

Pengaruh Gaya Mengajar Latihan terhadap Gerak Dasar pada Tendangan Lurus Pencak Silat Siswa Kelas IX-5 SMP Negeri 4 Manado

Ainnaya Fauziah^{1*}, A. R. J. Sengkey¹, E. A. M. Pinangkaan¹

¹ Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Manado, Indonesia

Corresponding Author's e-mail : nyfzh15@gmail.com*

ARMADA
JURNAL PENELITIAN MULTIDISIPLIN

e-ISSN: 2964-2981

ARMADA : Jurnal Penelitian Multidisiplin

<https://ejournal.45mataram.or.id/index.php/armada>

Vol. 2, No. 11 November 2024

Page: 917-921

DOI:

<https://doi.org/10.55681/armada.v2i11.1557>

Article History:

Received: October, 10 2024

Revised: October, 30 2024

Accepted: November, 10 2024

Abstract : *In schools, games and sports are usually used to teach sports and physical education. However, in school, pencak silat should be taught in a different way than outside of school, namely in pencak silat colleges. Learning materials and contents should be given in stages so that students can achieve the main goal of learning. For example, pencak silat lessons often do not match the characteristics of children, so children's creativity and enjoyment are not considered. The latihan teaching method allows learners to learn specific skills based on the teacher's explanation or instructions. In self-development learning, it is expected that students of class IX-5 SMP Negeri 4 Manado can master basic movement skills in pencak silat straight kicks. However, many of them failed to do so. The method used in this research is experimental research. Based on the results of hypothesis testing using t-test statistics, the results of this study can be concluded that there is an effect of the application of the practice method on improving basic movements in straight kicks pencak silat students of SMPN 4 Manado class IX-5.*

Keywords : *Pencak Silat, Practice Style, Straight Kick.*

Abstrak : Di sekolah-sekolah, permainan dan olahraga biasanya digunakan untuk mengajar olahraga dan pendidikan jasmani. Namun, di sekolah, pencak silat harus diajarkan dengan cara yang berbeda daripada di luar sekolah, yaitu di perguruan pencak silat. Materi dan isi pembelajaran harus diberikan secara bertahap agar siswa dapat mencapai tujuan utama pembelajaran. Sebagai contoh, pelajaran pencak silat seringkali tidak sesuai dengan karakteristik anak, sehingga kreativitas dan kesenangan anak tidak dipertimbangkan. Metode mengajar latihan memungkinkan peserta didik untuk belajar keterampilan tertentu berdasarkan penjelasan atau petunjuk pengajar. Dalam pembelajaran pengembangan diri, diharapkan peserta didik kelas IX-5 SMP Negeri 4 Manado dapat menguasai keterampilan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat. Namun, banyak dari mereka yang gagal melakukannya. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan statistic uji-t tersebut, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan metode mengajar latihan terhadap peningkatan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat siswa SMPN 4 Manado kelas IX-5.

Kata Kunci : Gaya Mengajar, Pencak Silat, Tendangan Lurus.

PENDAHULUAN

Pada tingkat nasional, pendidikan jasmani mencakup aspek kognitif, afektif, dan motorik. Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang menggunakan aktivitas untuk mencapai perkembangan individu secara keseluruhan (Samini: 2015). Pendidikan jasmani harus termasuk dalam kurikulum pendidikan secara keseluruhan, bukan hanya sebagai latihan fisik secara terpisah. Program olahraga dan kesehatan harus sesuai dengan tujuan program olahraga. Dengan kata lain, "Perilaku yang sesuai dengan Perkembangan" (DAP). Artinya, tugas belajar harus mempertimbangkan perkembangan kemampuan anak dan dapat mendorong perkembangan tersebut. Oleh karena itu, tugas ajar harus sesuai dengan tingkat perkembangan siswa yang sedang belajar. Tugas ajar yang tepat ini juga harus mampu menerima perubahan yang lebih baik (Wawan Suherman, 2001).

Permainan dan olahraga biasanya digunakan untuk mengajarkan siswa olahraga dan kesehatan. Materi dan isi pembelajaran harus diberikan secara bertahap agar siswa dapat mencapai tujuan utama pembelajaran. Pembelajaran pencak silat adalah contohnya. Pembelajaran sering kali tidak sesuai dengan sifat anak, sehingga kreativitas dan kesenangan anak tidak dipertimbangkan.

Pembelajaran pencak silat di sekolah harus diajarkan dengan cara yang berbeda dari yang diajarkan di perguruan silat. Jika diajarkan di perguruan silat dalam bentuk jurus yang tidak dapat diubah, maka di sekolah harus digunakan metode olahraga dengan tekanan khusus pada pembelaan diri daripada serangan. Pencak silat pada dasarnya adalah seni bela diri dan seni penyelamatan diri.

