

**MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR DALAM PENCAK SILAT**

**(Skripsi)**

**Oleh :**

**ALIFIAN BIMA WIDI PUTRA**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS LAMPUNG**

**BANDAR LAMPUNG**

**2023**

## ABSTRAK

### MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR DALAM PENCAK SILAT

Oleh :

ALIFIAN BIMA WIDI PUTRA

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk buku yang berupa model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat, menyempurnakan sarana pembelajaran menggunakan media buku agar lebih mudah dipahami dan dimengerti segala kalangan khususnya di SD Aisyiyah Metro dan memberikan pemahaman dengan baik kepada siswa/i agar dapat mempelajari gerakan dasar dalam pencak silat secara mandiri. Metode penelitian ini menggunakan *Research & Development model Borg and Gall* yang terdiri dari sepuluh langkah dalam penelitian, antara lain: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Development of the preliminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field test* (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final produk* (10) *Dissemination and implementation*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SD Aisyiyah Metro.

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu ahli pencak silat 97,14%, ahli pembelajaran 84%, ahli bahasa 71,42%, dan ahli media 74,28%. Hasil perhitungan rata-rata dari ke empat ahli adalah sebesar 81,71%, sehingga model latihan ini dinyatakan **valid** dan **layak untuk digunakan** dalam menunjang proses latihan pencak silat khususnya tingkat SD.

**Kata Kunci:** pencak silat, media, *Research & Development*, valid.

## **ABSTRACT**

### **MODEL OF LEARNING BASIC MOVEMENTS IN PENCAK SILAT**

**By :**

**ALIFIAN BIMA WIDI PUTRA**

*The goal to be achieved in this research and development is to produce a book product in the form of a model for learning basic movements in pencak silat, perfecting learning facilities using book media so that it is easier to understand and be understood by all groups, especially at SD Aisyiyah Metro and provide good understanding to students. /i so that you can learn the basic movements in pencak silat independently. This research method uses the Borg and Gall Research & Development model which consists of ten steps in research, including: (1) Research and information collecting (2) Planning (3) Development of the preliminary product (4) Preliminary field testing ( 5) Main product revision (6) Main field test (7) Operational product revision (8) Operational field testing (9) Final product (10) Dissemination and implementation. The subjects in this research were Aisyiyah Metro Elementary School students.*

*The results obtained from this research were 97.14% pencak silat experts, 84% learning experts, 71.42% language experts, and 74.28% media experts. The average calculation result from the four experts was 81.71%, so this training model was declared valid and suitable for use in supporting the pencak silat training process, especially at elementary school level.*

**Keywords:** *martial arts, media, Research & Development, valid.*

**MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR DALAM PENCAK SILAT**

**Oleh :**

**ALIFIAN BIMA WIDI PUTRA**

**Skripsi**

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar  
**SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani  
Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG**

**202**

Judul Skripsi : **MODEL PEMBELAJARAN GERAK  
DASAR DALAM PENCAK SILAT**

Nama Mahasiswa : **Alifian Bima Widi Putra**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1713051019

Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

**MENYETUJUI**

**1. Komisi Pembimbing**

Pembimbing I



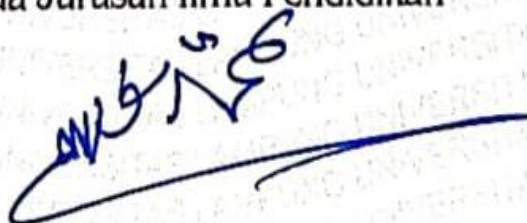
**Dr. Heru Sulistianta, S.Pd., M.Or., AIFO.**  
NIP 19700525 200501 1 002

Pembimbing II



**Lungit Wicaksono, S.Pd., M.Pd.**  
NIP 19830308 201504 1 002


**2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**

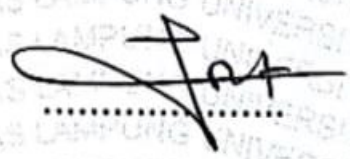


**Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.**  
NIP 19741220 200912 1 002

## MENGESAHKAN

### 1. Tim Penguji

Ketua : **Dr. Heru Sullstianta, S.Pd., M.Or., AIFO.** 

Sekretaris : **Lungit Wicaksono, S.Pd., M.Pd.** 

Penguji : **Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.** 

### 2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



**Prof. Dr. Sunyono, M.Si.**

NIP 19651230 199111 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **04 Oktober 2023**

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alifian bima Widi Putra  
NPM : 1713051019  
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan skripsi yang berjudul “Model Pembelajaran Gerak Dasar Dalam Pencak Silat” tersebut adalah asli hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 11 Oktober 2023

Yang Membuat Pernyataan



Alifian Bima Widi Putra

NPM. 1713051019

## RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Alifian Bima Widi Putra, lahir di Krui, pada tanggal 06 Oktober 1998. Penulis merupakan anak pertama dari empat bersaudara, dari pasangan Bapak Budiyanto dan Ibu Wiwik Susanti.

Penulis menempuh pendidikan formal diawali pada tahun 2004 di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Metro barat, kemudian pada tahun 2005 melanjutkan studi di SDN 3 Metro Pusat, setelah itu melanjutkan studi di SMP Muhammadiyah 1 Metro pada tahun 2011, dan pada tahun 2014 melanjutkan studi di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

Tahun 2017, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur Tes SNMPTN. Tahun 2020, penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Ganjar Asri, Kec. Metro Barat, Kota Metro, dan sekaligus melakukan Program Pengenalan Lapangan Persekolah (PLP) di SMA Muhammadiyah 1 Metro, Kota Metro.



## **MOTTO**

***“Tidak Ada Pengorbanan Yang Tidak Dihargai”***

**(Alifian Bima Widi Putra)**

***“Dengan Iman dan Akhlak Saya Menjadi Kuat,  
Tanpa Iman dan Akhlak Saya Menjadi Lemah”***

**(Tapak Suci)**

***“Aku Harus Percaya Pada Diriku Sendiri,  
Percaya Bahwa Aku Adalah Orang Yang  
Mereka Percaya”***

**(Naruto Uzumaki)**

## PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ku persembahkan skripsi ini kepada:

Ibu dan Ayah tersayang yang selalu memberikan semangat dan dukungan tiada hentinya kepada saya, selalu memanjatkan doa-doa indahny demi kesuksesan saya, dan selalu memberikan nasihat-nasihat yang bermanfaat untuk kebaikan saya, juga kepada seorang yang special yang telah mendukung dan mensupport diri saya agar menjadi pribadi yang lebih baik tentunya.

*Serta*

*Almamater Tercinta Universitas Lampung.*

## SANWACANA

Puji syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul "Model Pembelajaran Gerak Dasar Dalam Pencak Silat". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Lampung. Dengan kerendahan hati yang tulus penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir Lusmeilia Afriani, D.E.A.IPM., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M.Si., selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Bapak Dr. Heru Sulistianta, S.Pd., M.Or., AIFO., Selaku Ketua Program Studi S-1 Pendidikan Jasmani Universitas Lampung.
5. Bapak Dr. Heru Sulistianta, S.Pd., M.Or., AIFO., selaku Pembimbing Pertama yang telah memberikan bimbingan, pengarahan serta motivasi kepada penulis.
6. Bapak Lungit Wicaksono, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing Kedua yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, serta kepercayaan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen serta Staf administrasi Penjas Unila yang telah memberikan ilmu dan membantu saat menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Drs. Abdul Jabar selaku Pelatih pencak silat yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
9. Kedua orang tua saya Bapak Budiyanto, S.Pd. dan Ibu Wiwik Susanti, S.Pd., Serta ketiga saudari saya Rahmadilla Widi Putri, Nadhira Tafana Widi Putri

dan Aghnia Zahira Widi Putri yang telah memberikan doa serta dukungannya yang tidak pernah ada habisnya untuk saya.

10. Kepada Nia Nur Atika, S.Kom. yang selalu membantu dan menolong saya melaksanakan penelitian dan pengerjaan skripsi hingga selesai.
11. Kepada Kakanda Riza Fahmi Alfaqih, S.Pd. dan Afif Setiawan Senju, S.Pd. yang telah memberi inspirasi dalam penelitian saya.
12. Kepada Jihan Fadillah Ul-haq, S.Pd. dan Rama Sam Aditya, S.H. yang telah memberikan dukungan mental kepada saya.
13. Kepada keluarga besar SD Aisyiyah Metro yang telah mengizinkan saya untuk melaksanakan penelitian dengan baik dan lancar.
14. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dengan tulus dan ikhlas semoga diberikan kebaikan dari Allah SWT.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna, Aamiin.

