

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



| | |
|--|-----|
| Tahapan Perkembangan Gerak Refleks Pada Anak <i>Dody Yogaswara</i> | 364 |
| Hubungan Intelligence Quotient Dengan Kemampuan Melempar Bola Berumbai Pada Target <i>Dian Pertiwi, Marli Perangin-angin</i> | 370 |
| Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Melalui Modifikasi Media Kayu <i>Eni Yusnita Pardede, Atikah Rahman</i> | 378 |
| Penilaian Perkembangan Anak Usia Dini <i>Mhd. Fazar Affandi, Muhammad Amin Syhaputra</i> | 385 |
| Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani <i>Alan Alfiansyah Putra Karo-Karo, Reza Wibowo</i> | 386 |
| Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Penggunaan Media Yang Dimodifikasi <i>Iskandar Fahmi, Janner Sanjaya</i> | 396 |
| Model Pengembangan Gerak Dasar Manipulatif Pendidikan Anak Usia Dini (Paud) Lely <i>Nurul Fadhillah, Prima Nanda</i> | 400 |
| Profil Kondisi Fisik Atlet Atletik Kabupaten Langkat Persiapan Porprov Tahun 2014 <i>Mulia Romadi Harahap, Rian Handika</i> | 404 |
| Kepemimpinan Dalam Pendidikan Dan Pembelajaran Di Tinjau Dari Sudut Guru Dan Siswa <i>Ahmad Tarmizi, Risky Hasan</i> | 408 |
| Pembelajaran Tolak Peluru Gaya O'brien Menggunakan Media Modifikasi <i>Riki Prastian, Iswanta Ginting</i> | 414 |
| Penerapan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Pencak Silat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VII <i>Arian Juliardy</i> | 420 |
| Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Ikor FIK Unimed Tentang Standarisasi Sebagai Personal Trainer <i>Zulaini, Novita Sari Harahap, Rika Nailuvar Sinaga, Andhyka Eka Putra</i> | 425 |
| Pengaruh Metode Permainan Dan Minat Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Dasar Lari Sekolah Dasar Negeri 105345 <i>Edi Moerianto</i> | 431 |



PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL DALAM PEMBELAJARAN PENCAK SILAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS VII

Arian Juliardy

Abstrak. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penggunaan media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar tendangan busur dalam pembelajaran pencak silat siswa kelas VII. Dengan menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas. Hasil penelitian, pada saat *pre tes* sebelum diberikan tindakan diperoleh nilai rata-rata kelas sebesar 59,73, dengan ketuntasan klasikal 8 siswa atau 21,63% dikatakan belum berhasil baik secara individu maupun secara keseluruhan. Setelah pemberian tindakan melalui penggunaan media audio visual yang dilakukan pada penelitian siklus I diperoleh nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 68,40 dengan ketuntasan belajar siswa dari 23 siswa sebesar 62,16%. Dari 37 orang siswa terdapat 23 siswa yang telah tuntas dan 14 yang tidak tuntas dan nilai rata-rata siswa sebesar 62,16. Berarti persentase ketuntasan secara klasikal tersebut masih kurang dimana kriteria ketuntasan minimal sekolah untuk mata pelajaran pendidikan jasmani adalah 75 dan PKK adalah 85 %. Hasil tes pada siklus II diperoleh nilai rata-rata kelas menjadi 75,51 dengan ketuntasan belajar dari siswa meningkat sebesar 86,48 %. Dari 37 orang siswa terdapat 32 siswa yang telah tuntas dan 5 orang yang tidak tuntas dalam belajarnya dan nilai rata-rata siswa sebesar 75,51 dan ketuntasan belajar secara klasikal sebesar 86,48 %. Persentase Ketuntasan secara Klasikal tersebut telah tuntas dan berhasil dan secara individual.

Kata Kunci : Media Audio Visual, Pencak Silat, Hasil Belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sarana atau wahana yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas manusia baik aspek kemampuan, kepribadian, maupun kewajiban sebagai warga Negara yang baik. Pendidikan berintikan interaksi antara pendidik dan peserta didik dalam upaya membantu peserta didik dalam upaya membantu peserta didik menguasai tujuan – tujuan pendidikan. Interaksi pendidikan dapat berlangsung dalam lingkungan keluarga, sekolah ataupun masyarakat

Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan potensi - potensi manusiawi yang ada pada peserta didik baik potensi fisik, potensi cipta, rasa, maupun karsanya, agar potensi itu menjadi nyata dan dapat berfungsi dalam perjalanan hidupnya Imran Akmad (2018). Akhmad Syiroj, Agung Sunarno, Rahma Dewi (2017). gaya mengajar adalah kemampuan menggunakan berbagai cara untuk menyiasati sistem pengajaran sehingga tujuan proses belajar mengajar dapat tercapai dengan efektif dan efisien.

