

PENGARUH MODIFIKASI MEDIA KAGO (KARUNG GONI)
TERHADAP TENDANGAN SABIT PENCAK SILAT
PADA KETRAMPILAN
BELAJAR KELAS 8 DI SMP 10 HASANUDIN SEMARANG.

Rose Tri Utami Urbaningrum

Email : Urba340@gmail.com

ABSTRACT

Rose Tri Utami Urbaningrum. 19230046. "The Effect of Kago (Jute Sack) Media Modifications on Pencak Silat Sickle Kicks in Class 8 at SMP 10 Hasanudin Semarang." PGRI University Semarang. The background to the problem in this research is the lack of facilities and infrastructure in pencak silat subjects, and aims to improve the skills of grade 8 students at Smp 10 Hasanudin Semarang in performing basic pencak silat kicks, one of which is the crescent kick. This research method is PTK (Classroom Action Assessment), and uses a pretest posttest control design method, with samples taken using purposive sampling with group division using ordinal pairing which is then divided into two groups, namely, the control group and the experimental group with the number of each class. one class of 26 students. Technical data analysis uses normality test, homogeneity test, hypothesis test. Data collection techniques used by researchers are observation, pretest, posttest, documentation. The variables of this research, namely variable The results of this research were obtained by the control group, the average of the right pre-test was 13.77 and the left leg pre-test was 12.55, the average of the right leg post-test was 31.38 and the left leg post-test was 24.62 with the right leg post-test being 31.38 and the left leg post-test was 24.62. In the experimental group the right pre-test average was 16.65 and the left leg pre-test was 12.54. with a right leg post-test of 43.81 and a left leg post-test of 42.80. from a maximum point of 400 and the average increase from pre-test to post-test on the right leg was 27.17 and on the left

leg was 28.08. The results of the right leg analysis were $0.780 < 0.05$ and the left leg paired sample t test calculated significance was $0.13 < 0.05$. Based on the results of the paired sample t test and data analysis, it can be concluded that there was an increase in pencak silat crescent kicks after receiving treatment in the experimental class in class 8 at SMP 10 Hasanudin Semarang. The advice that the author can convey is that students should be more enthusiastic about participating in pencak silat learning in order to get high grades, as well as for Pjok teachers to be more enthusiastic about teaching because there are modified media such as samsak which helps learn the basic movements of pencak silat.

Keywords: Kago media, pencak silat sickle kick

ABSTRAK

Rose Tri Utami Urbaningrum. 19230046. “ Pengaruh Modifikasi Media Kago (Karung Goni) Terhadap Tendangan Sabit Pencak Silat Pada Kelas 8 di SMP 10 Hasanudin Semarang.” Universitas PGRI Semarang. Latar belakang masalah pada penelitian ini adalah kurangnya sarana dan prasana dalam mata pelajaran pencak silat, dan bertujuan meningkatkan ketrampilan siswa kelas 8 Smp 10 Hasanudin Semarang dalam melakukan tendangan dasar pencak silat yaitu salah satunya adalah tendangan sabit. Metode penelitian ini merupakan PTK (Penilaian Tindakan Kelas), serta menggunakan metode pretest posttest control design, dengan pengambilan sampel yang dilakukan dengan purposive sampling dengan pembagian kelompok menggunakan ordinal pairing yang selanjutnya dikelompokkan jadi dua kelompok yakni, kelompok kontrol juga kelompok eksperimen jumlah setiap kelas satu kelas 26 siswa. Teknis analisis data dengan mempergunakan uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis. Teknik pengumpulan data yang diambil oleh peneliti yaitu observasi, pretest, posttest, dokumentasi. Variabel penelitian ini yaitu variabel X adalah media kago sedangkan variabel Y adalah tendangan sabit pencak silat pada kelas 8 di SMP 10 HASANUDIN SEMARANG. Hasil penelitian ini diperoleh yang diperoleh kelompok kontrol rata-rata pre-test kanan sebesar