Bandar Lampung, 11 Oktober 2023

Penulis



Alifian Bima Widi Putra

NPM. 1713051019

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah .....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.6 Manfaat Penelitian.....	4
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	6
2.1 Model.....	6
2.2 Pembelajaran .....	6
2.3 Gerak Dasar .....	7
2.4 Olahraga .....	9
2.5 Hakikat Pencak Silat .....	10
2.5.1 Definisi Pencak Silat .....	10
2.5.2 Teknik Dasar Pencak Silat .....	12
2.6 Pola Pembentukan Arah Gerak Pencak Silat.....	13
2.7 <i>Research and Development (R&amp;D)</i> .....	14
2.8 Model-Model Penelitian Pengembangan Dalam Pendidikan ( <i>Research And Development</i> ) .....	15
2.9 Penelitian Yang Relevan .....	22
2.10 Kerangka Berfikir.....	23

2.11	Hipotesis .....	24
<b>III.</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
3.2	Variabel Penelitian .....	25
3.3	Populasi dan Sampel .....	25
3.3.1	Populasi.....	25
3.3.2	Sampel .....	26
3.4	Metode Penelitian.....	26
3.5	Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	28
3.6	Penelitian Pendahuluan .....	29
3.7	Perancangan Pengembangan Model.....	29
3.8	Validasi, Evaluasi dan Revisi Model .....	30
3.9	Teknik Pengumpulan Data dan Uji Efektifitas Produk.....	31
3.10	Implementasi Model.....	33
<b>IV.</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	34
4.1.1	Hasil Pengembangan Model .....	34
4.1.2	Pengolahan Data Berdasarkan Validasi Ahli.....	38
4.2	Pembahasan .....	42
<b>V.</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>47</b>
5.1	Kesimpulan.....	47
5.2	Saran .....	47
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>49</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>52</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
<b>Tabel 3. 1</b> Persentase Hasil Evaluasi .....	33
<b>Tabel 4. 1</b> Contoh Model Produk .....	34
<b>Tabel 4. 2</b> Rekapitulasi Nilai dari <i>Expert Judgement</i> .....	42

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
<b>Gambar 2. 1</b> Arah Delapan Penjuru Mata Angin .....	13
<b>Gambar 3. 1</b> Chart Langkah-Langkah Pengembangan.....	27



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
<b>LAMPIRAN 1</b> Bukti Validasi Ahli Pencak Silat .....	53
<b>LAMPIRAN 2</b> Validasi Ahli Pembelajaran.....	55
<b>LAMPIRAN 3</b> Validasi Ahli Bahasa.....	57
<b>LAMPIRAN 4</b> Validasi Ahli Media .....	59
<b>LAMPIRAN 5</b> Izin Penelitian.....	61
<b>LAMPIRAN 6</b> Surat Keterangan dari Sekolah.....	62
<b>LAMPIRAN 7</b> Dokumentasi Penelitian .....	63
7. 1 Bersama Siswa/i, Guru dan Pelatih Silat SD Aisyiah Metro .....	63
7. 2 Berdoa Bersama Sebelum Latihan .....	63
7. 3 Proses Pemakaian Sabuk .....	64
7. 4 Pemanasan Sebelum Latihan 1 .....	64
7. 5 Pemanasan Sebelum Latihan 2 .....	64
7. 6 Pemanasan Sebelum Latihan 3 .....	65
7. 7 Latihan Tendangan Menggunakan <i>Handbag</i> .....	65
7. 8 Latihan Seni Pencak Silat.....	65
7. 9 Dokumentasi Uji Coba Kelompok Kecil 1 .....	66
7. 10 Dokumentasi Uji Coba Kelompok Kecil 2 .....	66
7. 11 Uji Coba Kelompok Besar 1 .....	67
7. 12 Uji Coba Kelompok Besar 2 .....	67

## I. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu bentuk kegiatan yang bisa menjaga atau meningkatkan daya tahan tubuh terutama kondisi fisik kita, salah satunya adalah pencak silat. Pencak silat adalah seni beladiri yang lahir dan tumbuh berkembang di Indonesia serta telah diakui oleh dunia luas. Menurut Sucipto, (2007: 10) “pencak silat merupakan ilmu bela diri warisan budaya nenek moyang bangsa Indonesia untuk mempertahankan kehidupannya. Manusia selalu membela diri dari ancaman alam, binatang, maupun sesamanya yang dianggap mengancam integritasnya”. Pada dasarnya gerakan dalam pencak silat mengandung banyak filosofi yang menekankan pada nilai kekuatan, efisiensi gerak serta estetika dalam setiap gerakannya. Terdapat empat aspek dalam pencak silat yaitu: aspek mental spiritual, aspek seni budaya, aspek beladiri dan aspek olahraga.

Pencak silat merupakan ilmu beladiri asli Indonesia dan menjadi salah satu seni budaya yang diwariskan nenek moyang bangsa Indonesia. Pencak silat telah ada sejak nenek moyang kita masih hidup secara primitif. Dari cara berkelahi dengan meniru gerakan-gerakan berbagai jenis binatang inilah terciptanya gerakan-gerakan beladiri pencak silat. Itulah sebabnya timbul berbagai aliran pencak silat yang disesuaikan namanya dengan nama bintang, nama tempat atau nama pulau.

Pencak silat juga mengajarkan tentang beriman dan berakhlak serta attitude yang baik seperti hormat pada orang tua, menghargai pelatih, teman, senior, ramah, santun, suka menolong dan dapat bekerja sama. Dalam latihan dan bertanding pencak silat muncul sikap patriotisme, nasionalisme, disiplin, berdaya tahan, tangguh, cerdas, sportif dan jujur, serta mampu berkompetisi.

Dilihat dari perkembangan pencak silat saat ini, masih menjadi salah satu seni beladiri yang cukup diminati. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya cabang perguruan pencak silat yang ada di Indonesia khususnya di Provinsi Lampung. Di Provinsi Lampung sendiri pencak silat juga menjadi salah satu olahraga yang juga banyak digemari oleh seluruh lapisan masyarakat dan siswa sekolah mulai dari tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Dibawah naungan IPSI Provinsi Lampung banyak atlet pencak silat yang telah berhasil menjuarai berbagai kejuaraan tingkat nasional seperti PON, kejurnas pencak silat dan kejuaraan multi event lainnya.

Melihat penting dan perlunya bela diri pencak silat selain untuk melestarikan kebudayaan asli Indonesia dan juga karena adanya berbagai event mulai dari tingkat Kabupaten/Kota, Provinsi hingga Nasional, maka pembelajaran bela diri di Provinsi Lampung perlu lebih ditingkatkan dan dikembangkan agar lebih menarik guna mencapai hasil pembelajaran yang maksimal. Khususnya materi pembelajaran pencak silat di SD Aisyiyah Metro yang masih dilakukan secara biasa. Yang mana pendidik memberi contoh dan penjelasan gerakan dasar, setelah itu guru memberikan kode untuk siswa melakukan hal tersebut secara bersamaan sesuai instruksi. Cara mengajar seperti ini membuat kebanyakan siswa-siswi kurang memahami instruksi tersebut, sehingga tidak melakukan gerakan dengan benar. Tidak hanya itu, bahkan terkadang guru tidak memberikan materi beladiri pencak silat karena kurangnya sarana prasarana dan kurang mendalamnya pengetahuan pendidik terhadap gerak dasar pencak silat. Hal ini berdampak pada hasil pembelajaran yang tidak terpenuhi. Siswa tidak dapat melakukan dan meningkatkan gerakan dengan baik sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Setelah peneliti melakukan observasi dan pengamatan langsung di SD Aisyiyah Metro, ada beberapa masalah yang didapat peneliti dalam proses belajar mengajar pencak silat, yaitu kurangnya pemahaman siswa/i tentang pemahaman gerak dalam pencak silat, minim nya waktu latihan yang juga berdampak kepada

pemahaman siswa/i, kurangnya sarana tambahan seperti buku bacaan yang dapat dipelajari secara mandiri oleh siswa/i sehingga terjadi kesalah pahaman dalam melakukan gerak dasar dalam pencak silat. Hal ini menyebabkan gerakan pada pencak silat menjadi tidak tepat, contohnya pada posisi kuda-kuda yang sering salah dalam menempatkan posisi kaki dan tubuh yang sering membungkuk karena menahan berat badan akibat kuda-kuda yang salah. Berdasarkan hal itulah penulis terdorong untuk melakukan penelitian tentang “model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat” dengan tujuan menyempurnakan sarana pembelajaran menggunakan media buku agar lebih mudah dipahami dan dimengerti segala kalangan, khususnya di SD Aisyiyah Metro.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi permasalahannya sebagai berikut:

1. Kurangnya pemahaman siswa/i SD Aisyiyah Metro tentang gerak dasar dalam pencak silat.
2. Kurangnya sarana tambahan seperti buku bacaan yang dapat dipelajari secara mandiri oleh siswa/i SD Aisyiyah Metro yang membuat gerakan pencak silat menjadi tidak tepat.
3. Terjadi kesalah pahaman dalam melakukan gerak dasar dalam pencak silat.
4. Kurangnya pengetahuan pendidik terhadap gerak dasar pencak silat.