Dalam Pendidikan Jasmani, banyak materi pelajaran yang harus diajarkan termasuk materi “Pencak Silat”. Pencak silat terdiri dari Pukulan, tendangan, tangkisan dan pola langkah, dalam hal ini peneliti terfokus pada tendangan dan pada tendangan juga terdapat berbagai jenis tendangan yaitu tendangan lurus / depan, tendangan tusuk, tendangan kapret, tendangan jejang, tendangan gajul, tendanga



T, tendangan celorong, tendangan belakang, tendangan taji, tendangan busur, tendangan baling, hentak bawah dan gejik, peneliti terfokus kepada tendangan busur dimana dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran terdapat tiga indikator untuk tendangan busur, yaitu ;melakukan gerakan dasar tendangan busur dengan hitungan, melakukan gerakan tendangan busur dengan awalan, pelaksanaan, dan akhir.

Memberikan pembelajaran pencak silat yang menarik, praktis dan diminati siswa adalah tugas seorang guru, khususnya guru penjas. Oleh karena itu guru harus mampu menyesuaikan kebutuhan yang berhubungan dengan siswa dan materi pembelajaran tersebut. Guru juga harus mampu menerapkan pendekatan, model, metode dan strategi yang sesuai dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan.

Untuk itu penulis dalam penelitian ini mencoba menggunakan media audio visual, dimulai dari guru menyampaikan materi pembelajaran dengan alokasi waktu 2 x 45 menit dalam sekali pertemuan. Pada ± 25 menit pertama guru menjelaskan materi pembelajaran pencak silat sambil menampilkan video (VCD), jadi disini guru tidak hanya menyampaikan materi secara lisan tapi juga disertai dengan menunjukkan gerakan – gerakan dan teknik – teknik yang benar secara langsung pada siswa, selanjutnya pada ± 65 menit guru membawa siswa kelapangan untuk praktek langsung dengan materi yang telah disampaikan dan dilihat dari video (VCD) shooting yang telah diputar. Dengan ini diharapkan walaupun siswa belum praktek langsung pembelajaran pencak silat dilapangan namun siswa bisa mendapatkan gambaran atau visualisasi yang nyata dikelas seperti halnya praktek langsung dilapangan, siswa tidak hanya mendapat teori dari guru seperti halnya yang terjadi pada umumnya dimana guru hanya menggunakan metode ceramah dan komando, sehingga setelah pembelajaran dengan menggunakan media audio visual ini dilaksanakan maka praktek langsung dilapangan siswa dapat lebih mudah mencontohkan dan melakukan gerakan materi pembelajaran pencak silat yang baik dan benar.

Dari ketertarikan siswa dalam melihat dan mempelajari tendangan busur dengan benar di video bisa membuat siswa termotivasi untuk belajar dan mempelajarinya lebih dalam sehingga akan dapat memperbaiki nilai hasil belajar siswa dalam pembelajaran tendangan busur pencak silat, sehingga proses pembelajaran pun tercapai.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran penjas serta cara mengatasi kesulitan – kesulitan tersebut sebagai upaya untuk merubah atau meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut.

Menurut Zainal Aqib (2004:21) "PTK merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang disengaja dimunculkan di dalam kelas secara bersama". PTK dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur yang terdiri dari empat tahap yaitu: (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3)



Observasi, dan (4) Refleksi. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar tendangan busur dalam pembelajaran pencak silat.

Hasil Penelitian

Pada siklus I guru menemukan kesulitan yang dialami siswa dalam proses pembelajaran yang menyebabkan belum tuntasnya hasil belajar siswa, diantaranya :

1. Adanya rasa ragu dan rasa takut pada diri siswa untuk melakukan kegiatan pada pelaksanaan tendangan busur.
2. Ada beberapa siswa yang belum baik dan benar melakukan teknik tendangan busur, yaitu melakukan lecutan kaki pada teknik sikap pelaksanaan dan posisi tangan yang melindungi kepala dan kemaluan.
3. Kurangnya keberanian siswa dalam bertanya kepada guru penjas tentang kegiatan atau hal yang belum dipahami siswa.

Pada pembelajaran di siklus II dapat dilihat bahwa telah terjadi peningkatan aktivitas siswa dari siklus sebelumnya. Dari tes analisis yang dilakukan, disimpulkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan siswa. Peningkatan ini terjadi karena dilakukannya pengulangan pada teknik siap pelaksanaan dan sikap akhir dengan ditambah memakai sasaran tendangan yang digunakan agar siswa lebih merasakan dimana sasaran tendangan tersebut. Pada tes hasil belajar II diperoleh hasil penelitian yaitu persentase nilai rata – rata yang meningkat dari siklus ke siklus, pada siklus II ini didapat hasil bahwa kriteria ketuntasan belajar secara klasikal yang diharapkan telah tercapai.