13.77 dan pre-test kaki kiri sebesar 12.55 , rata hasil post-test kaki kanan sebesar 31.38 dan post-test kaki kiri sebesar 24.62 dengan post-test kaki kanan sebesar 31.38 d. Pada kelompok eksperimen rata-rata pre-test kanan sebesar 16.65 dan pre-test kaki kiri sebesar 12.54. dengan post-test kaki kanan sebesar 43.81 dan post-test kaki kiri sebesar 42.80. dari poin maksimal 1.300 dan rata rata peningkatan dari pre-test dengan post-test kaki kanan sebesar 27.17 dan kaki kiri sebesar 28.08. Hasil analisis kaki kanan $SEBESAR\ 0.780 < 0,05$ dan kaki kiri uji paired sample t test signifikansi hitung sebesar $0,13 < 0,05$. Berdasarkan melalui hasil uji paired sample t test juga analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwasanya terdapat peningkatan tendangan sabit pencak silat setelah mendapatkan treatment pada kelas eksperimen terhadap kelas 8 di SMP 10 Hasanudin Semarang. Saran yang bisa diberikan penulis ialah siswa harusnya lebihlah semangat mengikuti pembelajaran pencak silat agar mendapatkan nilai yang tinggi , serta bagi guru Pjok agar lebih semangat lagi mengajar karena sudah ada media yang dimodifikasi seperti samsak yang membantu pembelajaran gerak dasar pencak silat.

Kata kunci : Media kago, tendangan sabit pencak silat

PENDAHALUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu instrumen guna mencapai tujuan pendidikan, maupun suatu pendidikan dengan tahapan adaptasi sejumlah physical activities/ aktivitas jasmani selayaknya etika, emosional, kultur, sosial, intelektual, neuromuscular, juga organ tubuh. pendidikan jasmani adalah sebuah proses pelatihan interaktif antara siswa dan melalui lingkungan yang terkendali aktivitas fisik yang sistematis terhadap perkembangan manusia sama sekali cholik (2009). Pencak Silat ialah satu diantara budaya orisinal masyarakat Indonesia Tentara dan profesional seni bela diri percaya bahwa dikembangkan oleh masyarakat orang mealayu dan mempergunakan seni bela diri ini mulai zaman prasejarah (Lubis, 2013). (2015: 117) menyatakan terkait keempat kategori permainan ini memiliki empat kategori yakni kategori regu, ganda, tunggal, juga tanding. Modifikasi merupakan satu diantara cara yang bisa dilaksanakan atas seorang guru Olahraga dan kesehatan dalam melakukan pemecahan permasalahan sarana juga prasarana yang ada

disekolah tersebut, yang umumnya tidak memadai berdasarkan jumlah siswa di sekolah tersebut. Menurut Dini Rosdin (2012:49), melalui ruang ganti pendidikan dan pendidikan jasmani media pendidikan menurunkan prestasi siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani. Berlaku kebalikannya, dikarenakan siswa mendapatkan lebih banyak ruang banyak bergerak dan bahagia dalam bentuk aktivitas yang tepat cara bermain Konsep ini menggambarkan keadaan dan lingkungan sekolah yang dapat dipergunakan selaku alat.Prasarana dan media pembelajaran Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

METODE PENELITIAN

Menggunakan comperative experiment tipe two Group pre-test post-test design. Pada penelitian ini mengambil dua kelas yaitu kelas control dan kelas eksperimen dengan populasi per kelas 26 siswa pada kelas 8 Smp 10 Hasanudin Semarang. Pengumpulan datanya menggunakan pre-test dan post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji tentang peningkatan tendangan sabit pencak silat menggunakan media kago (karung goni) yang terdiri dari 52 siswa dan dibagi menjadi dua kelompok yakni kelompok eksperimen beserta kelompok kontrol. Hasil penelitian pada kelompok eksperimen yakni kelompok yang menggunakan modifikasi media kago (karung goni) menunjukkan peningkatan kaki kanan sebesar 27.16 dan peningkatan kaki kiri sebesar 28.08. Hasil peningkatan yang pada kelompok eksperimen (tendangan sabit pada pencak silat) dapat dilihat berdasarkan nilai rata-rata pre-test dan post-test mengalami kenaikan. Sesuai dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen (latihan cone shuttle drill) rata-rata pre-test kaki kanan 16.65 dan pre-test kaki kiri 12.54 dari poin maksimal 50, rata-rata hasil post-test kaki kanan sebesar 43.81 dan post-test kaki kiri 40.62 dari poin maksimal 50, juga rata-rata peningkatan melalui pre-test beserta post-test sebesar 706 kaki kanan dan 730 kaki kiri. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata pre-test kaki kanan sebesar 13.77 dan pre-test kaki kiri sebesar 12.15 dari poin maksimal 50, rata-rata hasil post-test kaki kanan sebesar 31.28 dan post-test kaki kiri sebesar 24.62 dari maksimal perolehan poin 50, juga rata-rata peningkatan melalui pre-test beserta post-test sebesar kaki kanan 17.61 dan kaki kiri