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi permasalahan ini dengan melakukan penggambaran gerak menggunakan media buku yang dilengkapi gambar dan penjelasan yang dapat dipahami oleh pembaca agar dapat dipelajari berulang-ulang.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Yang menjadi rumusan masalah dalam dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana mempelajari gerak dasar pencak silat menggunakan media buku secara mandiri?
2. Bagaimana model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan rumusan masalah, maka peneliti dapat memberikan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk memberikan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat.
2. Untuk memberikan pemahaman dengan baik kepada siswa/i agar dapat mempelajari gerakan dasar dalam pencak silat secara mandiri.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritik

Penelitian ini berguna untuk menguatkan pada aspek gerak dasar dalam pencak silat secara tepat dengan menggunakan gambar dan bahasa yang mudah di pahami oleh pembaca.

2. Manfaat praktis

- a. Siswa/i

Para siswa/i dapat mengetahui dengan jelas bagaimana bentuk dari gerak dasar dalam pencak silat secara mandiri menggunakan media buku, sehingga pelatih dapat dengan mudah menyampaikan gerakan tanpa harus terus menerus memberikan contoh pengulangan gerakan dan memberikan latihan gerak dasar yang berkelanjutan dengan baik.

- b. Pelatih

Pelatih akan lebih mudah untuk menjalankan latihan dengan baik tanpa ada rasa kekhawatiran siswa/i terlupa, karena para siswa/i juga dapat

mempelajari gerak dasar pencak silat secara mandiri menggunakan media buku.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **2.1 Model**

Penggunaan istilah “Model” biasa lebih dikenal dunia fashion. Sebenarnya, dalam pembelajaran istilah “Model” juga banyak dipergunakan. Karena model dalam pembelajaran dapat diartikan sebagai pola yang digunakan untuk penyusunan kurikulum, mengatur materi, dan memberi petunjuk kepada guru kelas. Menurut Abimanyu dkk (2008:311) menyatakan bahwa model diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan dalam melakukan sesuai kegiatan. Suprijono (2009:45) berpendapat bahwa “model adalah bentuk representasi akurat sebagai proses aktual yang memungkinkan seseorang atau sekelompok orang mencoba bertindak berdasarkan model itu”. Berdasarkan beberapa pengertian itu dapat disimpulkan model adalah suatu pola atau acuan yang digunakan dalam melakukan sesuatu kegiatan.

### **2.2 Pembelajaran**

Istilah pembelajaran merupakan terjemahan dari “learning”. Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusia, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan (Hamalik,1999: 57). Untuk itu jika dilihat dari istilah pembelajaran maka pendidikan formal harus mampu memaksimalkan peluang bagi murid untuk berlangsungnya interaksi hakiki, bukan sekedar menyampaikan pengetahuan dan membentuk keterampilan saja yang dipergunakan maka akan menurunkan kualitas pembelajaran.

Menurut Dimiyati (2002: 159) pembelajaran berarti meningkatkan kognitif, afektif dan keterampilan siswa. Peningkatan tersebut dikembangkan bersama dengan perolehan pengalaman-pengalaman belajar.

Berdasarkan definisi-definisi pembelajaran yang diuraikan di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah suatu pengalaman belajar siswa yang tersusun dari unsur manusia, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur untuk meningkatkan kemampuan kognitif, afektif dan keterampilan.

### **2.3 Gerak Dasar**

Hakekat gerak dasar kemampuan gerak yang perlu ditingkatkan pada siswa sekolah dasar adalah kemampuan gerak dasar, yaitu suatu pola gerakan yang mendasari suatu gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks. Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar. Semua kemampuan tersebut harus dimiliki anak dengan baik, agar anak memiliki landasan untuk mengembangkan kemampuan gerak yang lebih kompleks.

Kemampuan tersebut menurut beberapa ahli mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak (motor ability), yang berarti keadaan dari seseorang untuk menampilkan berbagai variasi kemampuan gerak. Menurut Samsudin (2008:8), menyatakan bahwa “gerak (motor) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor digunakan untuk mempelajari perkembangan gerak pada manusia. Jadi gerak (motor) ruang lingkungannya lebih luas daripada psikomotorik. Meskipun secara umum sinonim digunakan dengan istilah motor (gerak), sebenarnya psikomotor mengacu pada gerakan-gerakan yang dinamakan alih getaran elektronik dari pusat otot besar”.

Kemampuan gerak dasar atau sering disebut dengan istilah “kemampuan motorik”. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dibawa sejak lahir. Aip Syarifuddin dan Muhadi (1991:24) menyatakan, “Gerak dasar manusia



adalah jalan, lari, lompat, dan lempar”. Keterampilan gerak dasar adalah pola gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh yang berbeda seperti berlari, melompat, menangkap, melempar, memukul, dan keseimbangan.

Dalam mempelajari kemampuan gerak dasar terdapat beberapa perubahan yang dapat kita amati dari sejak manusia lahir sampai dewasa. Perubahan tersebut yaitu dari gerak bebas yang tidak bermakna menjadi gerak yang terarah dan tidak bermakna, dari gerak kasar menjadi gerak halus, dari gerak yang tidak beraturan menjadi beraturan. Dengan adanya perubahan tersebut akan sangat membantu terhadap kemampuan gerak tertentu, yang dapat diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari.

Pada dasarnya kemampuan gerak dasar dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kategori yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Adapun tiga kategori tersebut meliputi:

1) Keterampilan lokomotor

Merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam suatu ruang atau dari tempat ke tempat lain. Gerak lokomotor terdiri dari jalan, lari, loncat, lompat, dll.

2) Keterampilan non-lokomotor

Dalam istilah lain disebut keterampilan stabilitas, yaitu gerakan yang dilakukan dengan meminimalisasi atau tanpa bergerak dari tempatnya atau landasan, sebagai contoh meliukkan badan, mengayunkan anggota badan, membungkuk, dll.

3) Keterampilan manipulatif

“Ada dua klasifikasi dalam keterampilan manipulatif yaitu receptive dan propulsive, keterampilan receptive adalah keterampilan menerima sesuatu objek seperti menangkap, trapping (menerima dan mengontrol bola) dll, sedangkan keterampilan propulsive ditandai dengan penerapan gaya terhadap suatu objek seperti melempar, dan memukul dll” (Samsudin (2008: 75-103).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, gerak dasar dapat diartikan sebagai gerak pengulangan yang dilakukan terus menerus dari kebiasaan serta menjadikannya sebagai dasar dari pengalaman yang dibagi menjadi tiga pola atau kategori, yaitu gerak lokomotor, gerak non-lokomotor dan gerak manipulatif.

## **2.4 Olahraga**

Olahraga merupakan kebutuhan hidup manusia. Apabila seseorang melakukan olahraga dengan teratur, hal itu akan membawa pengaruh yang baik terhadap perkembangan jasmaninya (Doty, 2006: 1). Selain berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani manusia, olahraga juga memberikan pengaruh pada perkembangan rohani si pelaku. Olahraga dapat memberikan efisiensi kerja terhadap alat-alat tubuh sehingga peredaran darah, pernafasan, dan pencernaan menjadi teratur. Selain itu, olahraga juga merupakan bagian utama dari kegiatan masyarakat dan budaya di seluruh dunia.

Olahraga merupakan bentuk perilaku gerak manusia yang spesifik yang memiliki arah dan tujuan yang beragam sehingga olahraga merupakan fenomena yang relevan dengan kehidupan sosial dari tiap orang. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (UU-SKN), pasal 1 ayat 1 di jelaskan bahwa: Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pembelajaran, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan. Kemudian dalam sistem tersebut bahwa keolahragaan meliputi tiga ruang lingkup yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi.

Pembinaan dan pengembangan olahraga dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru/pelatih olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung sarana dan prasarana olahraga yang memadai.

## 2.5 Hakikat Pencak Silat

### 2.5.1 Definisi Pencak Silat

Pencak silat telah kita akui sebagai sebuah cabang olahraga tradisional, warisan budaya leluhur bangsa Indonesia. Ini menjadi kewajiban kita untuk melestarikannya dan mengembangkannya. Proses pelestarian dan pengembangan itu dilaksanakan melalui upaya pendidikan.

Menurut Lubis dan Wardoyo (2014:1) pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia, di mana sangat diyakini para pendekarnya dan pakar pencak silat bahwa masyarakat melayu saat ini menciptakan dan mempergunakan ilmu bela diri ini sejak masa prasejarah. Karena pada masa itu manusia harus menghadapi alam yang keras dengan tujuan mempertahankan kelangsungan hidupnya (*survive*) dengan melawan binatang ganas dan berburu yang pada akhirnya manusia mengembangkan gerak-gerak bela diri.

Menurut Maryono (1999:4) pencak silat berarti “permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kemampuan menangkis, menyerang dan membela diri baik dengan atau tanpa senjata”.

Menurut Sutrisno (2014:83) “pencak silat dapat diartikan sebagai gerak-bela serang yang teratur menurut system, waktu, tempat dan iklim dengan selalu menjaga kehormatan masing-masing secara kesatria, tidak mau melukai perasaan”.