Pada tabel di atas jelas terlihat peningkatan hasil belajar siswa, dimana pada pre test hanya 10 orang siswa yang tuntas dalam belajar dan 14 orang siswa yang lain belum tuntas. Sedangkan pada siklus I siswa yang tuntas dalam belajar menjadi 15 orang siswa dan 9 orang siswa yang belum tuntas dalam belajar, dan pada siklus II peningkatan jumlah siswa yang tuntas dalam belajar semakin meningkat dibanding siklus I, yaitu terdapat 20 orang siswa yang tuntas dalam belajar dan hanya 4 orang siswa yang tidak tuntas dalam belajar.

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil belajar yang diperoleh siswa pada tiap siklus, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media Audiovisual dapat meningkatkan hasil belajar tendangan busur siswa kelas VII MTs.



Swasta Alwashliyah Pancur Batu Kab. Deli Serdang Tahun Ajaran 2013/2014, dengan perbandingan PKK siklus I adalah 62,50% dan PKK siklus II meningkat menjadi 83,33%.

Saran

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Disarankan kepada Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan MTs. Swasta Alwashliyah Pancur Batu dapat menggunakan media Audiovisual pada kegiatan belajar mengajar.
2. Disarankan juga kepada Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk lebih mengatur atau membuat strategi cara memotivasi siswa dan agar siswa lebih berani berbicara atau bertanya pada saat proses pembelajaran.
3. Bagi peneliti lain yang ingin mencoba meneliti penggunaan media Audiovisual, mungkin dapat menciptakan bentuk materi pembelajaran yang lain sesuai dengan materi yang diinginkan dan keadaan siswa.

Daftar Pustaka

- Akhmad Syiroj. Agung Sunarno. Rahma Dewi. 2017. Perbedaan Gaya Mengajar Dan Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas Xi Man Rantauprapat. *Jurnal Pedagogik Olahraga*. Vol 3 No 1. 15-31.
- Muhammad Nur Habibi, Imran Akhmad, Budi Valianto.. 2018. Efek Latihan Berbeban Terhadap Fungsi Kerja Otot. *Jurnal Pedagogik Olahraga*. Vol 4 No 2. Hal. 44-59.
- Efendi Said, Pembinaan Olahraga Indonesia. Medan 1989
- Roji, Pendidikan Jasmani untuk SMP kelas VII.2004.Jakarta, Erlangga
- Roni hidayat.2010.Seni bela diri pencak silat. Jakarta : PT. Regina Utama
- Haidir dan Salim.2012. Strategi pembelajaran. Medan. Kelompok penerbit perdana Mulya Satana anggota Ikatan Penerbit Indonesia (IKAPI)
- Istarani.2010. Penelitian Tindakan Kelas (PTK). CV. Iscom Medan
- Hamzah B.Uno dan Nurdin Mohamad.2011. belajar dengan pendekatan PALKEM. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Syaiful Sagala.2003. Konsep dan makna pembelajaran. Bandung :CV.Afabeta
- Zubaedi. 2011. Desain Pendidikan Karakter . Bengkulu. Kencana Prenada Media group
- R.P. Moch. Saleh T.A dan J. Matakapun. 1983 Bela Diri II. Jakarta CV Gembira
- Gugun Arief Gunawan.2007. Bela Diri. Yogyakarta : Insan Madani
- Rusli Lutan dan Adang Suherman.2000. Perencanaan Pembelajaran Penjaskes
- www. Wikipedia.Agusti, Husni. 1992. Teknik dan program latihan. Jakarta: Rineka Cipta
- Http//blogspot.Bompa, Tudor O. 1986. Theory and methodology of training. The United States of American: Kendal/Hunt Publishing Company
- www.wikipedia.Iskandar, M. Atot. 1992. Pencak silat. Jakarta: Dirjen Dikti. Depdikbud. P2TK



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

Http//Blogspot.Peny, K.S. 1988. Pengalamanku sebagai Atlet dan Dokter Olahraga dalam *Profiling Athlete*. Kumpulan makalah diskusi ilmiah berkalah XXXVILS/D XIII (PIO). Jakarta: KONI Pusat
Subroto, Joko dan Rohadi, Muchammad. 1996. *Kaidah-kaidah pencak silat, seni bela diri*. Solo: CV. Aneka.



THE
Character Building
UNIVERSITY