogenitasnya, maka persyaratan uji analisis varians. Pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis varians dua arah. Perhitungan lengkap dapat dilihat pada Tabel 3.



**Tabel 3**  
**Rangkuman Analisis Varians Dari Perbedaan Hasil Belajar Teknik**  
**Tendangan Depan Antara Gaya Mengajar Inklusi**  
**Dengan Gaya Mengajar Resiprokal**

Sumber Variansi	Db	JK	RK=JK/db	Fh=RK/RKD	Ft
Antar Baris (b)	1	401.79	401.79	3.91	2.83
Antar Kolom (k)	1	1067.02	1067.02	10.39	2.83
Interaksi (bxk)	1	1323.30	1323.30	12.89	2.83
Dalam	52	5338.40	102.66	---	---
Total Direduksi	55	8130.51	---	---	---

Keterangan :

- JK = Jumlah Kuadrat  
 dk = Derajat Kebebasan  
 RJK = Rata-rata Jumlah Kuadrat  
 F<sub>h</sub> = Harga F Hitung  
 F<sub>t</sub> = Harga F Tabel.

**1. Perbedaan Hasil Belajar Teknik Tendangan Depan Antara Kelompok yang diajar dengan Gaya Mengajar Inklusi dengan Kelompok yang diajar dengan Gaya Mengajar Resiprokal Secara Keseluruhan.**

Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ , diperoleh secara keseluruhan, terdapat perbedaan yang nyata antara pemberian gaya mengajar inklusi dan pemberian pembelajaran dengan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar teknik tendangan depan.

Dari hasil perhitungan menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar teknik Tendangan Depan dengan menggunakan gaya mengajar inklusi memiliki nilai rata-rata ( $\bar{X} = 76,79$ ) dengan simpangan baku ( $S = 13,10$ ) lebih tinggi dari hasil belajar teknik tendangan depan setelah diajar dengan gaya mengajar resiprokal, skor rata-rata ( $\bar{X} = 68,06$ ) dan simpangan baku ( $S = 9,49$ ). Adapun dari hasil penghitungan ANOVA didapatkan  $F_0$  sebesar 10,39. Nilai ANOVA ini lebih besar dibandingkan dengan nilai  $F_t = 2,83$ . Ini berarti hipotesis penelitian menyatakan bahwa secara keseluruhan hasil belajar teknik tendangan depan dengan menggunakan gaya mengajar inklusi lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal.

Hal ini pun dibuktikan kembali dengan hasil uji lanjut dalam analisis varian ANOVA dengan menggunakan uji Tuckey dengan hasil tercantum dalam Tabel 4.

**Tabel 4**  
**Perbandingan Kelompok Pemberian Gaya Mengajar Inklusi dan Gaya Mengajar Resiprokal Secara Keseluruhan**

No	Kelompok yang dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel</sub>	Keterangan
1	P <sub>1</sub> dengan P <sub>2</sub>	4,56	4,36	Signifikan

Keterangan:

P<sub>1</sub> = Kelompok dengan pemberian Gaya Mengajar Inklusi secara keseluruhan

P<sub>2</sub> = Kelompok dengan pemberian Gaya Mengajar Resiprokal secara keseluruhan.

Kelompok dengan pemberian gaya mengajar inklusi secara keseluruhan (P<sub>1</sub>) dibanding dengan kelompok dengan pemberian pembelajaran dengan menggunakan gaya mengajar gaya resiprokal secara keseluruhan (P<sub>2</sub>) diperoleh Q<sub>o</sub> = 4,56 dan Q<sub>t</sub> = 4,36. Dengan demikian Q<sub>o</sub> lebih besar dari Q<sub>t</sub>, sehingga H<sub>o</sub> ditolak. Simpulan, bagi siswa yang diberi perlakuan dengan gaya mengajar inklusi lebih baik daripada kelompok yang diberi perlakuan gaya mengajar resiprokal secara keseluruhan. Hal ini dibuktikan dengan nilai rata-rata kelompok gaya mengajar inklusi ( $\bar{X} = 76,79$ ;  $s = 13,10$ ) lebih besar daripada nilai rata-rata kelompok gaya mengajar resiprokal ( $\bar{X} = 68,06$   $s = 9,49$ ).

## 2. Interaksi antara Pemberian Gaya Mengajar dengan Hasil Belajar Teknik Tendangan Depan

Berdasarkan hasil analisis varian tentang interaksi antara pemberian gaya mengajar dan motivasi belajar terhadap hasil belajar teknik *tendangan depan* terlihat pada tabel perhitungan ANOVA di atas, bahwa harga F<sub>o</sub> interaksi (F<sub>bk</sub>) = 10,39 dan F<sub>tabel</sub> = 2,83. Tampak bahwa fungsi F<sub>hitung</sub> > F<sub>tabel</sub>, sehingga H<sub>o</sub> ditolak. Simpulannya bahwa terdapat interaksi antara pemberian gaya mengajar dan motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar teknik tendangan depan.

Dengan terujinya interaksi tersebut, maka selanjutnya perlu dilakukan uji lanjut. Tujuan uji lanjut adalah untuk mengetahui (1) perbedaan hasil belajar teknik tendangan depan antara pemberian gaya mengajar inklusi dengan pemberian gaya mengajar resiprokal bagi siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi, dan (2) perbedaan hasil belajar teknik tendangan depan antara pemberian gaya mengajar inklusi dengan pemberian gaya mengajar resiprokal bagi siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi. Rangkuman hasil uji lanjut dapat dilihat pada Tabel 5.

**Tabel 5**  
**Rangkuman hasil uji lanjut dengan uji Tukey**

No	Kelompok yang Dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel</sub> ( $\alpha = 0,05$ )	Keterangan
1	P1 dengan P2	4,56	4,36	Signifikan
2	P3 dengan P4	25,50	4,69	Signifikan
3	P5 dengan P6	1,37	4,69	Tidak Signifikan



Keterangan :

- P1 = Kelompok dengan pemberian gaya mengajar inklusi secara keseluruhan  
 P2 = Kelompok dengan pemberian gaya mengajar resiprokal secara keseluruhan  
 P3 = Kelompok motivasi belajar tinggi dengan gaya mengajar inklusi  
 P4 = Kelompok motivasi belajar tinggi dengan gaya mengajar resiprokal.

### 3. Perbedaan Pengaruh Pemberian Gaya Mengajar Inklusi dan Gaya Mengajar Resiprokal bagi Kelompok siswa yang Memiliki Tingkat Motivasi Belajar Tinggi.

Penggunaan gaya mengajar dalam proses pembelajaran teknik tendangan depan memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil belajar teknik tendangan depan pada siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar tinggi. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam ANOVA dengan menggunakan uji Tukey yang hasilnya tercantum dalam Tabel 6.