Pencak silat adalah cabang olahraga yang berupa hasil budaya manusia Indonesia untuk membela/mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritas terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai

keselarasan hidup, meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Sucipto (2001:27).

- 1) Pencak silat mempunyai empat aspek yang mencakup nilai-nilai luhur sebagai suatu kesatuan yang tak terpisahkan, aspek tersebut meliputi: Aspek mental spiritual meliputi takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, tenggang rasa, percaya diri, disiplin, cinta bangsa dan tanah air, solidaritas sosial, jujur, membela kebenaran dan keadilan.
- 2) Aspek beladiri meliputi berani dalam membela kebenaran, tabah, tangguh, ulet, tanggap, peka dan cermat.
- 3) Aspek seni meliputi mengembangkan pencak silat sebagai budaya bangsa Indonesia yang mencerminkan nilai-nilai luhur, mengembangkan pencak silat yang diarahkan pada penerapan nilai-nilai kepribadian bangsa, mencegah penonjolan secara sempit nilai-nilai pencak silat yang bersifat sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari, meningkatkan prestasi, menjunjung tinggi solidaritas, pantang menyerah, kedaerahan, menanggulangi pengaruh kebudayaan asing yang negatif.
- 4) Aspek olahraga meliputi berlatih, melaksanakan olahraga pencak silat sebagian dari kehidupan sehari-hari, meningkatkan prestasi, menjunjung tinggi solidaritas, pantang menyerah.

Menurut Sutiyono (2000:1) secara umum, pencak silat memiliki ciri:

- a) Menggunakan seluruh bagian tubuh dan anggota badan sebagai alat penyerangan dan pembelaan diri.
- b) Dapat dilakukan dengan atau tanpa alat.
- c) Tidak memerlukan senjata tertentu, tetapi benda apapun dapat dijadikan senjata.
- d) Di samping itu, pencak silat mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan yaitu: aspek akhlak kerohanian, aspek beladiri, aspek seni dan aspek olahraga Sutiyono, (2000: 2).

### 2.5.2 Teknik Dasar Pencak Silat

Penguasaan teknik merupakan suatu landasan dalam usaha mencapai prestasi yang optimal dalam pencak silat. Menurut Lubis dan Wardoyo (2014:17) gerak dasar pencak silat adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali, yang mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya. Dengan demikian, pencak silat merupakan cabang olahraga yang cukup lengkap untuk dipelajari karena memiliki empat aspek yang merupakan satu kesatuan utuh dan tidak dapat dipisah-pisahkan. Sedangkan menurut Irianto (2002:80) teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga.

Menurut Nugroho (2004:5) teknik pencak silat adalah:

- 1) Belaian yaitu: tangkisan elakan, hindaran, dan tangkisan;
- 2) Serangan yaitu: pukulan, tendangan, jatuhan, dan kunci;
- 3) Teknik bawah yaitu: sapuan bawah, sirkel bawah, dan guntingan.

Kesamaan teknik dasar yang harus dikuasai oleh semua beladiri adalah sikap kuda-kuda.

Penguasaan teknik dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain, Irianto (2002:80):

- 1) Kualitas fisik yang relevan.
- 2) Kualitas psikologis atau kematangan bertanding.
- 3) Metode latihan yang tepat.
- 4) Kecerdasan atlet memilih teknik yang tepat dalam situasi tertentu.

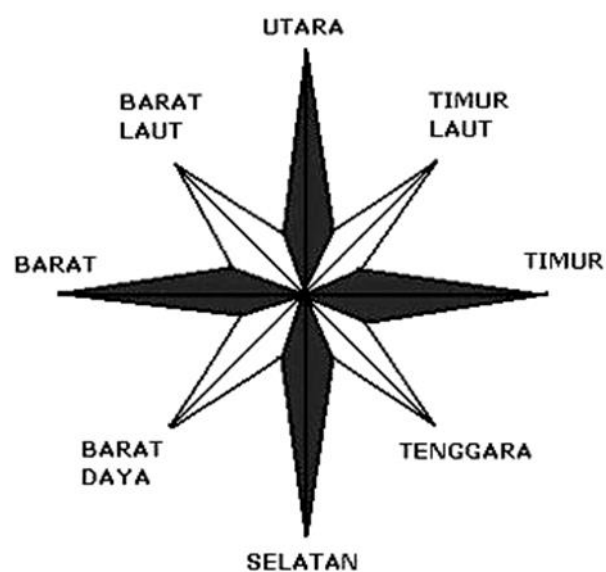
Teknik gerak yang ada dalam beladiri pencak silat berbeda dengan teknik gerakan yang ada pada beladiri lainnya, karena pencak silat mempunyai pola gerak dan kaidah-kaidah tertentu. Adapun teknik yang perlu dikembangkan

dalam pencak silat menurut Lubis dan Wardoyo (2014:18-43) antara lain adalah:

- 1) Kuda-kuda,
- 2) Sikap pasang dan pengembangannya,
- 3) Pola langkah,
- 4) Teknik belaan dan Hindaran,
- 5) Teknik serangan, dan
- 6) Teknik serangan kaki dan tungkai.

## 2.6 Pola Pembentukan Arah Gerak Pencak Silat

Arah adalah sasaran dalam melakukan gerakan, baik pada waktu melakukan pembelaan maupun serangan. Arah dikenal dengan delapan penjuru mata angin. Langkah dilakukan pada arah tertentu sesuai dengan keperluannya.



**Gambar 2. 1** Arah Delapan Penjuru Mata Angin

(Sumber: <http://rangkuman-pelajaran.blogspot.com/2009/10/mata-angin-compass.html>)

## 2.7 *Research and Development (R&D)*

Menurut Borg and Gall (1989), *educational research and development is a process used to develop and validate educational product*, artinya bahwa penelitian pengembangan pendidikan (R&D) adalah sebuah proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Hasil dari penelitian pengembangan tidak hanya pengembangan sebuah produk yang sudah ada melainkan juga untuk menemukan pengetahuan atau jawaban atas permasalahan praktis. Sugiyono (2009:407) berpendapat bahwa, metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keektifan produk tersebut. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan (digunakan metode survey atau kualitatif) dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keektifan produk tersebut (digunakan metode eksperimen). Lebih lanjut Borg and Gall (dalam Sugiyono:2009:11) menyatakan bahwa untuk penelitian analisis kebutuhan sehingga mampu dihasilkan produk yang bersifat hipotetik sering digunakan metode penelitian dasar (*basic research*). Selanjutnya untuk menguji produk yang masih bersifat hipotetik tersebut, digunakan eksperimen atau *action research*. Setelah produk teruji, maka dapat diaplikasikan. Proses pengujian produk dengan eksperimen tersebut dinamakan penelitian terapan (*applied research*). Penelitian dan pengembangan bertujuan untuk menemukan, mengembangkan dan memvalidasi suatu produk.

Jadi penelitian dan pengembangan bersifat longitudinal (bertahap bisa *multy years*). Penelitian Hibah Bersaing (didanai oleh Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi), adalah penelitian yang menghasilkan produk, sehingga metode yang digunakan adalah metode penelitian dan pengembangan. Produk yang ditemukan bisa berupa model, pola, prosedur, sistem. Dalam bidang pendidikan, produk-produk yang dihasilkan melalui penelitian R&D diharapkan dapat meningkatkan

produktivitas pendidikan, yaitu lulusan yang jumlahnya banyak, berkualitas dan relevan dengan kebutuhan.

Produk-produk pendidikan yang dihasilkan dapat berupa kurikulum yang spesifik untuk keperluan pendidikan tertentu, metode mengajar, media pendidikan, buku ajar, modul, kompetensi tenaga kependidikan, sistem evaluasi, model uji kompetensi, penataan ruang kelas untuk model pembelajar tertentu, model unit produksi, model manajemen, sistem pembinaan pegawai, sistem penggajian dan lain-lain (Sugiyono: 2009:412). Sukmadinata (2008:190), mengemukakan penelitian dan pengembangan merupakan pendekatan penelitian untuk menghasilkan produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada. Produk yang dihasilkan bisa berbentuk software, ataupun hardware seperti buku, modul, paket, program pembelajaran ataupun alat bantu belajar. Penelitian dan pengembangan berbeda dengan penelitian biasa yang hanya menghasilkan saran-saran bagi perbaikan, penelitian dan pengembangan menghasilkan produk yang langsung bisa digunakan.

