

PROSIDING SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
OLAHRAGA PENDIDIKAN	
<i>Kepemimpinan Dalam Kepelatihan Olahraga</i> <i>Andarias Ginting</i>	1
<i>Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Melalui Pembelajaran Pencak Silat</i> <i>Alan Alfiansyah Putra Karo Karo</i>	7
<i>Minat Siswa Kelas XI Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Renang</i> <i>Iswanta Ginting</i>	12
<i>Instrumen Literasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Melalui</i> <i>Lembar Kerja Peserta Didik</i> <i>Akbar Zahriali</i>	17
<i>Aplikasi Media Audiovisual Pada Materi Belajar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat</i> <i>Roy Marwan</i>	23
<i>Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar</i> <i>Lompat Jauh</i> <i>Zuni Arpan Nasution</i>	28
<i>Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Dan Kemampuan Motorik</i> <i>Terhadap Hasil Gerak Dasar Lari</i> <i>Johannes Indra</i>	33
<i>Pengembangan Pembelajaran Permainan Bola Voli Mini</i> <i>Ronny Siringoringo</i>	38
<i>Pengembangan Permainan Zombie Tsunami Pada Siswa MIN Kota Medan</i> <i>Nurul Fadhilah</i>	44
<i>Perbandingan Pembelajaran Konvensional Dan Pembelajaran Sainifik</i> <i>Terhadap Kreativitas Dan Hasil Belajar Penjas</i> <i>Wicaksono</i>	48
<i>Pengembangan Media Pembelajaran Audio-Visual Tutorial Materi Renang Gaya Bebas</i> <i>Aan Deki Praja Pane</i>	52
<i>Evaluasi Implementasi Kurikulum 2013 SMK Di Kabupaten Batubara</i> <i>Mauluddin M. Noor</i>	57



APLIKASI MEDIA AUDIOVISUAL PADA MATERI BELAJAR TENDANGAN SABIT PADA PENCAK SILAT

Roy Marwan

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Abstrak. Penelitian ini dilaksanakan di beberapa SMP Negeri di Deli Serdang Sumatera Utara. Perlakuan penelitian dilaksanakan dengan menyesuaikan jadwal atau jam pelajaran sekolah. Adapun Waktu penelitian ini direncanakan selama satu bulan yaitu pada rentang antara bulan Oktober 2018 pada tahun ajaran 2018/2019. Dalam penelitian pengembangan media *audiovisual* untuk meningkatkan hasil belajar tendangan sabit dalam pencak silat ini merupakan suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pembelajaran. Penelitian dan pengembangan dalam media pembelajaran ini menggunakan model pengembangan *Research & Development (R & D)* dari Borg dan Gall. Subjek atau pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian pengembangan media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar tendangan sabit dalam pencak silat pada anak SMP Kelas VIII.

Kata Kunci : *Media, Audio visual, Pencak Silat*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar setiap manusia untuk menjamin keberlangsungan hidupnya agar lebih bermartabat (Sabaruddin, 2016). Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan, berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Rahayu, 2013:1).

Didalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peran pendidikan jasmani adalah sangat penting. Yang memberikan kesempatan pada siswa untuk terlihat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis.

Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan, kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia (Rahayu, 2013:1).

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai serta pembiasaan pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan harus mendapatkan sentuhan didaktik metodik sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam pendidikan jasmani banyak materi yang dipelajari salah satunya adalah pencak silat. Pencak silat adalah olahraga bela diri yang merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia.



Masyarakat melayu pada saat itu menciptakan dan mempergunakan bela diri ini sejak dimasa prasejarah, hal ini sangat diyakini oleh para pakar dan pendekarnya pencak silat.

Menurut Iskandar (1992:22) mengemukakan bahwa: "Pencak silat adalah gerak dasar bela diri yang terikat pada peraturan dan digunakan dalam belajar berlatih dan pertunjukan. beladiri yang sempurna bersumber pada kerohanian guna keselamatan diri untuk kesejahteraan bersama .menghindarkan diri dari bala, perampok, sesuatu yang jahat atau merugikan masyarakat".