**Tabel 6**  
**Perbandingan Kelompok Pemberian Gaya Mengajar Inklusi dan Gaya Mengajar Resiprokal pada Kelompok Siswa yang Memiliki Motivasi Belajar Tinggi**

No	Kelompok yang dibandingkan	Qhitung	Qtabel	Keterangan
1	P <sub>3</sub> dengan P <sub>4</sub>	25,50	4,69	Signifikan

Keterangan :

- P<sub>3</sub> = Kelompok siswa dengan Motivasi Belajar Tinggi dengan pemberian Gaya Mengajar Inklusi  
 P<sub>4</sub> = Kelompok siswa dengan Motivasi Belajar Tinggi dengan pemberian Gaya Mengajar Resiprokal.

Kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dengan pemberian gaya mengajar inklusi (P<sub>3</sub>) lebih baik dibanding dengan kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dengan gaya mengajar resiprokal (P<sub>4</sub>) diperoleh  $Q_o = 25,50$  dan  $Q_t = 4,69$ . Dengan demikian  $Q_o$  lebih besar dari  $Q_t$  sehingga  $H_o$  ditolak. Simpulan, bagi siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi, hasil belajar teknik tendangan depan dengan pemberian gaya mengajar inklusi ( $\bar{X} = 84,33$ ;  $s = 11,66$ ) lebih baik daripada pemberian gaya mengajar resiprokal ( $\bar{X} = 65,87$ ;  $s = 9,27$ ).

### 4. Perbedaan Pengaruh Pemberian Gaya Mengajar Inklusi dan Gaya Mengajar Resiprokal bagi Kelompok siswa yang Memiliki Tingkat Motivasi Belajar Rendah.

Penggunaan gaya mengajar dalam proses pembelajaran teknik tendangan depan tidak memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil belajar teknik tendangan depan pada siswa yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam ANOVA dengan menggunakan uji Tukey yang hasilnya tercantum dalam Tabel 7.



Tabel 7  
Perbandingan Kelompok Pemberian Gaya Mengajar Inklusi dan Gaya Mengajar Resiprokal pada Kelompok Siswa yang Memiliki Motivasi Belajar Rendah

No	Kelompok yang dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel</sub>	Keterangan
1	P <sub>5</sub> dengan P <sub>6</sub>	1,37	4,69	Tidak Signifikan

Kelompok perlakuan motivasi belajar rendah dengan pemberian gaya mengajar inklusi (P<sub>5</sub>) dibanding dengan kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dengan gaya mengajar resiprokal (P<sub>6</sub>) diperoleh Q<sub>o</sub> = 1,37 dan Q<sub>t</sub> = 4,69. Dengan demikian Q<sub>o</sub> lebih kecil dari Q<sub>t</sub> sehingga H<sub>0</sub> diterima. Simpulan, bagi siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, hasil belajar teknik *tendangan depan* dengan pemberian gaya mengajar resiprokal ( $\bar{X} = 70,24$ ; s = 9,53) lebih baik daripada pemberian gaya mengajar inklusi ( $\bar{X} = 69,25$ ; s = 9,89).

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka diambil simpulan sebagai berikut:

1. Secara keseluruhan terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil teknik *tendangan depan* pencak silat.
2. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan motivasi belajar terhadap hasil belajar teknik *tendangan depan* pencak silat.
3. Bagi kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi hasil belajar teknik *tendangan depan* silat lebih tinggi bila diajar dengan gaya mengajar inklusi.
4. Bagi kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, hasil belajar teknik *tendangan depan* lebih tinggi bila diajar dengan gaya mengajar resiprokal.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S. (1997). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dimiyati., dan Mujiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Depdikbud, Rineka Cipta
- DISPORA. (1986). *Petunjuk Olahraga Pencak Silat Katagori Tanding*. Jakarta: Dispora
- Hamalik, O. (2006). *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara
- Husdarta. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud
- Januarto. (1989). *Perkembangan Pendidikan Silat Sebagai Cabang Olahraga Prestasi (Diktat Kuliah Pencak Silat FPOK IKIP)*. Jakarta: FPOK IKIP Jakarta
- Matakupan, J. (1991). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Dinas Pendidikan dan Pengajaran DKI

- Mosston, M., and Asworth, S. (1994). *Teaching Physical Education 4*. New York: Mc Millan Collage Publishing Comany Inc.
- Munas IPSI. (1994). *AD/ART IPSI dan Istilah-Istilah teknik pencak silat*. Jakarta: PB IPSI
- Phill Yanuar Kiram, *Belajar Motorik*, Jakarta, : Depdikbud Dikti, PPTK, 1992.
- Prawiroatmojo, D., dkk. (1987). *Teori Belajar*. Jakarta: Depdikbud
- Rusli, L. (2001). *Mengajar Pendidikan Jasmani*, Jakarta: Depdiknas
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Prenada Media
- Sardiman, A. M. (2001). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Srijono, B., dkk. (1984). *Perencanaan Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikdasmen
- Sucipto. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Pencak Silat*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olah Raga Depdiknas
- Sudjana, N. (1989). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Sinar Baru
- \_\_\_\_\_ (1989). *Desain dan Analisis Eksperimen*, Edisi III. Bandung: Tarsito
- Sudjana. (1989). *Metode Statistika*, Bandung: Tarsito
- Sugianto. (1993). *Belajar Gerak*. Jakarta: KONI PUSAT
- Supandi. (1992). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Susili, M. (1999). *Manajemen Sumberdaya Manusia*. Yogyakarta: BPFE
- Susilo, D., dan Mukholid, A. (1994). *Teaching Physical Educatiaon by Muska Musston*, Jakarta: Pascasarjana IKIP Jakarta
- Winarno, S. (1989). *Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar, Metode, dan Teknik*. Bandung: Tarsito
- Yudha, S. M., dan Amung, M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas-Dikdasmen



## Hasil-Hasil Temuan Penting

1. Data tentang sifat dari kegiatan yang dilakukan selama periode pertempuran dapat dikombinasikan dengan analisis yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya untuk memberikan penjelasan rinci tentang tuntutan olahraga dan membantu dalam pengembangan program pelatihan khusus. Pendekatan yang digunakan di sini akan berguna untuk diterapkan pada olahraga lain yang pekerjaannya dan waktu istirahatnya telah dipelajari untuk memberikan pemahaman yang lebih besar tentang jenis dan frekuensi tindakan dalam periode kerja. (Shapie, Oliver, O'Donoghue, Tong, 2013).
2. Sistem psikofisik realisasi diri adalah program pendidikan - sebuah cara yang berhubungan dengan pengembangan spiritual melalui latihan fisik dan mental, menurut pengajaran oleh guru-guru tertentu. Dalam konteks seni bela diri yang digunakan sebagai bentuk pendidikan psiko-pendidikan, tubuh memenuhi, di atas segalanya, peran alat yang akan digunakan dalam perjalanan menuju pencerahan dan kebijaksanaan. Ini digunakan khusus dalam kemajuan spiritual. Oleh karena itu, meningkatkan kemampuan fisik seseorang merupakan perjalanan pertapaan dari kesempurnaan fisik dan pencapaian teknis semua untuk mencapai penguasaan spiritual. Dalam beberapa kasus, perkembangan spiritual dijelaskan dalam bentuk energi (qi, ki) dan terhubung dengan kapasitas kesehatan seseorang. Pemahaman tradisional seni bela diri sering dicampur dengan olahraga tempur atau sistem meditasi diberi nomor di antara bentuk-bentuk gerakan. Kesempatan untuk menghindari kesalahan serupa adalah mengadopsi perspektif teoretis antropologi kemajuan psikofisik. Paradigma pendekatan sistematis dan pandangan integral pada manusia memungkinkan pemahaman tentang perasaan terlibat dalam praktik-praktik asketik dan psikofisik. Nilai-nilai utilitarian dari beberapa seni bela diri menyebabkan, bahwa seni bela diri sangat berguna untuk kurikulum olahraga. Terjun