## **2.8 Model-Model Penelitian Pengembangan Dalam Pendidikan (*Research And Development*)**

Penelitian Pengembangan dalam konteks pendidikan, sampai sekarang telah berkembang berbagai model penelitian dan pengembangan, dikenal bermacam-macam model Penelitian dan Pengembangan sistem, model, proses, bahan dan ataupun perangkat pendidikan (Saryono, LP2-UM). Saryono juga menjabarkan model pengembangan yang populer sampai sekarang ada tujuh, yaitu Model Kemp (1994), Model Sistem Dick Dan Carey (1990;2000), Model Smith Dan Ragan (1993), Model 4 D (1974), Model Borg Dan Gall (1983/2003), Model R-D-R, Dan Model R2D2. Penjabaran dari model pengembangan dalam dunia pendidikan sebagai berikut:



## 1. Model Kemp

Model kemp ditemukan oleh Jerrod Kemp, G.R. Morrison, dan S.M. Ross berlangsung dari berbagai titik siklus, yang tidak memiliki titik awal yang mengharuskan pengembangan melalui aktifitas pengembangan. Semua aktivitas pengembangan saling berhubungan secara langsung dengan aktifitas revisi produk yang dikembangkan. Aktivitas pengembangan model kemp ini terdiri atas sepuluh langkah yang lentur dan saling bergantung. Maksudnya, keputusan yang dikenakan pada satu langkah dapat memengaruhi langkah lainnya pada satu sisi dan pada sisi lain langkah-langkah yang dilakukan dapat maju mundur berdasarkan langkah awal pengembangan.

Menurut Kemp, sepuluh langkah pengembangan yang lentur dan saling bergantung itu adalah (1) identifikasi kebutuhan belajar, (2) pemilihan topik atau tugas, (3) identifikasi karakteristik pembelajar, (4) identifikasi isi dan analisis tugas, (5) perumusan tujuan pembelajaran, (6) perancangan kegiatan belajar-mengajar, (7) pemilihan sumber-sumber belajar, (8) penetapan faktor pendukung, (9) evaluasi belajar, dan (10) prates (Trianto, 2012:82-89).

**Kelebihan:** Model ini tergolong model konseptual yang positivistik, lentur dan terbuka.

**Kelemahan:** Tetapi terlalu rumit langkah-langkah pengembangannya.

Peran pengembang juga sangat dominan, mengabaikan keberadaan dan peran calon pengguna.

## 2. Model Dick dan Carey

Model pendekatan sistem yang dikembangkan oleh Dick dan Carey (1990) memandang aktivitas pengembangan sebagai salah satu komponen sistem pengajaran yang terkait langsung dengan komponen sistem pengajaran lainnya (Saryono, LP2-UM). Aktivitas pengembangan itu merupakan langkah sistemis dan terorganisasi secara ketat yang menggambarkan

urutan prosedur pengembangan dan hubungan antar-komponen secara serial.

Menurut Dick dan Carey dalam Saryono (LP2-UM), prosedur pengembangan dan hubungan antar-komponen tampak pada sepuluh langkah pengembangan, yaitu (1) analisis kebutuhan belajar, (2) analisis pembelajaran, (3) analisis karakteristik pembelajar dan konteksnya, (4) perumusan tujuan umum dan khusus pembelajaran, (5) pengembangan instrument asesmen, (6) pengembangan strategi pembelajaran, (7) pengembangan dan pemilihan bahan pembelajaran, (8) perancangan dan pelaksanaan penilaian formatif, (9) pelaksanaan revisi bahan pembelajaran, dan (10) perancangan dan penilaian sumatif. Kesepuluh langkah tersebut mengikuti alur berurutan secara prosedural, tidak dapat diacak langkah-langkahnya (Trianto, 2012:89-92).

**Kelebihan:** Model ini tergolong model prosedural yang behavioristis dan sangat terperinci jelas langkah- langkahnya.

**Kelemahan:** tetapi langkah- langkahnya terlalu rumit dan kaku satu arah. Demikian juga hanya melibatkan pengembang, tidak melihat keberadaan dan melibatkan calon pengguna.

### 3. Model Smith dan Ragan

Model Smith dan Ragan (1993) yang merupakan model sistem pembelajaran mengacu pada proses sistematis dalam menerapkan prinsip-prinsip pembelajaran ke dalam perencanaan bahan dan aktivitas pembelajaran. Menurut Smith dan Ragan dalam Saryono (LP2-UM), pembelajaran merupakan proses penyajian informasi dan aktivitas yang memberikan kemudahan dan fasilitas bagi suatu pencapaian yang diharapkan peserta didik berupa tujuan-tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, pembelajaran merupakan proses pengondisian kegiatan-kegiatan yang difokuskan pada belajar peserta didik. Dalam konteks penelitian dan pengembangan, pandangan Smith dan Ragan ini tampak pada tahapan-

tahapan pengembangan yang meliputi, (1) analisis konteks pembelajaran yang mencakup analisis kebutuhan dan karakteristik lingkungan pembelajaran, (2) analisis karakteristik pembelajar yang mencakup persamaan dan perbedaan pembelajar, latar belakang kemampuan pembelajar, dan implikasi karakteristik pembelajar terhadap desain pembelajaran, (3) analisis tugas pembelajaran yang mencakup analisis tujuan pembelajaran, bentuk-bentuk tugas, strategi belajar dan pembelajaran, dan perbedaan tipe-tipe pembelajaran, dan (4) penilaian kinerja pembelajaran yang mencakup tujuan penilaian, desain penilaian, dan model penilaian kemampuan belajar.

**Kelebihan:** Model ini tergolong model prosedural dan positivistik yang tahapan-tahapan pengembangannya terperinci.

**Kelemahan:** tetapi sangat linier sehingga terkesan kaku. Hanya melibatkan pengembang, calon pengguna produk sama sekali tidak diperankan dalam proses pengembangan.

#### 4. Model 4D

Model 4D yang dikemukakan oleh Thiagarajan, Semmel dan Smmel (1974) dalam Saryono (LP2-UM), merupakan model pengembangan perangkat pembelajaran. Model 4D ini memiliki siklus pengembangan yang terdiri atas 4 (empat) tahapan pengembangan, yaitu pendefinisian, perancangan, pengembangan, dan penyebarluasan. Tahapan pendefinisian meliputi analisis ujung depan, analisis siswa, analisis tugas, analisis konsep dan perumusan tujuan pembelajaran. Tahapan perancangan terdiri atas penyusunan tes, pemilihan media, pemilihan format dan rancangan awal. Tahapan pengembangan terdiri atas penilaian ahli dan uji coba terbatas. Kemudian tahapan penyebarluasan terdiri atas uji validasi, pengemasan dan pengadopsian. Tahapan-tahapan pengembangan dalam model 4D tersebut terfokus pada usaha mengembangkan perangkat pembelajaran, bukan model sistem pembelajaran.

**Kelebihan:** Model ini tergolong model prosedural yang positivistik yang langkah-langkahnya sederhana.

**Kelemahan:** tetapi terkesan linier dan kaku. Satu- satunya yang berperan dalam pengembangan adalah pengembang. Calon pengguna tidak diperankan.

## 5. Model Borg dan Gall

Model Borg dan Gall memaknai Penelitian dan Pengembangan sebagai proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan dengan mengikuti langkah-langkah siklus, prosedural, dan deskriptif. Penelitian dan Pengembangan meliputi kajian produk yang dikembangkan, pengembangan produk berdasarkan temuan tersebut melakukan uji coba lapangan sesuai dengan latar penggunaan produk, dan revisi produk berdasarkan hasil uji lapangan.

Langkah-langkah model pengembangan (*research and development*) Borg and Gall (1983:775) sebagai berikut: (1) *Research and information collecting* (Studi pendahuluan), (2) *Planning* (Perencanaan), (3) *Develop preliminary form of product* (Pengembangan rancangan produk awal), (4) *Preliminary field testing* (Uji lapangan awal), (5) *Main product revision* (Revisi produk awal), (6) *Main field testing* (Uji lapangan utama), (7) *Operational product revision* (Revisi produk kedua), (8) *Operational field testing* ( Uji kelompok), (9) *Final Product Revision* (Revisi produk akhir), (10) *Dissemination and implementation* (Diseminasi dan implementasi).

**Kelebihan:** Model ini tergolong model prosedural yang positivistic yang langkah-langkahnya terperinci dan runtut.

**Kelemahan:** tetapi terkesan njelimet dan linier-kaku. Pengembangan hanya melibatkan pengembang, calon pengguna sama sekali tidak diperankan dan dilibatkan.

## 6. Mode Model R-D-R

Model R-D-R (*Research-Development-Research*) merupakan model linier dan sirkuler yang melihat pengembangan sebagai tahap-tahap menuju terwujudnya produk pengembangan. Sesuai dengan namanya model ini memiliki tiga kegiatan pokok pengembangan yang ringkas, yaitu melakukan penelitian pendahuluan, mengembangkan perangkat produk, dan melakukan uji keefektifan produk. Penelitian pendahuluan digunakan untuk memperoleh informasi awal kebutuhan, kondisi lapangan, dan kelayakan pengembangan produk. Hasil studi pendahuluan ini digunakan untuk merancang dan mengembangkan produk. Setelah itu, rancangan produk diuji keefektifannya. Dalam model R-D-R, uji keefektifan produk merupakan kegiatan amat penting karena tujuan pokok pengembangan adalah mengembangkan produk dan menguji keefektifan produk (Saryono, LP2-UM).

