

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
Berdasarkan 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



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

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



Perbedaan Strategi Pembelajaran Contextual Teaching And Learning (Ctl) Dengan Ekspositori Terhadap Motivasi <i>Maulana Ismail Sardi</i>	436
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari <i>Sprint</i> Melalui Gaya Mengajar Inklusi <i>Jumika Haloho</i>	442
Penerapan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Tendangan Busur Pencak Silat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa <i>Roni Fathan Hasibuan</i>	447
Pemahaman Perempuan Mengenai Feminisme <i>Sri Astuti</i>	451
Manajemen Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMK Brigjend Katamso II <i>Bahgie Mahtonami</i>	457
Permainan Tradisional Sebagai Alternatif Pemanasan Olahraga Sekaligus Peningkatan Fleksibilitas Siswa <i>Abdul Latif Rusdi</i>	464
Administrasi Pendidikan Dalam Meningkatkan Profesionalisme Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan <i>Rosmay Indah Sinaga</i>	469
PKM Bagi Kelompok Kerja Guru SD Pjok Bidang Peralatan Permainan Olahraga Ramah Anak <i>Imran Akhmad , Amir Supriadi, Rahma Dewi</i>	475
Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain <i>Ahmad Rosyadi Nasution</i>	482
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tembakan Bebas Bola Basket Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi <i>Bob Rahmat Manalu</i>	490
Evaluasi Implementasi Pelaksanaan Program Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan Pada MGMP PJOK <i>Dumpang Parluhutan</i>	494
Pendampingan Penyusunan Instrumen Penilaian Berbasis Proses Kelompok Kerja Guru Pendidikan Jasmani <i>Suryadi Damanik, Usman Nasution, Wesley Silalahi</i>	501



PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL DALAM PEMBELAJARAN TENDANGAN BUSUR PENCAK SILAT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS XI

Roni Fathan Hasibuan

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Abstrak. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penggunaan media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar tendangan busur. Dengan menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas. Hasil penelitian, pada saat *pre tes* belum 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 di peroleh 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 criteria ketuntasan minimal sekolah untuk mata pelajaran pendidikan jasmani adalah 75 dan persentase ketuntasan klasikal (PKK) adalah 85%. Hasil tes pada siklus II di peroleh 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 %.

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

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar setiap manusia untuk menjamin keberlangsungan hidupnya agar lebih bermartabat (Sabaruddin, 2016). 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

Dalam Pendidikan Jasmani, banyak materi pelajaran yang harus diajarkan termasuk materi “PencakSilat”. 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 jejag, tendangan gajul, tendangan 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 indicator 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.

Penulis memberi solusi dimana cara pembelajaran yang berbeda dan siswa agar tertarik mengikuti pembelajaran yang diberikan oleh guru yaitu dengan memberikan cara dengan metode pembelajaran menggunakan media audio visual, dimana siswa akan melihat bagaimana teknik dan cara-cara yang benar dalam melakukan tendangan busur, solusi yang diberikan penulis dianggap lebih relevan karena siswa akan tertarik mengikuti pembelajaran dengan media audio visual dikarenakan siswa biasa melihat tendangan hanya dengan diluar saja atau melihatnya secara langsung tetapi tidak secara detail. Disini siswa dapat melihat di video bagaimana proses pembelajaran tendangan busur dan teknik – teknik dalam tendangan busur.

Dari ketertarikan siswa dalam melihat dan mempelajari tendangan busur dengan benar di video bias 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 pencermatan 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.

Hasil Penelitian

Dari analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa melalui penggunaan media Audiovisual dapat memberikan dampak positif bagi proses kegiatan belajar siswa dan meningkatkan hasil belajar tendanganbusur siswa kelas VII 2. Karena penggunaan media pembelajaran sederhana ini selain menimbulkan suasana baru bagi siswa, dalam proses pembelajaran para siswa tidak mengalami suasana pembelajaran yang menegangkan karena mereka belajar seperti bermain di kehidupan sehari – hari mereka.

Pada pembelajaran di siklus II dapat dilihat bahwa telah terjadi peningkatan aktivitas siswa dari siklus sebelumnya. 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.

Siklus	Tuntas	Persentase	Tidak Tuntas	Persentase	Nilai Rata-rata
PreTest	10	41,67%	14	58,33%	69,70%
Siklus I	15	62,50%	9	37,50%	70,00%
SiklusII	20	83,33%	4	16,67%	81,00%

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 :

4. Disarankan kepada Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan MTs. Swasta Alwashliyah Pancur Batu dapat menggunakan media Audiovisual pada kegiatan belajar mengajar.
5. 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.
6. 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

- 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.
- 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. Unodan Nurdin Mohamad. 2011. belajar dengan pendekatan PALKEM. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Syaiful Sagala. 2003. Konsep dan makna pembelajaran. Bandung : CV. Alfabeta.
- 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. Agustī, Husni. 1992. Teknik dan program latihan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Http://blogspot. Bompā, 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