dan latihan lainnya, unsur-unsur teknik pertahanan diri bermanfaat baik untuk pengajaran yang lebih aman dan kehidupan yang aman di masa depan (Cynarski, Obodyńsk, Zeng, 2012).

3. Ulasan ini mengungkapkan bahwa meskipun sejumlah besar penelitian tentang hasil psikologis sosial dari praktek seni bela diri telah dilakukan selama bertahun-tahun, hingga saat ini, belum membawa kejelasan dalam dualitas yang ada mengenai kemungkinan efek dari keterlibatan seni bela diri (Vertonghen & Theeboom, 2010).
4. Karate dapat dianggap sebagai olahraga yang mempromosikan kesehatan dengan banyak manfaat yang mendorong peningkatan penerapan dalam perawatan kesehatan, pendidikan, dan pengaturan rehabilitasi. Untuk menerapkan Karate lebih jelas bagi individu dengan kerentanan khusus, kebutuhan fisik, dan kondisi medis, penelitian interdisipliner lebih lanjut diperlukan (Mastnak, 2016).
5. Ini menunjukkan bahwa pertandingan seni bela diri yang kompetitif dicirikan oleh respon aerobik dan anaerobik yang tinggi. Dibandingkan dengan karakteristik atletik taekwondo dan elite elite judo, eksponen elit silat memiliki kebugaran aerobik dan kekuatan cengkeraman yang lebih rendah, tetapi kekuatan kaki eksplosif yang lebih besar (lompatan vertikal). Umumnya, mereka juga memiliki kemampuan anaerobik yang serupa dalam kemampuan anaerobik yang lebih rendah tetapi sangat rendah di tubuh bagian atas (Aziz, Tan, & The, 2002).
6. Oleh karena itu, interelasi optimal kualitas kinerja teknik karate, dan tingkat kemampuan motorik dasar dan spesifik sangat ditentukan efisiensi pertempuran atlet karate muda (Josefina Jukić, Marijana Čavala, Ratko Katić, Nebojša Zagorac, Stipe Blažević, 2017).

7. Interaksi Kelompok dan Gender yang signifikan ditemukan untuk pengaturan diri kognitif dan perilaku kelas, dengan anak laki-laki menunjukkan peningkatan yang lebih besar daripada anak perempuan. Penjelasan yang mungkin dari interaksi ini serta implikasi untuk komponen pelatihan seni bela diri untuk pengembangan pengaturan diri pada anak usia sekolah dibahas (Kimberley D. Lakes, William T. Hoyt, 2002).
8. Seni bela diri adalah bentuk pertempuran kuno, dimodifikasi untuk olahraga dan olahraga modern. Partisipasi dalam seni bela diri semakin meningkat, terutama untuk pemuda. Seni bela diri menyediakan latihan yang meningkatkan kesehatan dan bermakna bagi jutaan praktisi. Manfaat dari praktik ini termasuk kesehatan dan keseimbangan yang lebih baik secara keseluruhan, serta meningkatkan rasa kesejahteraan psikologis. Mereka tidak mempromosikan agresi dan dapat digunakan sebagai modalitas pengobatan untuk pemuda yang beresiko kekerasan. Artikel ini memberikan ikhtisar tentang seni bela diri untuk dokter yang dapat mengevaluasi cedera dalam latihan mereka. Dokter mungkin ingin mempertimbangkan merekomendasikan seni bela diri kepada pasien sebagai bentuk latihan yang bermanfaat. Mereka relatif aman dibandingkan dengan banyak olahraga lainnya, dan sebagian besar cedera adalah seni bela diri yang relatif kecil. Risiko dapat dikurangi dengan membatasi paparan siswa yang tidak berpengalaman, serta menggunakan peralatan pelindung, termasuk pelindung mulut, pelindung mata / wajah, tutup kepala, dan bantalan (Thomas W. Woodward, 2009).
9. Pencak silat belajar di sekolah dasar memenuhi persyaratan kurikulum tetapi hanya diadakan dalam kegiatan ekstrakurikuler. Implementasi model ini berorientasi pada nilai-nilai karakter seperti kejujuran, disiplin, tanggung jawab, daya tahan, kerja tim dan religiusitas. Pembelajaran pencak silat konvensional hanya berorientasi pada seni

beladiri dan aspek olahraga. Model pembelajaran pencak silat berbasis karakter berbeda secara signifikan dari pembelajaran konvensional. Model ini terkait dengan kehidupan sehari-hari dan dirancang untuk membimbing siswa menuju pembelajaran yang menyenangkan - misalnya melalui penggunaan gendang. Model pembelajaran berbasis karakter yang diterapkan dalam pelajaran pencak silat dapat dipilih sebagai salah satu pelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar (Tatang Muhtar, Aji Suherman, and Asep Kurnia Jayadinata, 2016).

10. Pelajaran Pencak Silat membutuhkan model pembelajaran motor yang sesuai untuk meningkatkan keterampilan siswa. Pendekatan permainan, sebagai salah satu model pembelajaran motorik, dimaksudkan untuk meningkatkan hasil belajar siswa di kelas Pencak Silat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kuliah Pencak Silat, untuk meningkatkan kinerja siswa, untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang kuliah pencak silat, dan untuk menerapkan pendekatan permainan pada pembelajaran keterampilan dasar Pencak Silat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, yang terdiri dari beberapa tahap seperti perencanaan, pelaksanaan, observasi, laporan dan evaluasi, dan perencanaan ulang. Tahap perencanaan ulang adalah tahap perencanaan untuk siklus berikutnya. Pada siklus pertama dan kedua, siswa belum dapat memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Pada siklus ketiga, peningkatan kinerja siswa telah mencapai target maksimum. Peneliti menemukan bahwa pendekatan permainan mampu meningkatkan hasil belajar siswa Pencak Silat, meningkatkan kreativitas siswa dalam hal pembelajaran motorik, dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Siswa, secara individu atau dalam kelompok, dapat mengeksplorasi dan membuat model pembelajaran motor dengan pendekatan permainan (Widiastuti, 2014).