Cara penyajiannya harus disesuaikan dengan perkembangan fisik dan mental anak, serta cara mereka menanggapi, merasakan, berpikir, dan mengungkapkan sesuatu. Permainan dan olahraga biasanya digunakan untuk mengajarkan siswa olahraga dan kesehatan. Materi dan isi pembelajaran harus diberikan secara bertahap agar siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran utama. Salah satu teknik dasar pencak silat adalah tendangan lurus. "Tendangan lurus adalah serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya kearah depan, dengan posisi badan menghadap kedepan, dengan kenaanya jari-jari bagian dalam, dengan sasaran ulu hati" (Johansyah Lubis: 2004). "Tendangan lurus adalah tendangan yang dilakukan ke arah depan dengan sasaran perut. Bagian kaki yang digunakan untuk menendang adalah pangkal jari-jari kaki" (Khairul Hadziq, Milka Nurfitri: 2020). Dari kedua definisi di atas, tendangan lurus adalah tendangan ke arah depan dengan pangkal kaki dengan sasaran ulu hati.

Dalam pembelajaran pengembangan diri, diharapkan peserta didik kelas IX-5 SMP Negeri 4 Manado dapat menguasai keterampilan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat. Namun, banyak dari mereka yang gagal melakukannya. Ketidakmampuan guru untuk menyampaikan keterampilan dan keahlian pencak silat menjadi hambatan dalam pembelajaran karena pemahaman siswa bahwa guru hanya menyampaikan teori. Hal itu menyebabkan gerak dasar pada tendangan lurus yang dilakukan terlihat tidak baik dan sembarang. Ini menunjukkan bahwa praktik pendidikan jasmani saat ini tidak dikelola dengan baik sesuai dengan perkembangan kognitif, motorik, dan afektif siswa.

Dalam situasi ini ada beberapa faktor yang mempengaruhi hambatan seperti diatas, diantaranya adalah faktor secara eksternal, faktor internal dan faktor lingkungan. Metode mengajar dalam faktor eksternal adalah salah satu cara untuk mengatasi hambatan yang ada dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Faktor lain seperti faktor internal adalah dimana anak tersebut tidak ada ketertarikan dalam olahraga, kurang tertarik dengan materi yang disampaikan, dan kemungkinan ada faktor dalam diri anak yang membuat dirinya tidak ada keseriusan dalam pembelajaran. Hal lainnya adalah faktor lingkungan. Faktor lingkungan disini adalah kurangnya fasilitas atau sarana prasarana yang memadai tersangkut materi pembelajaran gerak dasar yang dipelajari sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran.

Metode pembelajaran latihan memungkinkan peserta didik untuk belajar keterampilan tertentu berdasarkan penjelasan atau petunjuk pengajar. Pengulangan berulang adalah ciri khas metode ini karena asosiasi stimulus dan respons menjadi sangat kuat dan sulit untuk dilupakan. Oleh karena itu, terbentuk sebuah pengetahuan, atau keterampilan, yang dapat digunakan oleh orang yang terlibat setiap saat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran ini bertujuan untuk membekali siswa dengan pengetahuan dan keterampilan tertentu yang mereka dapat dan akan kuasai. Saat menggunakan gaya praktik pedagogis untuk merencanakan pengajaran, lembar kerja dan lembar kerja adalah komponen utama. Lembar kerja berfungsi untuk membantu siswa menghafal pekerjaan rumah, mengurangi jumlah kali guru memberikan penjelasan, dan mengurangi kemungkinan guru mengabaikan demonstrasi atau penjelasan mereka. Dengan meningkatkan tanggung jawab guru dan siswa, guru dapat memungkinkan siswa memfokuskan perhatian mereka pada informasi yang terkandung dalam lembar kerja daripada pada tugas yang sedang mereka selesaikan.

METODE PENELITIAN

Metode “yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa Kelas IX 5 SMP Negeri 4 Manado yang berjumlah 30 orang. Sampel berjumlah 30 orang yang dibagi kedalam kedua kelompok. Rancangan penelitian yang dipakai adalah Randomized Pre-Test and Post-Test control group Design. Teknik analisis data yang digunakan adalah pertama Uji Normalitas data dengan menggunakan Uji Lilliefors), kedua Uji Homogenitas varians dengan Uji Varians besar dibagi dengan varians Kecil, ketiga uji hipotesa dengan menggunakan” Uji-t.

HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

Adapun “data yang didapatkan dari hasil pengukuran gerak dasar pada tendangan lurus kedua kelompok dalam penelitian ini adalah sebagai” berikut:

Tabel 1. Besaran Statistik *Gain Score* Gerak Dasar Tendangan Lurus Pencak Silat Kedua Kelompok

Kelompok Eksperimen (X1)	Kelompok Kontrol (X2)
n = 15	n = 15
Mean = 4,40	Mean = 0,33
SDx1 = 1,4040	SDx2 = 1,0419
SDx1 ² = 1,9714	SDx2 ² = 1,0857

Berdasarkan hasil pengujian yang memenuhi persyaratan analisis, yaitu normalitas data dan homogenitas varians, populasi ternyata normal dan homogen. Oleh karena itu, hipotesa penelitian dapat diuji dengan uji parametik.

Dari “perhitungan pengujian hipotesa penelitian “diperoleh t_o senilai 2,84. Berdasarkan tabel distribusi t pada α 0,05 dengan derajat kebebasan $n_1 + n_2 - 2 = 15+15-2= 28$ maka diperoleh $t_t = 2,048$. Jadi t_o lebih besar dari t_t , yaitu $t_o = 2,84 > t_t = 2,048$. Berdasarkan kriteria pengujian jika t_o lebih besar dari t_t ($t_o > t_t$) maka H_o ditolak yang berarti H_A diterima. Hasil analisis tersebut membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari kedua kelompok. Dimana rata-rata peningkatan gerak dasar tendangan lurus pencak silat kelompok yang diajarkan dengan menggunakan metode mengajar latihan lebih baik dibandingkan” dengan kelompok kontrol.”

Pembahasan

Tendangan lurus pencak silat adalah suatu teknik dasar yang lumayan dominan dalam pencak silat. Sebab pada umumnya dalam pencak silat tendangan lurus bukan hanya terdapat pada pertandingan tetapi juga dalam perlombaan seni baik tunggal, ganda maupun beregu. Tendangan lurus merupakan salah satu upaya untuk menyerang lawan dalam pertandingan dan aspek penilaian gerak dalam perlombaan seni. Tendangan ini memerlukan kecepatan dan ketepatan

dalam serangan, oleh sebab itu tendangan ini harus dilatih secara berulang-ulang agar sampai pada tingkat penguasaan yang optimal. Tendangan lurus pencak silat adalah tendangan yang sederhana tetapi kompleks dikarenakan pola gerak atau gerak dasarnya dimana kaki harus di angkat dan menekuk didepan dada agar tendangan yang dihasilkan tepat sasaran pada dada selanjutnya mendorong kaki lurus kedepan dengan badan yang sedikit condong kebelakang. Pola gerak yang dihasilkan pada tendangan ini bersifat *continue* atau tidak terpisah. Dengan pola atau gerak dasar seperti ini tidak diragukan lagi bahwa metode mengajar yang tepat untuk meningkatkan penguasaan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat adalah metode mengajar latihan.

Dalam “perencanaan pelajaran dengan menerapkan metode mengajar latihan yang terpenting adalah lembaran tugas dan kartu tugas. Dimana fungsi dari kartu tugas adalah membantu siswa untuk mengingat tugasnya, juga mengajarkan siswa untuk mengingat tugasnya, juga mengajarkan siswa bagaimana mengikuti tanggung jawab tertulis untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dan meningkatkan perhatian pada keterangan dilembaran” tugas yang harus dilakukan.”

Dengan “adanya penerapan metode mengajar latihan dalam proses pembelajaran keterampilan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk melaksanakan tugas sesuai dengan apa yang diberikan oleh guru. Penyajian pembelajaran dalam bentuk latihan keterampilan melalui interaksi antar guru dengan siswa memungkinkan terjadinya perubahan tingkah laku dan keterampilan gerak dasar pada tendangan lurus pencak” silat.”

Berdasarkan “hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan statistic uji-t tersebut, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan metode mengajar latihan terhadap peningkatan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat siswa SMPN 4 Manado kelas IX-5.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan “hasil penelitian dan pembahasan yang telah di kemukakan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat perbedaan antara rata-rata hasil belajar gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat kelompok eksperimen yang diajarkan dengan menggunakan gaya mengajar latihan dibandingkan dengan rata-rata hasil belajar gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat kelompok control yang tidak mendapatkan perlakuan. Dengan demikian kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh dalam penerapan metode mengajar latihan terhadap peningkatan gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat siswa SMPN 4 Manado kelas XI-5 Tahun ajaran 2023-2024.”