**Kelebihan:** Model ini tergolong model prosedural yang sederhana langkah-langkahnya.

**Kelemahan:** tetapi terkesan positivistik, terlalu sederhana dan umum. Peran pengembang sangat dominan. Calon pengguna tidak dilibatkan dalam proses pengembangan.

## 7. Model R2D2

Model R2D2 (*Reflective, Recursive Design and Development Model*) yang dikemukakan oleh Willis (1995) dalam Saryono (LP2-UM) merupakan model konstruktivis-interpretivis, kolaboratif, dan non-linier yang (a) bersifat mengulang-ulang (*recursive*) dan perenungan (*reflective*). Di samping itu, model R2D2 (b) melibatkan pengguna secara kolaboratif dalam pengembangan produk sehingga pengguna berpartisipasi, (c) tidak menempatkan tujuan sebagai pemandu pengembangan, melainkan ditentukan bertahap selama proses pengembangan, (d) meyakini perencanaan terus- menerus berkembang, (e) melakukan strategi evaluasi proses secara otentik, dan (f) menggunakan data subjektif kualitatif

sebagai bahan untuk merevisi produk yang dikembangkan. Sebagai pendekatan atau metode kualitatif yang konstruktivis-interpretivis, model R2D2 tidak menguji efektivitas produk yang dikembangkan, melainkan hanya menguji kelayakan atau akseptabilitas produk secara kualitatif, yang oleh Willis disebut strategi evaluasi atau uji coba produk secara kualitatif. Lebih lanjut, model R2D2 tidak berorientasi pada langkah pengembangan secara berurutan dan prosedural, melainkan berorientasi pada fokus pengembangan. Dalam model R2D2, fokus pengembangan yang terdiri atas penetapan (*define*), penentuan desain dan pengembangan (*design and develop*), dan penyebaran (*dissemination*) (Saryono, LP2-UM).

Model pengembangan R2D2 terdapat 4 (empat) prinsip yang lentur dan terbuka, yaitu rekursi, refleksi, nonlinier, dan partisipatoris. Dengan prinsip rekursi atau mengulang-ulang sesuai keperluan, pengembang dapat menetapkan keputusan sementara dan setiap saat meninjau kembali keputusannya tentang model penjaminan mutu akademik internal pendidikan dan pelatihan kepemimpinan aparatur pemerintah. Dengan prinsip refleksi, pengembang perlu merenungkan secara jernih, memikirkan ulang secara sungguh-sungguh, mencari dan menemukan berbagai balikan dan gagasan dari berbagai sumber selama proses pengembangan untuk mengetahui kelayakan produk yang dikembangkan. Kemudian dengan prinsip nonlinier, pengembang dapat memulai proses pengembangan secara bebas, tidak secara berurutan. Di sini pengembang dapat melaksanakan aktivitas persiapan serempak memulai aktivitas pengembangan produk awal; atau bisa juga memulai kegiatan persiapan dahulu, baru kemudian kegiatan pengembangan produk awal. Selama proses pengembangan, pengembang telah diperbolehkan melakukan penilaian secara autentik dan berkelanjutan. Dalam hubungan ini temuan, masukan, komentar, kritik, saran pandangan, tanggapan, penelaahan, dan penilaian dari tim partisipatif atau kolaboratif selama proses pengembangan dapat digunakan sebagai bahan revisi atau perbaikan produk secara berkelanjutan. Selanjutnya, dengan prinsip partisipatoris

pengembang dapat melibatkan partisipan atau melakukan kolaborasi dengan pihak lain dalam beberapa atau semua proses pengembangan(Saryono, LP2-UM).

**Kelebihan:** Model ini tergolong model konstruktivis-interpretif yang lentur dan terbuka. Langkah-langkah pengembangannya tergolong sederhana dan mudah diikuti. Model ini melibatkan berbagai pihak dalam keseluruhan proses pengembangan, antara lain calon pengguna produk. Peran pengembangan tidak sangat dominan.

## 2.9 Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan kajian teori yang dilakukan, berikut ini dikemukakan beberapa penelitian terdahulu yang hampir relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Amiruddin (2021) dengan judul “Model Latihan Gerak Dasar Permainan Bola Tangan Bagi Siswa Sekolah Dasar” dengan menggunakan metode *reseach and development* (R&D). Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah validasi dari ahli bola tangan diperoleh persentase sebesar 78% (valid dan layak digunakan), ahli pembelajaran diperoleh persentase sebesar 77,5% (valid dan layak digunakan), ahli bahasa diperoleh persentase sebesar 92,5% (valid dan layak digunakan), dan ahli media diperoleh persentase sebesar 83,3% (valid dan layak digunakan), sehingga jika dirata-ratakan maka mendapatkan persentase sebesar 82,9 % sehingga model latihan teknik dasar bola tangan ini dinyatakan **valid dan layak untuk digunakan**.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Miranda Audia (2019) dengan judul “Pengembangan Media E–Book Dengan Bantuan Sigil Software Untuk Kelas VII Mts Al-Hikmah Kedaton Bandar Lampung Pada Mata Pelajaran Fiqh” dengan menggunakan metode *reseach and development* (R&D). Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah validasi dari ahli materi diperoleh skor

3,79 (sangat layak digunakan), ahli media diperoleh skor 3,66 (sangat layak digunakan), dan uji coba produk kepada peserta didik yang di dalamnya terdapat uji coba kelompok kecil dengan skor rata-rata keseluruhan 3,41 dengan kriteria “Sangat Layak” dan uji coba lapangan dengan skor rata-rata keseluruhan 3,63 dengan kriteria “Sangat Layak”. Sehingga produk yang dihasilkan **sangat layak untuk digunakan**.

## 2.10 Kerangka Berfikir

Model pembelajaran gerak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam olahraga, begitu juga pencak silat. Semua kegiatan olahraga tidak terlepas dari model pembelajaran gerak, dan setiap cabang olahraga memiliki kehususan tersendiri dalam mengembangkan model pembelajarannya. Model pembelajaran gerak adalah salah satu dari komponen yang tidak dapat dipisahkan baik dari segi pembelajaran maupun pengajaran. Faktor pemahaman demonstrasi langsung yang dimiliki oleh setiap siswa/i pencak silat itu berbeda-beda. Setiap sesi latihan dalam pencak silat tentu memiliki porsi sendiri-sendiri dalam upaya meningkatkan pemahaman gerak dari siswa/i pencak silat itu sendiri.

Pada era seperti sekarang ini, banyak beragam model-model yang dapat dikembangkan dan digunakan sebagai sarana belajar. Di dalam dunia pencak silat tentunya sangat berpengaruh kepada pemahaman siswa/i pencak silat, hal ini dilakukan agar pembelajaran pencak silat bisa dengan mudah dipahami oleh para siswa/i itu sendiri. Semua ini dilakukan untuk mempermudah siswa/i dalam mempelajari gerak dasar dalam pecak silat dan dapat dipelajari diluar waktu latihan rutin.

Ada beberapa komponen gerak dasar dalam pencak silat seperti kuda-kuda, sikap pasang dan pengembangannya, pola langkah, teknik belaan, teknik hindaran, teknik serangan dan teknik tangkapan. Untuk meningkatkan dan mempertahankan pemahaman dalam gerak dasar pencak silat, maka harus mengembangkan bahan pembelajaran. Dalam penelitian ini akan dilakukan



penelitian untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar pencak silat yang sesuai dengan bahasa dan gambar yang mudah untuk dipahami oleh para siswa/i pencak silat.

### **2.11 Hipotesis**

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Suharsimi Arikunto, 2006: 62). Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir di atas dikemukakan hipotesis sebagai berikut:

H1: Ada penurunan pemahaman yang signifikan terhadap gerak dasar dalam pencak silat yang berpengaruh pada kebenaran gerak dan hasil latihan yang kurang maksimal.

### **III. METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SD Aisyiyah Metro, Kelurahan Rejomulyo, Kecamatan Metro Selatan, Kota Metro. Waktu yang dibutuhkan peneliti untuk melakukan penelitian ini adalah mulai dari Juni 2022 hingga Mei 2023.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi perhatian. Variabel dalam penelitian ini menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel terikat.

1. Variabel bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah media pembelajaran.

2. Variabel terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah gerak dasar dalam pencak silat.

#### **3.3 Populasi dan Sampel**

##### **3.3.1 Populasi**

Menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 106) “Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Populasi merupakan sumber data yang sangat penting karena tanpa kehadiran populasi penelitian tidak akan berarti serta tidak mungkin terlaksana”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i ekstrakurikuler pencak silat SD Aisyiyah Metro yang berjumlah 45 siswa/i.