11. Praktek seni bela diri telah banyak menawarkan pendidikan jasmani. Dalam makalah ini, kami menggunakan teori sosiologi Logic of Practice Pierre Bourdieu untuk menyajikan sebuah kasus yang jika dilihat sebagai praktik sosial. Bentuk-bentuk gerakan ini menghasilkan tertentu. Skema disposisi atau habitus yang spesifik dan praktis dalam praktisi. Kami kemudian mempertimbangkan nilai potensial menggunakan praktek seni bela diri dalam pendidikan jasmani untuk kemampuan mereka untuk menawarkan sekilas pada cara-cara alternatif yang benar berhubungan dengan diri sendiri dan dunia melalui medium fisik yang akan membantu untuk memuji dan mengimbangi dominasi dominan dari pemahaman dualis dari nexus pikiran / tubuh yang saat ini ada dalam pendidikan fisik Barat. (David Brown & Alan Johnson, 2000)

# Instructional Model of Self-defense Lesson in Physical Education: A systematic Review

Nur Rohmah Muktiani  
Faculty of Sports Science  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Yogyakarta, Indonesia  
nur\_rohmah@uny.ac.id

Saryono  
Faculty of Sports Science  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Yogyakarta, Indonesia  
saryono@uny.ac.id

A. Erlina Listyarini  
Faculty of Sports Science  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Yogyakarta, Indonesia  
erlina@uny.ac.id

Soni Nopembri  
Faculty of Sports Science  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Yogyakarta, Indonesia  
soni\_nopembri@uny.ac.id

*Abstract*—the uniqueness of martial arts (self-defense learning) in physical education requires a separate approach and instructional model in order to benefit students and to serve the purpose of physical education. Therefore, this study aims to analyze various research results related to the use of approaches and instructional models of self-defense lesson in physical education program. About 80 research articles from 40 local and 40 international journal articles published online were analyzed. Interactive model (data collection, display, and conclusion/verification) from Miles and Huberman (1984) was used to analyze data in this study. The study found many approaches and instructional models of martial arts or self-defense lesson, which are related to education/pedagogy in physical education in Indonesia and in many other countries. Internationally, there are three types of self-defense instructional models in physical education. They include instructional models that emphasize culture, sports, and students' self-development aspects. Nationally, self-defense learning in physical education uses Mosston's teaching style, general and special instructional models that emphasize character building. Instructional model of self-defense is expected to fulfill competencies from aspects of knowledge, attitudes, and skills.

*Keywords*—martial arts, instructional, physical education

## I. INTRODUCTION

Physical education learning has undergone rapid development. Numerous studies were conducted and ideas were invented to create a more creative and attractive physical education learning that serves the original purpose of physical education [1]. A paradigm shift in education purpose has been followed by the change in physical education purpose. This shifting phenomenon has apparently affected the development of learning approach to physical education. Therefore, physical education learning and purpose should be harmonious. Historically and philosophically, physical education has developed in the world and in Indonesia. To this day, people are still arguing over the science of physical education itself. In some countries, physical education has become an excellent national program that benefits people. Physical education has formally been part of Indonesian school curriculum. However, people's mixed up understanding of physical education, sports, recreation, physical activities, and health makes physical education bias in the eyes of our communities.

Learning in physical education has been developed from Sweden and Germany gymnastics systems. Both systems were extensively incorporated in many physical education programs all across the world. However, since the systems were more teacher-centered, students were mainly followers of their teachers with an end goal of mastery over all materials. Such phenomenon existed since past physical education focused primarily on gymnastics learning materials. As teaching materials changed from gymnastics to sport-based physical education, new teaching methods emerged in 1960s [2-3]. Since then, numerous new methods in teaching physical education have arisen and are currently known as teaching strategies that include task/station teaching, reflective teaching, partner teaching, team teaching, and inquiry-based teaching [4].

One of materials in physical and sport education is martial arts or self-defense learning. Martial arts appear in many Asian countries. Of all types of martial arts, *pencak silat*, originating from Indonesia, becomes one of the most popular types of sport in Southeast Asia. Indonesian *pencak silat* has become worldwide Google trending search in 18 countries. In addition, martial arts topic happens to be one fascinating topic across the world while, in the survey, Indonesian martial art becomes number 25 most searched topic in 56 countries. *Pencak silat* martial art has developed through many ways including education or school. In schools, *pencak silat* is taught as recommended by 2013 Indonesian national curriculum (K-13) and each school. In the curriculum, martial arts vary in learning. The 2013 Physical Education, Sport, and Health (PJOK) Curriculum has recommended the adoption of various methods, strategies, and models in the process of *pencak silat* martial art learning. Therefore, investigations into various methods and models adopted in teaching martial arts as part of physical and sport education all across the world are needed.

Findings of the studies in Southeast Asia report that the origins of martial arts were characteristically different and that they have three learning approaches namely traditional, efficiency, and sports [5]. In addition, data also indicate the practice of martial arts as part of physical education in schools in several European countries [5]. Referring to various findings of the studies, it becomes necessary to investigate and analyze numerous scientific journal articles about the adoption of martial art learning models from time to time to gather data on the development of martial art



learning models across time. Hence, this study aims at investigating and analyzing the adoption of martial art learning models in physical education studied in numerous scientific articles which have been published in either national or international journals.

## II. METHOD

### A. Research Design

This study performed a Meta-Analysis that is simply an analysis over analyses. As a research, meta-analysis assesses results of previous research studies in similar topic. As a method, meta-analysis was first adopted in the research on health/medication. As the time goes by, meta-analysis as the type and method of a research is adopted to study various problems/topics and to serve any purposes. Meta-analysis is a synthesis of a topic from multiple research results. The synthesis is the basis for drawing conclusion on the topic being studied. This study assessed multiple results of research with similar topic and drew conclusions. A meta-analysis consists of several stages including determining problem or topic of the study, defining research period, gathering research reports on the topic/problem being studied, reading research titles and abstracts, focusing on problems, methods, data analyses, and results, categorizing research results, comparing all results based on their categories, studying research methods and data analyses, and drawing conclusions [6].

### B. Unit Analysis

Analysis unit in this study consists 80 articles presenting ideas and results of research on martial art learning models and published in either national or international journals. Samples were selected using a purposive sampling technique in which topic or theme of the articles should be related to martial arts learning in physical and sport education. Under such requirement, 41 articles comprising 21 international articles and 20 national articles were considered eligible for the study.

### C. Data Collection

The researchers themselves through a self-evaluation process validate human instrument as to what extent the researchers understand qualitative method, theories, and insights into the field of study as well as readiness and provision for field study [7]. After focus of the study is set, simple research instruments were developed in order to complete and compare data being gathered previously. Data were collected using guided documentation technique and according to data source. Primary data are data collected firsthand from the original source to data collector. Primary data in this study include opinions, ideas, and research results from journal articles about martial art learning models in physical and sport education. Data are valid if no difference between the report and the reality being studied is present. To test validity of data, this study conducted a credibility test (internal validity), transferability test (external validity), dependability test (reliability), and confirmability test (objectivity) [7].