Atas dasar hasil kesimpulan di atas, maka ada beberapa saran yang akan di kemukakan sebagai bahan masukan: 1) Bagi guru Pendidikan jasmani agar dalam proses pembelajaran hendaknya dapat menerapkan gaya mengajar latihan. Hal ini dikemukakan berkaitan dengan terujinya teori yang mengatakan bahwa gaya mengajar latihan memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil belajar gerak dasar pada tendangan lurus pencak silat; 2) Sebagai bahan masukan dan pertimbangan yang positif bagi pihak SMP Negeri 4 Manado khususnya pada mata pelajaran Pendidikan jasmani agar dalam proses pembelajaran pencak silat khususnya gerak dasar pada tendangan lurus senantiasa menggunakan gaya mengajar yang tepat dalam upaya peningkatan prestasi belajar siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Didasari oleh penulis bahwa peran, petunjuk dan arahan oleh pembimbing sangat bermanfaat dan membantu penulis dalam meneliti dan Menyusun karya ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis sangat berterima kasih kepada Dr. A.R.J. Sengkey, M.Pd sebagai pembimbing I dan Dra. E.A.M. Pinangkaan, M.Kes selaku pembimbing II.

Untuk itu melalui kesempatan ini penulis ini ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada: 1) Prof. Dr. Deitje Adolfien Katuuk, M.Pd. selaku Rektor dan seluruh Wakil Rektor di lingkungan Universitas Negeri Manado; 2) Prof. Dr. Theo W.E. Mautang, M.Kes, AIFO selaku

Dekan FIKKM UNIMA; 3) Dr. F.A. Makadada, M.Kes, AIFO selaku Wakil Dekan I FIKKM UNIMA; 4) Dr. Marnex Berhimpong, M.Kes, AIFO selaku Wakil Dekan II FIKKM UNIMA; 5) Drs. Maxie Moleong, M.Kes, AIFO selaku Wakil Dekan III FIKKM UNIMA; 6) Dra. Yuliana Sattu M. Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan studi; 7) Dr. Dj. M. Lolowang M. Kes, AIFO. selaku Sekretaris Jurusan POR; 8) Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti kuliah di jurusan ROR; 9) Seluruh Staf Tata Usaha FIKKM UNIMA; 10) Kepala sekolah, para guru, staf sekolah, khususnya guru olahraga dan wali kelas IX-5 SMP NEGERI 4 MANADO tempat penulis melaksanakan penelitian; 11) Teman – teman dekat saya. Timoti Loing, Florensia Gam dan Grenaldy Mathindas Yang selalu setia menemani, mendoakan, memberikan motivasi dan dukungan yang tulus dalam mencapai cita-cita dan menunggu keberhasilanku; 12) Teman-teman seperjuangan angkatan 2019 Jurusan Pendidikan Olahraga; 13) Semua pihak yang tidak dapat disebut satu per satu yang telah membantu penulis dalam berbagai aspek selama penyelesaian studi.

Penulis sangat menyadari bahwa hasil karya penulisan ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis menerima segala kritikan, saran dan sumbangan pemikiran dari para pembaca yang sifatnya membangun untuk menyempurnakan sekaligus memperkaya ide-ide awal yang terdapat dalam hasil karya ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Doringin, R. T., Sengkey, A. R. J., & Pinangkaan, E. A. (2024). PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP GERAK DASAR BOUNCE PASS DALAM PERMAINAN BOLA BASKET SISWA SMP BEREA TONDANO. *Olympus: Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi*, 5(1), 193-209.
- Pinangkaan, E. A., Silaban, R. A., & Ramli, M. (2023). TEORI BERMAIN. *Penerbit Tahta Media*.
- Hadziq Khairul dan Milka Nurfitri, *PENJASORKES*, Yrama Widya. Bandung. 2020
- Iskandar M.O, Soemardjono dan Soegiyanto, *Pencak Silat*, Depdikbud. Jakarta. 1992
- Lubis Johansyah, *panduan praktis pencak silat*, PT. Grafindo Persada. Jakarta.2004
- Manopo, E. B., Mandagi, H. S., & Sunkudon, D. (2021). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Keterampilan Teknik Tendangan Dalam Pencak Silat. *Physical*, 2(1), 9-13.
- Mosston Mussca, *Teacing Physical Education*, Macmillan College Publishing Company Inc New York, New York, 1994
- Muhtar Tatang, *Pencak Silat*, UPI Sumedang Press, Sumedang, 2018
- Pea, A. A., Piri, N., & Lolowang, D. M. (2024). Pengaruh Gaya Mengajar Dan Motor Educability Terhadap Keterampilan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga FIKKM Unima. *Olympus: Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi*, 5(1), 10-17.
- Sarjianto, *Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual Gerak Dasar Pencak Silat Sekolah Dasar*, Universitas Muhamadiyah Malang, Malang, 2017
- Shaleh dan Abdul Rahman. *Pendidikan Agama & Pembangunan Watak Bangsa*, Rajawali Perss. Jakarta. 2006