- a. Uji coba kepada kelompok kecil (*small group try-out*)

Pelaksanaan uji coba kelompok kecil dilakukan dengan subjek 20 siswa/i ekstrakurikuler pencak silat SD Aisyiyah Metro. Sebelum uji coba

kelompok kecil siswa diberikan buku pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat. Siswa melakukan latihan gerak dasar dalam pencak silat dengan menggunakan model-model pembelajaran dalam pencak silat.

b. Uji coba lapangan (*field try-out*)

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan uji coba lapangan atau uji coba kelompok besar, dalam kegiatan lanjutan penelitian riset dan pengembangan model latihan gerak dasar dalam pencak silat adalah ujicoba lapangan. Ujicoba lapangan dilakukan setelah model latihan direvisi dari hasil uji coba sebelumnya. Uji coba lapangan dilakukan pada siswa/i ekstrakurikuler pencak silat SD Aisyiyah Metro sebanyak 45 siswa. Siswa yang melakukan uji coba lapangan terdiri dari siswa/i yang melakukan latihan pancak silat diekstrakurikuler pencak silat SD Aisyiyah Metro.

### 3.3.2 Sampel

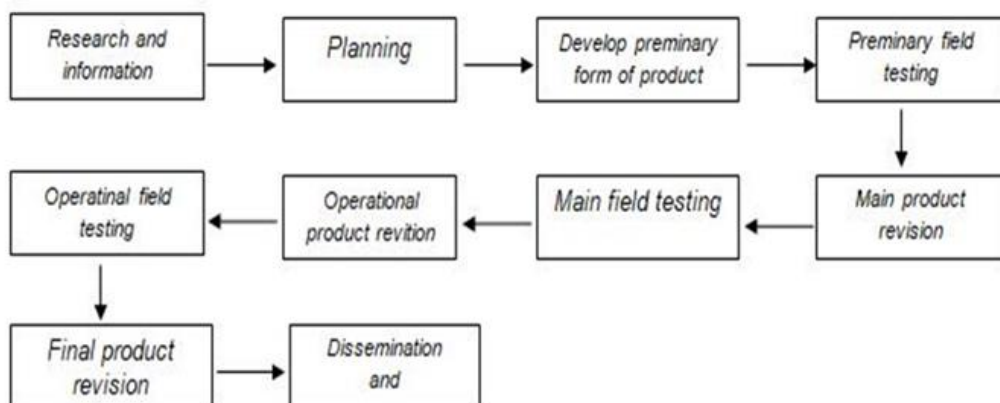
Menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 108) “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Peserta latihan pencak silat SD Aisyiyah Metro berjumlah 45 siswa/i. Semua populasi menjadi sampel dalam penelitian ini, sehingga peneliti mengambil sampel dengan teknik total sampling. Berdasarkan pendapat tersebut karena jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka seluruh anggota dijadikan subjek penelitian, sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi yang diikuti oleh 45 siswa/i yang tergabung dalam ekstrakurikuler pencak silat SD Aisyiyah Metro.

### 3.4 Metode Penelitian

Penelitian pengembangan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini menggunakan model penelitian dan pengembangan *Research and Development* dari Borg dan Gall yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji kevalidan produk tersebut. Alasan memilih model pengembangan Borg & Gall dikarenakan sesuai dengan media yang akan

dikembangkan dimana model pengembangan ini memiliki langkah yang cukup ideal dan terperinci yang terdiri dari sepuluh langkah, antara lain: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Development of the preliminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field test* (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final produk* (10) *Dissemination and implementation*. Alasan lain dari memilih model pengembangan Borg & Gall ini juga karena model Borg and Gall ini memiliki validasi tinggi yang telah diuji oleh beberapa ahli. Tujuan model itu sendiri adalah untuk mengembangkan model atau produk yang efektif guna memenuhi kepentingan kegiatan program tertentu pada instansi tertentu pula yang pada penelitian ini menekankan pada analisis kebutuhan siswa.

Penelitian dan pengembangan ini tentunya diharapkan akan menghasilkan sebuah produk yang dapat digunakan sebagai model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat dengan desain model baru atau menyempurnakan yang telah ada dengan dilengkapi arah mata angin sebagai acuan langkahnya sehingga bisa dijadikan salah satu sumber belajar lain dalam proses latihan. Untuk mempermudah sistematika penelitian maka akan digambarkan menggunakan chart mengenai langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang digunakan oleh peneliti berdasarkan langkah-langkah penelitian yang diadopsi dari Borg dan Gall:



**Gambar 3. 1** Chart Langkah-Langkah Pengembangan

(Sumber: Borg, dan Gall. 1983. Educational Research An Introduction. New York: Longman).

Berdasarkan chart di atas dapat diterangkan langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

1. Melakukan penelitian dan pengumpulan informasi (kajian pustaka, pengamatan subyek, persiapan laporan pokok persoalan).
2. Melakukan perencanaan (definisi keterampilan, perumusan tujuan, uji ahli, uji coba skala kecil).
3. Mengembangkan jenis/bentuk produk awal (penyiapan materi, penyusunan buku/modul dan perangkat evaluasi).
4. Melakukan uji coba lapangan tahap awal dengan menggunakan 20 subjek.
5. Melakukan revisi produk berdasarkan masukan dan saran-saran dari ahli berdasarkan hasil uji coba lapangan tahap awal.
6. Melakukan uji lapangan utama dengan 45 subjek.
7. Melakukan revisi terhadap produk operasional, berdasarkan masukan dan saran-saran ahli dari hasil uji coba lapangan utama.
8. Melakukan uji produk utama.
9. Melakukan revisi terhadap produk akhir berdasarkan saran dalam uji coba lapangan.
10. Membuat laporan mengenai produk pada jurnal dan bekerjasama dengan penerbit untuk melakukan distribusi secara komersial.

### **3.5 Langkah-Langkah Pengembangan Model**

Proses selanjutnya adalah menentukan langkah-langkah tahapan penelitian yang akan dilakukan. Langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang dikembangkan Borg and Gall meliputi:

1. Menentukan masalah atau potensi yang menjadi dasar pengembangan model.
2. Pengumpulan informasi sebagai landasan pemikiran dalam pembuatan konsep.

3. Pembuatan model (rancangan produk), bentuk rancangan tersebut adalah model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat.
4. Validasi desain, dilakukan oleh ahli yang bersangkutan.
5. Revisi, dari hasil uji ahli (validasi desain).
6. Ujicoba produk, dilakukan dengan mempraktekkan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat pada siswa/i SD Aisyiyah Metro.
7. Revisi hasil uji coba produk.
8. Ujicoba pemakaian atau uji kelompok yang lebih besar.
9. Revisi produk kedua, revisi dilakukan oleh ahli, guna memperoleh hasil yang sempurna.
10. Model dapat diproduksi.

### **3.6 Penelitian Pendahuluan**

Penelitian pendahuluan dilakukan dengan studi literatur, studi pengumpulan data lapangan, pengamatan proses, identifikasi permasalahan yang dijumpai pada latihan gerak dasar dalam pencak silat dan deskripsi serta temuan yang di dapatkan dilapangan. Hasil ini dipergunakan untuk mengkaji keadaan lapangan dengan tujuan untuk mengetahui apakah produk yang akan dikembangkan ini nantinya dipergunakan oleh subjek. Artinya model yang dikembangkan oleh peneliti diperlukan atau tidak.

### **3.7 Perancangan Pengembangan Model**

Langkah selanjutnya adalah membuat produk awal berupa rangkaian pengembangan model dalam latihan gerak dasar dalam pencak silat yang nantinya dapat dijadikan sebagai pedoman atau petunjuk untuk mempermudah proses gerak dasar dalam pencak silat sehingga dapat memperoleh hasil latihan yang baik. Produk awal tersebut dituangkan dalam model latihan. Pengembangan model latihan diharapkan menjadi produk yang dapat dikembangkan secara sistematis dan logis, sehingga produk ini mempunyai keefektifan dan keefisienan yang layak digunakan. Pada pembuatan produk yang

peneliti kembangkan, peneliti harus konsultasi tentang produk pada ahli pencak silat, ahli pembelajaran, dan ahli bahasa agar dapat menghasilkan produk yang sempurna.