### D. Data Analysis

A qualitative data analysis technique using interactive model proposed by Miles and Huberman [8] was applied in

this study. Additionally, Miles and Huberman recommended several activities for data analysis that include data collection, data display, and data conclusion drawing/verification. In research, data reduction is a process to select, to focus, to conceptualize, and to convert raw data in the field notes. In qualitative research, data are displayed in form of brief description, charts, relationship between categories, flowchart, and many more [7]. Meanwhile, conclusion proposed in a qualitative research is considered temporary and will change when stronger supporting evidences are absent from subsequent stage.

## III. RESULTS

### A. Study of Martial Art Learning Model across the World

This research studied 21 journals written by martial arts researchers across the world. The journal documents being studied originated from several international journals from 1990 to 2017. The United States of America began conducting numerous researches on martial art learning and was followed by many other countries including Belgium, China, Spain, Singapore, Mexico, England, Iran, Poland, Canada, and Latvia. Most researchers studied the practice of all types of martial arts, specifically Judo, Taekwondo, Wushu, Karate, and *Pencak Silat*. Some researchers also studied Mixed Martial Arts.

Martial art learning and training being studied were related to various variables covering such aspects of the participants as physical, psychological, and sociological aspects. There was also variable related to the mastery of martial art techniques. In addition, some researchers also studied violence and risk for injury in martial arts. In the context of martial art learning practice, most researchers studied physical education in primary and secondary schools.

Findings from the articles published in several international journals suggest three types of model/approach to martial art learning applied in physical and sport education. The first model is the one emphasizing cultural aspects such as traditional, sociological, social-economical, anthropological, humanist, cultural, multicultural, autoethnographical, and academic approaches. The second model emphasizes such sport aspects as competitive, Leadership Education through Athletic Development (LEAD), N/M/M (Nomometric/ Monitoring/ Multidimensional) approach, and belt color system. Meanwhile, the third model emphasizes student development aspects such as comfort, control, price, self-actualization, and problem-based approaches.

### B. Study of Martial Art Learning Model in Indonesia

From 20 national journals being studied were found more updated findings from researches in 2013-2018 period. Because *pencak silat* obviously listed in the curriculum, researchers in the context of physical and sport education learning often study one type of martial arts. Although being part of physical education, sport, and health subject in Indonesia, martial arts are taught one or two times in one semester. This phenomenon attracts researchers to implement various models/approaches to martial art learning on different education level. According to the journal articles, researchers found the adoption of Mosston's teaching style, general learning models, and special learning model that emphasizes the character building in martial art



learning as part of physical and sport education. The adopted Mosston's styles include the Guided Discovery, exercises, inclusion, and reciprocal styles. The general learning models that are often studied include cooperative, direct instruction, individual, group, and couple of models. Meanwhile, the special models/methods/approaches include playing, multimedia-based method, *pencah silat* gymnastics, and character building in *pencah silat*.

#### IV. DISCUSSION

Martial art learning emphasizing on cultural aspects views martial arts as an art in defending oneself from threats and dangers. Developed by local culture, martial arts become a self-defense art. This artwork has been developed into a function to improve one's physical condition, social connection, trading, partnership, and cultural acculturation. Martial arts emerge to balance the dominance of dualism mind/body in today's education [9]. Martial arts were originally a type of ancient fighting which were modified into sports and modern sports [10]. Martial arts are potentially useful for being incorporated into physical education as they provide alternatives related to oneself and the world [10].

From some of the articles were found martial art learning focusing sport-related aspect. For example, martial arts have been transformed into sports in form of competition. Martial arts show unique body movements which work harmoniously with the development of mental and spiritual aspects such as characters, feelings, medication, and many more. As the characteristics of competitive martial arts demonstrate demands of sport, they require the development of specific training program [11]. For example, karate is considered as one of sports that promotes health, education, and rehabilitation management [12] as well as optimizes the quality of basic and specific motor skill performances needed by young athlete to participate in the competition [13]. In general, findings suggest that competitive martial art competition characterized by high aerobic and anaerobic responses [14].

Martial art learning is directed toward the development of students' various aspects. It involves not only physical but also psychological, social, and spiritual aspects. The possible effect of martial arts on psychological and social aspects is still an interesting research topic [15]. As a form of education, martial arts have fulfilled both psychological and physical needs and used the body as a tool for enlightenment and wisdom in spiritual aspects [16]. Martial art training shows interaction and implication in the development of students' self-management [17]. Besides health benefit, another benefit of martial arts includes psychological balance and wellness that help to reduce aggressiveness and rehabilitate from violence [10].

The development of martial art learning should better be pointed towards constructivist-based learning models. Constructivist perspective is a learning theory that puts emphasis on students' experiences, not merely on their cognitive knowledge [18]. For example, *pencah silat* martial art learning requires a learning model that is able to improve students' motoric skill and therefore game approach can increase students' academic results [19]. Besides, a character-based learning model applied in *pencah silat* learning can also be used as one of the approaches to physical education in primary schools. The adoption of such

model avoids physical education from being conventional and orientated toward martial arts and sport aspects only [20].

#### V. CONCLUSION

The international journal findings suggest three types of model or approach to self-defense learning used in physical and sport education, which include (1) culture-centered self-defense learning model/approach, (2) sport-centered self-defense learning model/approach, and (3) student-centered self-defense learning model/approach. In the meantime, the national journal findings demonstrate the adoption of Mosston teaching style, general learning models, and special learning model focusing on character building in self-defense learning as part of physical and sport education. Self-defense learning tries helping students to learn martial arts and to reach competences that cover knowledge, skill, and attitude aspects. These many aspects makes this topic fascinating for study. Various aspects to study affect not only the method but also material delivery model, which therefore influence object and type variations.

#### ACKNOWLEDGMENT

This work supported by Research Group Grant 2018 from Faculty of Sport Sciences, Universitas Negeri Yogyakarta.