12.47. Peningkatan kelompok eksperimen dengan menggunakan latihan modifikasi medika kago (karung goni) mengalami peningkatan yang sangat baik dibandingkan kelompok kontrol. Perihal itu bisa dilihat ketika waktu praktek, siswa yang menggunakan latihan modifikasi medika kago (karung goni) cenderung lebih lincah gerakannya dibandingkan kelompok kontrol.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, bisa disimpulkan yakni terdapat pengaruh modifikasi media kago (karung goni) pada siswa kelas 8 melalui treatment drill tendangan sabit pencak silat dengan signifikansi hitung sebesar $0,002 < 0,05$. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan kelas eksperimen berdasarkan hasil pretest kaki kanan 433 dan pretest kaki kiri 326 dari poin maksimal 400 dan hasil posttest 331 dari poin maksimal 1.300. Sedangkan kelas kontrol berdasarkan hasil pretest kaki kanan 358 dan pretest kaki kiri 316 dari poin maksimal 400 dan hasil posttest kaki kanan 1.139 dan posttest kaki kiri 1.056 dari poin maksimal 400 poin.

B. Saran

Bagi Siswa maupun siswi kelas 8 Smp 10 Hasanudin Semarang harus semangat dalam melakukan tendangan pencak silat atau gerak dasar dalam pencak silat karena sudah ada media modifikasi Kago (karung goni) pengganti samsak, Dibuatnya media tersebut adalah agar siswa maupun siswa bias melakukan gerakan tersebut secara maksimal dan perkenaan tepat agar mendapat nilai diatas KKM

DAFTAR PUSTAKA

B. Abduljabar, Dr.” Pengertian Pendidikan Jasmani dari beberapa ahli”

Kelly Luke.E dan MemelograniJo, Vincent. J 2004: 5. “Pendidikan Jasmani itu unik karena mempromosikan ketiga domain pembelajaran: kognitif, efektif dan psikomotorik”.

Cholik(2009) Penaertian Pendidikan jasmani
<https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jisd/article/download/8626/4625>

Iwan Saputra “Modifikasi Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar”

Lubis,2013 Pengertian pencak silat diambil dari https://id.wikipedia.org/wiki/Pencak_silat

Nelson, S., & Septri, S. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Teknik Dasar Pencak Silat Berbasis Multimedia Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Jurnal Stamina, 1(1), 346-358. Retrieved from <http://stamina.ppj.unp.ac.id/index.p>

Abdullah B, Makna Pembelajaran Dalam Pendidikan

Johansyah Lubis (2004:27)“tendangan sabit adalah tendangan yang lintasannya setengah lingkaran ke dalam, berlaku untuk seluruh bagian tubuh hingga telapak kaki atau jari kaki”,

Hariono et al., 2016) Peralatan yang digunakan dalam olahraga pencak silat yaitu antara lain :.Arena atau Gelanggang. Arena, Seragam,Body protector, Genital Genital protector, Footwear protector. Skin decker . Matras.

Hidayat dan Haryanto 2021 <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jscaj/article/view/16353>

(Hariono et al., 2016).Peralatan yang digunakan dalam olahraga pencak silat.

Dr. Soepartono dalam bukunya, “Media Pembelajaran” (2000: 3).

Husdarta(2011:179)https://eprints.uny.ac.id/69476/1/TESIS_WULAN%20AZVA%20DIANA_1871125077.pdf

Gagne (1977) “Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses yang membantu siswa belajar dengan baik” <https://unida.ac.id/pembelajaran/artikel/apa-itu-pembelajaran.html>

Gagne (1985) “ bahwa tujuan pembelajaran adalah untuk menghasilkan pembelajaran, situasi eksternal harus dirancang untuk mengaktifkan, mendukung dan memelihara proses internal yang terlibat dalam setiap peristiwa pembelajaran”
[kemdikbud.go.idhttps://jurnalteknodik.kemdikbud.go.id](https://jurnalteknodik.kemdikbud.go.id) › articl

Sugiyono.(2015). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif,dan R&D.Bandung
ALFABETA

Menurut Johor (2004), “sangat penting untuk memahami posisi sebagai titik awal untuk teknik memukul, serta posisi tubuh dan posisi tangan”. <https://ummaspul.e-journal.id/maspuljr/article/view/1359>