Salah satu materi yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah tendangan sabit, Yang dimaksud dengan tendangan sabit pencak silat adalah tendangan pencak silat dengan lintasan kaki melengkung atau membentuk lintasan seperti sabit, dengan sasaran yang dituju adalah arah perut.

Namun berdasarkan observasi di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan, peneliti menemukan beberapa masalah yaitu :

1. Bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani hampir tidak pernah melaksanakan pembelajaran pada materi tendangan sabit pencak silat, hal ini membuktikan bahwa dipastikan seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan tidak memahami teknik tendangan sabit kecuali siswa yang memang memiliki kegiatan bela diri pencak silat diluar sekolah.
2. Kemudian tidak ada motivasi belajar siswa terhadap bela diri pencak silat, ini dibuktikan ketika peneliti melakukan observasi bahwa banyak siswa yang tidak pernah melakukan kegiatan belajar ini dan tidak memiliki rasa ingin tahu terhadap materi yang ada didalam pembelajaran pendidikan jasmani tersebut.
3. Menurut peneliti, kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mengajarkan teknik dan taktik bela diri juga kurang, ini dilihat dari materi yang sehari-hari diberikan siswa hanya bola voli, sepak bola dan bermain kasti, sehingga pencapaian tujuan belajar pendidikan jasmani tidak tercapai sepenuhnya.
4. Masalah lainnya kemudian dibuktikan ketika saya memberikan sebuah perlakuan teknik tendangan sabit kepada siswa dan memerintahkan siswa untuk melakukan teknik tersebut jika dianalisis secara biomekanika maka terdapat banyak kesalahan teknik yang dilakukan seperti tendangan tidak dalam garis lurus, kaki belakang membuka sedikit, sudut fleksi lutut depan harus lebih besar dari sudut fleksi punggung lutut (kenyataan dilapangan sudut fleksi lutut tidak lebih besat dari fleksi punggung lutut), gerakan kaki tidak memiliki lecutan dan lutut sebagai sumbu bawah lecutan kaki, kecepatan sudut kaki juga tidak terlihat.

Media *audiovisual* disebut juga sebagai media video. Video merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Dalam media video terdapat dua unsur yang saling bersatu yaitu *audio* dan *visual*. Adanya unsur *audio* memungkinkan siswa untuk dapat menerima pesan pembelajaran melalui pendengaran, sedangkan unsur *visual* memungkinkan penciptakan pesan belajar melalui bentuk *visualisasi*.

Menurut Anderson (dalam Waryanto, 2007: 6) mengemukakan "media *video* adalah merupakan rangkaian gambar elektronis yang disertai oleh unsur suara audio juga mempunyai unsur gambar yang



dituangkan melalui pita video (*video tape*), rangkaian gambar elektronis tersebut kemudian diputar dengan suatu alat yaitu *video cassette* atau *video player*. Video sebagai media *audiovisual* yang menampilkan gerak, semakin lama semakin populer dalam masyarakat kita.

Pesan yang disajikan bisa bersifat fakta (kejadian/ peristiwa penting, berita) maupun fiktif, bisa bersifat informatif, edukatif maupun instruksional. Menurut Dale (dalam Arsyad, 2002:23) mengemukakan “bahan-bahan *audiovisual* dapat memberikan banyak manfaat asalkan guru berperan aktif dalam proses pembelajaran”. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dengan menguraikan cara belajar tendangan sabit melalui *audiovisual* mampu memotivasi agar peserta didik tertarik untuk melihat contoh suatu gerakan dan siswa tidak merasa bosan karena bisa melihat teknik gerakan dan juga mendengarkan suara. Dan berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti mengadakan penelitian yang berjudul : Aplikasi Media *Audiovisual* Pada Materi Belajar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat Di Sekolah Menengah Pertama”.

Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa SMP Negeri di Deli Serdang Sumatera Utara. Perlakuan penelitian dilaksanakan dengan menyesuaikan jadwal atau jam pelajaran sekolah. Adapun Waktu penelitian ini direncanakan selama satu bulan yaitu pada rentang antara bulan Oktober 2018 pada tahun ajaran 2018/2019.

HASIL DAN PEMBAHASAN

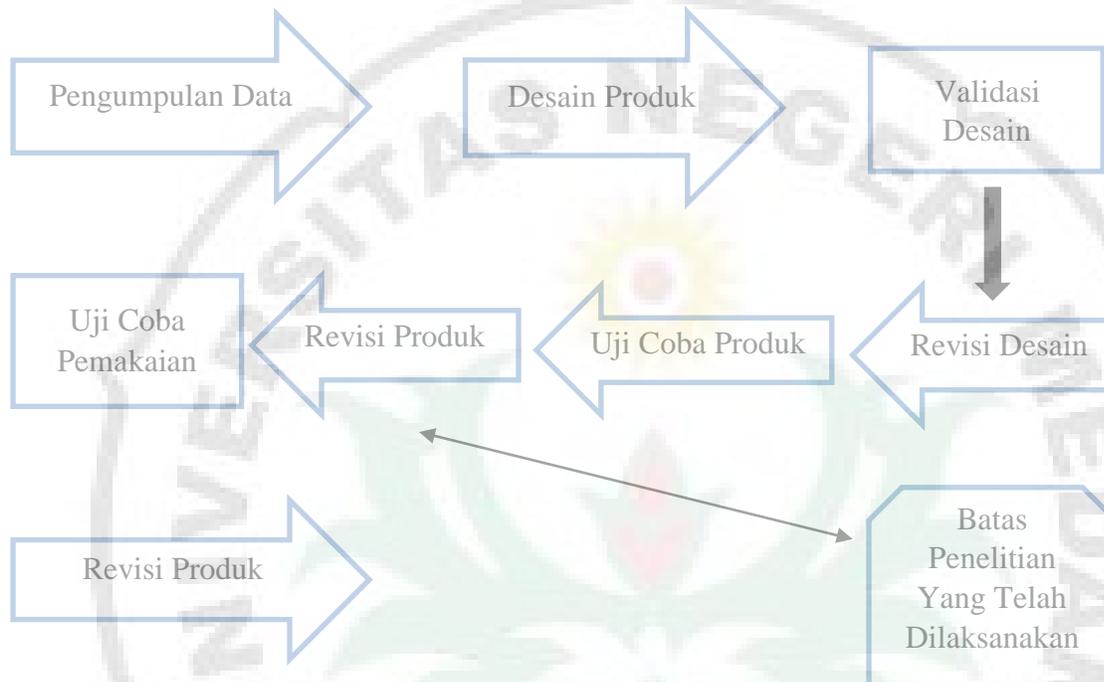
Subjek atau pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian pengembangan media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar tendangan sabit dalam pencak silat pada anak SMP Kelas VIII. Subjek pada kelompok kecil dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bangun Purba dengan jumlah 12 orang siswa yang mempunyai karakteristik rentang usia 13-14 tahun.

METODE PENELITIAN

Penelitian dan pengembangan dalam media pembelajaran ini menggunakan model pengembangan *Research & Development (R & D)* dari Borg dan Gall.