#### REFERENCES

- [1] C.A. Bucher, *Foundation of Physical Education*. St. Louis: C.V. Mosby Company, 1995
- [2] M. Mosston and S. Ashworth, *Teaching Physical education*. New York: Macmillan Publishing company, 1992.
- [3] M. Mosston and S. Ashworth, *Teaching Physical Education 4th Ed*. New York: Macmillan College Publishing, 1994.
- [4] M. W. Metzler, *Instructional Models for Physical Education*. Massachusetts: Allyn and Bacon, A Person Education Company, 2000.
- [5] M. Theeboom and P. De Knop, "Asian martial arts and approaches of instruction in physical education," *European Journal of Physical Education*, vol. 4, no. 2, pp. 146-161, 1999.
- [6] R. A. Merriyana, "Meta analisis penelitian alternatif bagi guru," *Jurnal Pendidikan Penabur*, vol. V, no.06, June 2006.
- [7] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2005.
- [8] M. B. Miles and A. M. Huberman, *Qualitative data analysis*. London: Sage, 1984.
- [9] D. Brown and A. Johnson, "The social practice of self-defense martial arts: applications for physical education," *Quest*, vol. 52, no.3, pp.246-259, 2000.
- [10] T. W. Woodward, "A review of the effects of martial arts practice on health," *Wisconsin Medical Journal*, vol. 108, no 1, pp 40-43, 2009.
- [11] M. N. M. Shapie, J. Oliver, P. O'Donoghue, and R. Tong, "Activity profile during action time in national silat competition," *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 4, no. 1(2), pp. 81-86, 2013.
- [12] W. Mastnak, "Karate: interdisciplinary perspectives and benefits for health," *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 7, no. 2(2), pp. 127-132, 2016.
- [13] J. Jukić, M. Čavala, R. Katić, N. Zagorac, and S. Biažević, "Morphological, motor and technical determinants of fighting efficiency in croatian cadet karate athletes," *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, vol. 8, no. 2(2), pp. 127-134, 2017.
- [14] A. R. Aziz, B. Tan, and K. C. Teh, "Physiological responses during matches and profile of elite pencah silat exponents," *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 1, pp. 147-155, 2002.

- [15] J. Vertonghen and M. Theeboom, "The socio-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review," *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 9, pp. 528-537, 2010.
- [16] W. Cynarski, K. Obodynski, H. Z. Zeng, "Martial arts anthropology for sport pedagogy and physical education," *Romanian Journal for Multidimensional Education*, vol. IV, no. 2, pp. 129-152, August 2012.
- [17] K. D. Lakes and W. T. Hoyt, "Promoting self-regulation through school-based martial arts training," *Applied Developmental Psychology*, vol. 25, pp. 283-302, 2004.
- [18] R. Heinich, M. Molenda, J. D. Russell, and S. E. Smaldino, *Instruction media and technologies for learning*. New Jersey: Englewood Cliffs, 1996.
- [19] Widiastuti, "Using game approach in improving learning outcomes of pencak silat." *Asian Social Science*, vol. 10, no. 5, pp. 168-172, 2014.
- [20] T. Muhtar, A. Suherman, A. K. Jayadinata, "The development of a character education model through pencak silat teaching in elementary schools. *IJCTA*, vol. 9, no. 35, pp. 165-172, 2016.





## FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Kampus Karangmalang, Yogyakarta, 55281  
Telp: (0274) 550817 psw, 1282,1541, (0274) 513092 Fax. (0274) 513092  
website : <http://fik.uny.ac.id> e-mail: [fik@uny.ac.id](mailto:fik@uny.ac.id) ; [fik@uny.ac.id](mailto:fik@uny.ac.id)

### SURAT PERJANJIAN PELAKSANAAN KEGIATAN PENELITIAN

Nomor : 106.28./UN34.16/PL/2018

Pada hari ini Kamis tanggal satu bulan Februari tahun dua ribu delapan belas kami yang bertandatangan di bawah ini :

1. Nama : Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed  
NIP : 19640707 198812 1 001 IV/d  
Jabatan : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang berkedudukan di Yogyakarta dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama UNY, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**
2. Nama : Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
NIP/GOL. : 19731006 20012 2 001 IV/a  
Jabatan : Ketua Tim Peneiti dari Research Group yang beralamat di Universitas Negeri Yogyakarta, selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**

Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian ini berdasarkan :

DIPA UNY 2018 yang merupakan implementasi dari DIPA Sekretariat Jenderal Kemenristekdikti dengan nomor : SP DIPA -042.01.2.400904/2018 tanggal, 5 Desember 2017 dan DiPA Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Ditjen Belmawa) Nomor : SP DIPA 042.04.2.40058/2018 tanggal, 05 Desember 2017.

PIHAK PERTAMA dan PIHAK KEDUA secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu Perjanjian Pelaksanaan Penelitian dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagai berikut :

#### Pasal 1

**PIHAK PERTAMA** memberikan tugas kepada **PIHAK KEDUA** dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut sebagai penanggung jawab dan mengkoordinasikan pelaksanaan Penelitian dengan judul dan nama Ketua/ Anggota Peneliti sebagai berikut :

Judul Penelitian : " MODEL – MODEL PEMBELAJARAN BELADIRI DALAM PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA SEBUAH META ANALISIS "

dengan susunan personalia sebagai berikut:

- Ketua : Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
Anggota : Soni Nopembri, M.Pd. Ph.D  
A. Erlina Listyarini, M.Pd  
Saryono, M.Or



## Pasal 2

1. **PIHAK PERTAMA** memberikan dana Penelitian yang tersebut pada Pasal sebesar Rp. 20.000.000,- ( Dua puluh juta rupiah ) yang dibebankan kepada Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran Alokasi Dana Penelitian FIK UNY No 042.01.2.400904/2018 tanggal 5 Desember 2017
2. **PIHAK KEDUA** berhak menerima dana tersebut pada 2 ayat (1) dan berkewajiban menggunakan sepenuhnya untuk pelaksanaan Penelitian sebagaimana Pasal 1 sampai selesai ketentuan pembelanjaan keuangan negara

## Pasal 3

Pembayaran dana Penelitian ini akan dilaksanakan melalui Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Yogyakarta dan dibayarkan secara bertahap dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tahap Pertama sebesar  $70\% \times \text{Rp}20.000.000,00 = \text{Rp}14.000.000,00$  ( Empat belas juta rupiah ) setelah Surat Perjanjian ini ditandatangani oleh kedua belah pihak.
2. **PIHAK KEDUA** wajib membuat laporan kemajuan pelaksanaan penelitian dan laporan penggunaan keuangan sejumlah termin pertama sebanyak 1 (satu) eksemplar paling lambat tanggal 30 Mei 2018, serta mengunggah laporan tersebut Ke [simpppm.lpprn.uny.ac.id](http://simpppm.lpprn.uny.ac.id)
3. Tahap Kedua 30 % sebesar  $\times \text{Rp. } 20.000.000,00 = \text{Rp. } 6.000.000,00$  ( Enam Juta rupiah ) setelah **PIHAK KEDUA** mengupload laporan akhir melalui [simpppm.lpprn.uny.ac.id](http://simpppm.lpprn.uny.ac.id) dan menyerahkan laporan akhir hasil pelaksanaan penelitian kepada **PIHAK PERTAMA** dalam bentuk hardcopy sebanyak 3 (tiga) eksemplar disertai softcopy 1 buah (dalam CD-R) paling lambat tanggal 10 Juli 2018.
4. **PIHAK KEDUA** berkewajiban mempertanggungjawabkan pembelanjaan dana yang telah diterima dari **PIHAK PERTAMA** dan menyimpan bukti-bukti pengeluaran yang telah disesuaikan dengan ketentuan pembelanjaan keuangan Negara.
5. **PIHAK KEDUA** berkewajiban mengembalikan sisa dana yang tidak dibelanjakan kepada **PIHAK PERTAMA** untuk selanjutnya disetorkan ke Kas Negara.