### **3.8 Validasi, Evaluasi dan Revisi Model**

Langkah selanjutnya dalam penelitian riset dan pengembangan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat adalah:

a. Telaah Pakar (*Expert Judgement*)

Telaah Pakar dalam latihan pencak silat berguna untuk mengevaluasi bagian-bagian dari model latihan yang perlu diperbaiki, dihilangkan atau disempurnakan. Hal ini dilakukan pada hasil rancangan dalam bentuk rancangan tulisan gambar maupun dari teknik peragaan langsung di lapangan saat perancangan model latihan gerak dasar dalam pencak silat ini. Pakar/ahli yang dilibatkan dalam penelitian R&D ini ada empat ahli yaitu ahli pencak silat, pembelajaran, bahasa dan media. Hasil dari evaluasi dari pakar akan dijadikan masukan dalam menyempurnakan rancangan model gerak dasar dalam pencak silat sebelum dilakukan uji coba kepada kelompok kecil.

b. Uji coba kepada kelompok kecil (*small group try-out*)

Pelaksanaan uji coba kelompok kecil dilakukan dengan subjek 20 siswa/i SD Aisyiyah Metro, sebelum uji coba kelompok kecil siswa/i diberikan test awal tentang kemampuan teknik dasar yang dimiliki, siswa melakukan latihan teknik dasar pencak silat dengan model latihan yang telah di kembangkan.

c. Revisi

Setelah melaksanakan ujicoba kelompok kecil, hasilnya dijadikan sebagai bahan untuk memperbaiki model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat untuk pemula usia SD sebelum diuji cobakan lapangan. Hasil yang dilakukan para siswa kelompok kecil merupakan evaluasi yang kedua setelah evaluasi dari para pakar sebelumnya.

d. Uji coba lapangan (*field try-out*)

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan uji coba lapangan atau uji coba kelompok besar. Dalam kegiatan lanjutan penelitian riset dan pengembangan model pembelajaran gerak dasar pencak silat adalah ujicoba lapangan. Uji coba lapangan dilakukan setelah model latihan direvisi dari hasil uji coba sebelumnya. Uji coba lapangan dilakukan pada siswa/i SD Aisyiyah Metro sebanyak 45 siswa/i.

e. Revisi

Hasil kesimpulan yang diperoleh dari ujicoba lapangan merupakan landasan terakhir dari perbaikan dan penyempurnaan produk baru model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat. Hasil respon dari para siswa/I setelah melakukan latihan secara langsung diberikan sebagai masukan evaluasi perbaikan model. Evaluasi pada tahapan ini merupakan evaluasi akhir dari model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini. Setelah perbaikan berdasarkan masukan ahli berdasarkan dari uji lapangan, maka produk model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini dianggap layak untuk disebarakan atau digunakan.

### **3.9 Teknik Pengumpulan Data dan Uji Efektifitas Produk**

Uji coba ini bertujuan untuk untuk mengetahui apakah desain model telah diterapkan dengan baik dan benar, dan seberapa efektifkah hasil penerapan model terhadap tujuan penelitian ini. Efektivitasan produk didapatkan berdasarkan penilaian yang dilakukan oleh empat orang ahli terhadap model yang dikembangkan. Penilaian tersebut berupa angket yang diberikan kepada setiap ahli untuk menilai kelayakan dari produk yang dikembangkan. Cara yang digunakan untuk mengambil skor adalah sebagai berikut:

#### **1. Ahli pencak silat**

Terdapat 7 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli pencak silat untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang



terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\sum = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

## 2. Ahli Pembelajaran

Terdapat 10 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli pembelajaran untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\sum = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

## 3. Ahli Bahasa

Terdapat 7 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli bahasa untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\sum = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

## 4. Ahli media

Terdapat 7 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli media untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\sum = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

### Analisis Persentase Hasil Evaluasi Oleh Ahli

**Tabel 3. 1** Persentase Hasil Evaluasi

<b>PERSENTASE</b>	<b>KETERANGAN</b>	<b>MAKNA</b>
80% - 100%	Valid	Layak Digunakan
60% - 79%	Cukup Valid	Layak Digunakan
50% - 59%	Kurang Valid	Diperbaiki
< 50%	Tidak Valid	Diperbaiki

### 3.10 Implementasi Model

Implementasi produk hasil akhir penelitian riset dan pengembangan model berupa model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat untuk dapat dipergunakan setelah kelayakan dan keefektifan model pembelajaran tersebut diketahui. Dalam beberapa periode tertentu pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat dapat digunakan dan diimplementasikan ditingkat universitas, sekolah, tempat latihan pencak silat dan perguruan pencak silat pada proses latihan khususnya gerak dasar dalam pencak silat.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan oleh peneliti dari hasil yang telah dijabarkan adalah:

1. Berdasarkan dari hasil penilaian yang diberikan oleh ahli pencak silat, pembelajaran, bahasa dan media dengan kuisisioner didapatkan nilai dari ahli pencak silat adalah 97,14%, ahli pembelajaran 84%, ahli bahasa 71,42%, dan ahli media 74,28% . Hasil perhitungan rata-rata dari ke empat ahli adalah sebesar 81,71%, sehingga model latihan ini dinyatakan **valid** dan **layak untuk digunakan** dalam menunjang proses latihan pencak silat khususnya tingkat SD.
2. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu berupa produk buku pembelajaran dengan judul “Buku Panduan Gerak Dasar Pencak Silat”, yang mana di dalam buku ini terdapat model latihan yang dikembangkan berdasarkan aspek fisik yang mempengaruhi kemampuan teknik dalam pencak silat seperti kuda-kuda, pukulan, tangkisan, dan power yang dikemas dan disesuaikan dengan karakteristik siswa/i SD dengan gambar serta penjelasan yang mudah untuk dipahami.

### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil pengembangan model pembelajaran gerak dasar pencak silat ini, maka perlu dikemukakan beberapa saran oleh peneliti sehubungan dengan produk yang dihasilkan. Adapun saran-saran yang dikemukakan meliputi saran pemanfaatan, saran diseminasi, dan saran pengembangan lebih lanjut.

### 1. Saran Pemanfaatan

Produk pengembangan ini adalah model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat yang dapat digunakan sebagai alternatif variasi latihan atau pembelajaran gerak dasar pencak silat oleh pelatih atau pengajar, dimana dalam pemanfaatannya perlu mempertimbangkan situasi, kondisi dan sarana prasarana yang ada.

### 2. Saran Deseminasi

Dalam penyebarluasan pengembangan ke sasaran yang lebih luas, peneliti memberikan saran, antara lain:

- a. Sebelum disebarluaskan sebaiknya model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini disusun kembali menjadi lebih baik, antara lain tentang kemasan maupun isi dari materi model pembelajaran yang telah dikembangkan.
- b. Agar model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini dapat digunakan oleh para pelatih dan guru, maka sebaiknya dicetak lebih banyak lagi, sehingga nantinya para pelatih dan guru dapat memahami dengan baik, sehingga dapat mengaplikasikannya dan menjadikannya proses yang efektif dan efisien.

### 3. Saran Pengembangan Lebih Lanjut

Dalam mengembangkan penelitian ini ke arah lebih lanjut, peneliti mempunyai beberapa saran, sebagai berikut:

- a. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, baik itu dari jumlah subyek maupun jumlah SD yang digunakan sebagai kelompok ujicoba.
- b. Harapannya hasil pengembangan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat ini dapat disebarluaskan ke seluruh guru-guru pendidikan jasmani di Indonesia dan pelatih bela diri pencak silat.

Demikian saran-saran terhadap pemanfaatan, deseminasi, maupun pengembangan produk lebih lanjut terhadap pengembangan model pembelajaran gerak dasar dalam pencak silat.

# **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR PUSTAKA

- Bahan-bahan Musyawarah Nasional ikatan Pencak Silat Indonesia Bidang Teknik, Munas IPSI XIII, tahun 2012.
- George F de Groot. 2006. *Pencak Silat Seni Beladiri Indonesia*. PT Granesia. Bandung.
- Harsoyo. 2003. *Sejarah Terbentuknya Perguruan Historis*. Disusun dan Disampaikan pada Sarasehan Perguruan Historis dan Disampaikan pada Munas IPSI tahun 2003 .
- IPSI 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat IPSI*. Hasil Keputusan MUNAS XIII IPSI. tanggal 22-23 Februari 2012. JO RAKERNIS IPSI 20 Oktober 2012, Jakarta.
- Lubis, Johansyah. 2004. *Pencak Silat: Punduan Praktis*. PT RajaGrafindo Persada. Jakarta.
- \_\_\_\_\_, 2013. *Penyusunan Program Latihan Panduan Praktis*. RajaGrafindo Persada. Jakarta.
- Maryono, O'ong. 2000. *Pencak Silat Merentang Waktu*. Galang Press. Yogyakarta.
- Soemarno, dkk. 1996. *Materi Pokok, Olahraga Pilihan*. Buku 1 Modul 1-6, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis, Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Penjas SD Setara D-II, Jakarta.
- Sudiana, I Ketut. 2014. *Wawasan Kecabangan Olahraga Bela Diri*. Bali.
- Borg Walter R., and Gall M.D. 1983. *Educational Research: An Introduction* Longman Inc. New York.
- Budiwanto, Setyo. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang.
- Darmadi, Hamid. 2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Alfabeta. Bandung.
- Harsono. 2006. *Teori dan Metodologi Pelatihan*. Bandung.
- Lumintuarso, Ria. 2013. *TeoriKepelatihanOlahraga*. LANKOR. Jakarta.

- Ma'mun, Amung. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Depdiknas. Jakarta.
- Nusa Putra. 2012. *Research & Development*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Santoso, Nurhadi. 2009. *Pendidikan jasmani di sekolah menengah atas: antara harapan dan kenyataan*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 6(2),2-3.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Suharsimi, Arikunto. 2006. *Metode penelitian kualitatif*. Bumiaksara. Jakarta.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Depdikbud. Jakarta.
- Sukmadinata, Nana Syaodah. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. PT Remaja Resdakarya. Bandung.
- Suparman, Eddy. 2000. *Pendidikan jasmani dan Kesehatan*. PT. Angkasa. Bandung.