1.1. Langkah-langkah Riset Pengembangan

Model penelitian pengembangan *Research & Development (R & D)* dari Borg dan Gall ini terdiri dari 10 langkah sebagai berikut:



Gambar 2. Langkah-langkah Metode Research and Development (R&D)
 Sumber: Borg dan Gall (2014)

- (1) *Research and information collecting*, termasuk dalam langkah ini antara lain studi literatur yang berkaitan dengan permasalahan yang dikaji, pengukuran kebutuhan, penelitian dalam skala kecil, dan persiapan untuk merumuskan kerangka kerja penelitian;
- (2) *Planning*, termasuk dalam langkah ini menyusun rencana penelitian yang meliputi merumuskan kecakapan dan keahlian yang berkaitan dengan permasalahan, menentukan tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapan, desain atau langkah-langkah penelitian dan jika mungkin/diperlukan melaksanakan studi kelayakan secara terbatas;
- (3) *Develop preliminary form of product*, yaitu mengembangkan bentuk permulaan dari produk yang akan dihasilkan. Termasuk dalam langkah ini adalah persiapan komponen pendukung, menyiapkan pedoman dan buku petunjuk, dan melakukan evaluasi terhadap kelayakan alat-alat pendukung. Contoh pengembangan bahan pembelajaran, proses pembelajaran dan instrumen evaluasi;
- (4) *Preliminary field testing*, yaitu melakukan ujicoba lapangan awal dalam skala terbatas, dengan melibatkan 1 sampai dengan 3 sekolah, dengan jumlah 6-12 subyek. Pada langkah ini pengumpulan dan analisis data dapat dilakukan dengan cara wawancara, observasi atau angket;
- (5) *Main product revision*, yaitu melakukan perbaikan terhadap produk awal yang dihasilkan berdasarkan hasil ujicoba awal. Perbaikan ini sangat mungkin dilakukan lebih dari satu kali, sesuai dengan hasil yang ditunjukkan dalam ujicoba terbatas, sehingga diperoleh draft produk (model) utama yang siap diuji coba lebih luas.



- (6) *Main field testing*, biasanya disebut ujicoba utama yang melibatkan khalayak lebih luas, yaitu 5 sampai 15 sekolah, dengan jumlah subyek 30 sampai dengan 100 orang. Pengumpulan data dilakukan secara kuantitatif, terutama dilakukan terhadap kinerja sebelum dan sesudah penerapan ujicoba. Hasil yang diperoleh dari ujicoba ini dalam bentuk evaluasi terhadap pencapaian hasil ujicoba (desain model) yang dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dengan demikian pada umumnya langkah ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen;
- (7) *Operational product revision*, yaitu melakukan perbaikan/penyempurnaan terhadap hasil ujicoba lebih luas, sehingga produk yang dikembangkan sudah merupakan desain model operasional yang siap divalidasi;
- (8) *Operational field testing*, yaitu langkah uji validasi terhadap model operasional yang telah dihasilkan. Dilaksanakan pada 10 sampai dengan 30 sekolah melibatkan 40 samapi dengan 200 subyek. Pengujian dilakukan melalui angket, wawancara, dan observasi dan analisis hasilnya. Tujuan langkah ini adalah untuk menentukan apakah suatu model yang dikembangkan benar-benar siap dipakai di sekolah tanpa harus dilakukan pengarahan atau pendampingan oleh peneliti/pengembang model;
- (9) *Final product revision*, yaitu melakukan perbaikan akhir terhadap model yang dikembangkan guna menghasilkan produk akhir (final);
- (10) *Dissemination and implementation*, yaitu langkah menyebarluaskan produk/model yang dikembangkan kepada khalayak/masyarakat luas, terutama dalam kancah pendidikan. Langkah pokok dalam fase ini adalah mengkomunikasikan dan mensosialisasikan temuan/model, baik dalam bentuk seminar hasil penelitian, publikasi pada jurnal, maupun pemaparan kepada *stakeholders* yang terkait dengan temuan penelitian.

Daftar Pustaka

Bangun, Sabaruddin Yunis. 2016. Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbound. *Journal Physical Education, Health and Recreation*. Vol 1, No 1. Hal 70-77.

Rahayu, Ega Trisma. 2013. *Strategi Belajar Mengajar Perjaaskes*. Depdikbud: Jakarta.