## Pasal 4

**PIHAK KEDUA** berkewajiban untuk :

1. Memanfaatkan hasil penelitian untuk proses bahan mengajar,
2. Mempublikasikan hasil penelitiannya pada jurnal/proseding bereputasi
3. Membayar PPh pasal 21. PPh pasal 22 PPh pasal 23 dan Pph sesuai ketentuan yang berlaku
4. Membiayai dan melaksanakan seminar instrumen dan seminar hasil penelitian

## Pasal 5

1. Jangka Waktu pelaksanaan penelitian yang dimaksud Pasal 1 ini selama 6 (enam) bulan terhitung mulai 1 Februari 2018 sampai dengan 30 Juni 2018 dan PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Penelitian yang dimaksud dalam Pasal 1 selambat-lambatnya 30 Juni 2018.
2. PIHAK KEDUA harus menyerahkan kepada PIHAK PERTAMA berupa :
  - a. Laporan akhir hasil penelitian dalam bentuk hardcopy sebanyak 3 (tiga) eksemplar dan dalam bentuk soft copy (CD dalam format "pdf") sebanyak 1 (satu) keping ke Subbag Pendidikan serta mengunggah laporan tersebut ke *simppm.lppm.uny.ac.id* paling lambat 10 Juli 2018
  - b. Artikel ilmiah untuk dimasukkan ke Jurnal/Prosiding yang terpisah dari laporan sebanyak 2 (dua) eksemplar
3. Laporan hasil Penelitian dalam bentuk hard copy harus memenuhi ketentuan sebagai berikut :
  - a. Bentuk/ Ukuran Ketas Quarto
  - b. Warna Cover kuning
  - c. Di bagian bawah Cover di Tulis :

Dibiayai oleh DIPA BLU Universitas Negeri Yogyakarta Nomor SP DiPA 042.01.2.400904  
2018 tanggal, 5 Desember 2017 berdasarkan Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian  
Nomor : 106.28/UN34.16/PL/2018 Tanggal, 01 Februari 2018
4. Selanjutnya laporan tersebut akan disampaikan ke : Subagian Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 3 (tiga) eksemplar
5. Apabila batas waktu habisnya masa penelitian ini PIHAK KEDUA belum menyerahkan laporan akhir hasil penelitian kepada PIHAK PERTAMA, maka PIHAK KEDUA dikenakan denda sebesar 1 ‰ (satu permil) setiap hari keterlambatan sampai dengan setinggi-tingginya 5 % (lima persen) dari nilai surat perjanjian pelaksanaan penelitian, terhitung dari tanggal jatuh tempo yang telah ditetapkan sampai dengan berakhirnya pembayaran dana penelitian oleh Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

## Pasal 6

1. Apabila Ketua Peneliti sebagaimana dimaksud pasal 1 tidak dapat menyelesaikan pelaksanaan penelitian ini, maka PIHAK KEDUA wajib menunjuk pengganti ketua pelaksana sesuai dengan bidang ilmu yang diteliti dan merupakan salah satu anggota tim..
2. Bagi Peneliti yang tidak dapat menyelesaikan kewajibannya dalam Tahun Anggaran yang sedang berjalan dan waktu proses pencairan biayanya telah berakhir, maka seluruh dana yang belum sempat dicairkan dinyatakan hangus dan kembali ke Kas Negara.
3. Apabila PIHAK KEDUA tidak dapat melaksanakan tugas sebagaimana dimaksud pada pasal 1 maka harus mengembalikan seluruh dana yang telah diterimanya kepada PIHAK PERTAMA untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara.
4. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa judul-judul penelitian sebagaimana dimaksud pada Pasal 1 dijumpai adanya indikasi duplikasi dengan penelitian lain dan/atau diperoleh indikasi ketidakjujuran dan itikad kurang baik yang tidak sesuai dengan kaidah ilmiah, maka penelitian tersebut dinyatakan batal dan PIHAK KEDUA wajib mengembalikan seluruh dana penelitian yang telah diterimanya kepada PIHAK PERTAMA untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara



**Pasal 7**

Hak Kekayaan Intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan penelitian tersebut diatur dan dikelola Sesuai dengan peraturan dan perundangan yang berlaku.

**Pasal 8**

Hasil Penelitian berupa peralatan dan atau alat yang dibeli dari kegiatan penelitian ini adalah milik negara yang dapat dihibahkan kepada Universitas Negeri Yogyakarta atau lembaga Pemerintah lain melalui Surat Keterangan Hibah.

**Pasal 9**

PIHAK PERTAMA maupun PIHAK KEDUA tidak bertanggung jawab atas keterlambatan atau tidak terlaksananya kewajiban seperti tercantum dalam kontrak sebagai akibat *Force Majeure* yang secara langsung mempengaruhi terlaksananya kontrak, antara lain perang, Perang saudara, blockade ekonomi, revolusi, pemberontakan, kekacauan, huru-hara, kerusuhan, mobilisasi, keadaan darurat pemogokan, epidemis, kebakaran, banjir, gempa bumi, angin ribut, gangguan navigasi, tindakan pemerintah dibidang moneter, Force Majeure di atas harus disahkan kebenaran oleh Pejabat yang berwenang

**Pasal 10**

Surat Perjanjian pelaksanaan penelitian ini dibuat rangkap 2 (dua), dan dibubuhi meterai sesuai dengan ketentuan yang berlaku, dan biaya meterainya dibebankan kepada PIHAK KEDUA

**Pasal 11**

Hal-hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan kemudian oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

**PIHAK KEDUA**  
Ketua Pelaksana Penelitian



Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
NIP 19731006 20012 2 001

**PIHAK PERTAMA**  
Dekan FIK UNY



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





**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL PENELITIAN RESEARCH GROUP**

1. Nama Peneliti : Nuv Rohmah Muktiono, M.Pd.
2. Jurusan : Pendidikan Olahraga
3. Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
4. Jenis Penelitian : Research Group
5. Judul Penelitian : Model-Model Pembelajaran Beladiri Dalam pendidikan Jaman ini dan Olahraga : sebuah Meta Anal
6. Pelaksanaan : Jumat 23 Februari 2018  
Jam : .....
7. Tempat : GPLA
8. Dipimpin oleh : Ketua : Dr Endang Rini S  
Sekretaris : ch. Fajar S.W.
9. Peserta yang hadir : a. Konsultan : 1 orang  
b. Nara Sumber : 1 orang  
c. BPP : 1 orang  
d. Peserta lain : 34 orang  
Jumlah : 34 orang
10. Hasil seminar:  
Setelah mempertimbangkan penyajian, penjelasan, argumentasi serta sistematika dan tata tulis, seminar berkesimpulan : instrumen penelitian tersebut diatas :
  - a. Diterima, tanpa revisi/pembenahan
  - b. Diterima, dengan revisi/pembenahan
  - c. Dibenahi untuk diseminarkan ulang

11. Catatan :

.....  
 .....

Sekretaris.

Ketua Sidang.

Ch. Fajar Sri wahyuniat

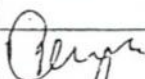
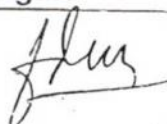

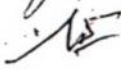
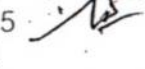




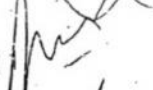


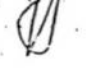
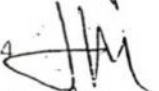













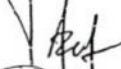


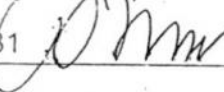
Dr. Endang Rini S.  
 NIP 1960040719860120

NIP. 19711229 20000 3 2001

Mengetahui  
 Wakil Dekan I

Daftar Hadir seminar proposal Research Group Tahun 2018

Hari/Tanggal : Jum'at, 23 Februari 2018

No.	NAMA	Tanda tangan	
1	Cally Setiawan, M.S.		
2	Budi Aryanto, S.Pd. M.Pd		2 
3	Dr. Endang Rini Sukanti, M.S.	3 	
4	Dr. Lismadiana, M.Pd		4 
5	Dr. Or. Mansur, MS	5 	
6	dr. Prijo Sudibjo, M.Kes.Sp.S		6 
7	Dr. Sri Winarni, M.Pd	7 	
8	Agus Sumbhendartin Surbroto.M.Pd		8 
9	Prof.Dr. Djoke Pekik Irianto,M.Kes	9 	
10	Prof. Dr. FX. Sugiaynato,M.Pd		10 
11	Prof. Dr. Pamuji Sukeco, M.Pd	11 	
12	Prof.Dr. Siswantoyo, M.Kes		12 
13	Prof. Dr. Tomoliyus, MS	13 	
14	Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed.		14 
15	Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd	15 	
16	Christina Fajar Sriwahyuniati, M.Or		16 
17	Dr. Dimiyati, M.Si	17 	
18	Dr. Sumaryanti, M.S.		18 
19	Dr.Bambang Priyonoadi, M.Kes	19 	
20	Dr.Eddy Purnomo, M.Kes		20 
21	Dr.Subagyo, M.Pd	21 	
22	Dr. Guntur, M.Pd		22 
23	Dr. Panggung Sutapa, M.S.	23 	
24	Drs. Amat Komari, M.Si.		24 
25	Drs. Suhadi, M.Pd	25 	
26	Erwin setyo Kriswanto, M.kes		26 
27	Prof. Dr. Yustinus Sukarmin, M.S.	27 	
28	Prof. Dr. Hari Amirulloh R, M.Pd		28 
29	Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes	29 	
30	Nur Rohmah Muktiani, M.Pd		30 
31	Dr. Subagyo, M.Pd	31 	

Wakil Dekan I FIK UNY



Dr. Or. Mansur, M.S.

NIP. 195705191985021001



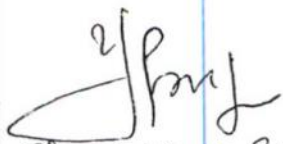
## BERITA ACARA SEMINAR HASIL PENELITIAN RESEARCH GROUP

1. Nama Peneliti : Nur Rohmah Muktrani, M.Pd  
2. Jurusan : Pendidikan Olahraga  
3. Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
4. Jenis Penelitian : Research Group  
5. Judul Penelitian : Model-model pembelajaran Beladiri dalam pendidikan jasmani dan olahraga : sebuah met  
6. Pelaksanaan : Jumat 6 Juli 2018  
7. Tempat : GPLA  
8. Dipimpin oleh : Ketua : Dr. Endang Rini S  
Sekretaris : Ch. Fajar SW  
9. Peserta yang hadir : a. Konsultan : 1 orang  
b. Nara Sumber : 1 orang  
c. BPP : 1 orang  
d. Peserta lain : 32 orang  
Jumlah : 34 orang  
10. Hasil seminar:  
Setelah mempertimbangkan penyajian, penjelasan, argumentasi serta sistematika dan tata tulis, seminar berkesimpulan : hasil penelitian tersebut diatas :  
a. Diterima, tanpa revisi/pembenahan  
b. Diterima, dengan revisi/pembenahan  
c. Dibenahi untuk diseminarkan ulang

### 11. Catatan :

Sekretaris,

Ketua Sidang,

  
Ch. Fajar Sriwahyunah, M.Or  
NIP. 19711229200032001

  
NIP .....

Mengetahui  
Wakil Dekan I




Daftar Hadir seminar Hasil Research Group Tahun 2018  
 Hari/Tanggal : Jum'at 6 Juli 2018

No.	NAMA	Tanda tangan
1	Cally Setiawan, M.S.	1
2	Budi Aryanto, S.Pd. M.Pd	2
3	Dr. Endang Rini Sukanti, M.S.	3
4	Dr. Lismadiana, M.Pd	4
5	Dr. Or. Mansur, MS	5
6	dr. Prijo Sudibjo, M.Kes.Sp.S	6
7	Dr. Sri Winarni, M.Pd	7
8	Agus Suhlendartin Surbroto, M.Pd	8
9	Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto, M.Kes	9
10	Prof. Dr. FX. Sugiaynato, M.Pd	10
11	Prof. Dr. Panuji Sukoco, M.Pd	11
12	Prof. Dr. Siswantoyo, M.Kes	12
13	Prof. Dr. Tomelijus, MS	13
14	Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed	14
15	Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd	15
16	Christina Fajar Sriwahyuniati, M.Or	16
17	Dr. Dimiyati, M.Si	17
18	Dr. Sumaryanti, M.S.	18
19	Dr. Bambang Priyonoadi, M.Kes	19
20	Dr. Eddy Purnomo, M.Kes	20
21	Dr. Subagyo, M.Pd	21
22	Dr. Guntur, M.Pd	22
23	Dr. Panggung Sutapa, M.S.	23
24	Drs. Amat Komari, M.Si.	24
25	Drs. Suhadi, M.Pd	25
26	Erwin setyo Kriswanto, M.kes	26
27	Prof. Dr. Yustinus Sukarmin, M.S.	27
28	Prof. Dr. Hari Amirulloh R, M.Pd	28
29	Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes	29
30	Nur Rohmah Mukliani, M.Pd	30
31	Dr. Subagyo, M.Pd	31

Wakil Dekan I FIK UNY

Dr. Or. Mansur, M.S.  
 NIP. 195705191985021001

