



**PENGEMBANGAN PERMAINAN *PESIDORLA* UNTUK
MENINGKATKAN GERAK TANGKISAN SISWA
EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT
SMP MUHAMMADIYAH 2 KEBUMEN
TAHUN 2017**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh Sarjana Pendidikan

Oleh

**ANNAS CAHYONO
138010344**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **“Pengembangan permainan *pesidorla* untuk meningkatkan gerak tangkisan siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Muhamniadiyah 2 Kebumen”**, yang disusun oleh:

Nama : Annas Cahyono

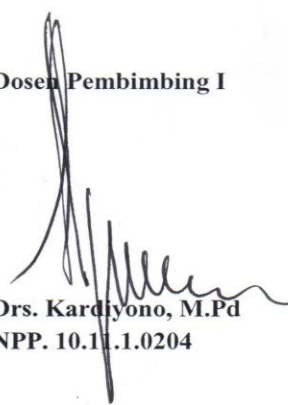
NIM : 138010344

Program Studi : FKIP PJKR UNWAHAS

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Penguji Skripsi**.

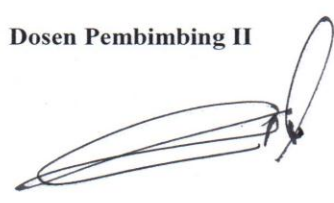
Semarang, 11 Januari 2018

Dosen Pembimbing I



Drs. Kardiyono, M.Pd
NPP. 10.11.1.0204

Dosen Pembimbing II



Catur Wahyu Priyanto, M.Pd
NPP. 10.15.1.0327

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul **“Pengembangan permainan *pesidorla* untuk meningkatkan gerak tangkisan siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Muhammadiyah 2 Kebumen”** yang di susun oleh :

Nama : Annas Cahyono

NIM : 138010344

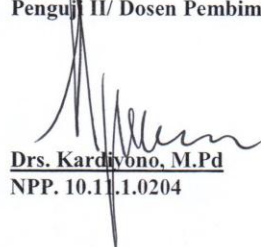
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi di depan Dewan Penguji Skripsi,
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim pada tanggal: 31 Januari 2018.

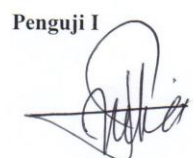
Dewan Penguji Skripsi


Ketua
Lusiana, M.Pd
NPP. 10.11.1.0197

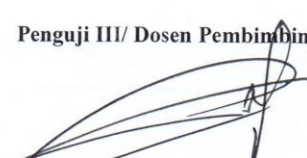
Penguji II/ Dosen Pembimbing I


Drs. Kardiyono, M.Pd
NPP. 10.11.1.0204

Penguji I


Liska Sukiyandari, M.Pd
NPP. 10.11.1.0208

Penguji III/ Dosen Pembimbing II


Catur Wahyu Priyanto, M.Pd
NPP. 10.15.1.0327

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjan pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian dilakukan saya sendiri dengan arahan dari Tim Pembimbing dan masukan Tim Penguji.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpanan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, 11 Januari 2018

Yang membuat pernyataan



Annas Cahyono

NIM. 138010344

MOTTO

Motto:

- ❖ Pentingnya persiapan, rencana yang matang dan waktu adalah hal yang tidak lepas dari masa depan.

(Penulis)

Persembahan:

- ❖ Kedua orang tua Saya, Bapak Sigit Cahyono dan Ibu Sriyatun. Do'amu yang tiada terputus, kerja keras tiada henti, pengorbanan dan kasih sayang yang tak terbatas. Tiada kasih sayang yang seindah dan seabadi kasih sayangmu.
- ❖ Adik kandung Saya, Dwiki Cahyo Darmawan yang selalu memberikan semangat dalam setiap langkahku.
- ❖ Teman-teman PJKR UNWAHAS Angkatan 2013 terutama PJKR B. Suka dan duka slalu bisa kita lalui bersama demi meraih cita-cita masa depan yang lebih baik.
- ❖ Kepada Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 2 Kebumen beserta guru pencak silat dan guru penjasorkes, saya ucapkan terimakasih.
- ❖ Almameterku sebagai tempat untukku meraih pendidikan S1.

Annas Cahyono, 2018. Pengembangan Permainan *Pesidorla* Untuk Meningkatkan Gerak Tangkisan Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Muhammadiyah 2 Kebumen 2018. Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Wahid Hasyim. Pembimbing I Drs. Kardiyono, M.Pd., Pembimbing II Catur Wahyu Priyanto, M.Pd.

Kata Kunci : Pengembangan, Pembelajaran Pencak Silat, Permainan *Pesidorla* (Pencak Silat Gobak Sodor Bola)

Latar belakang dalam penelitian ini bersumber dari hasil observasi dan wawancara pada Ekstrakurikuler Pencak Silat di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen. Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan produk berupa model permainan *Pesidorla* dalam pembelajaran ekstrakurikuler pencak silat untuk SMP.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan menggunakan beberapa tahapan: Analisis produk (hasil observasi lapangan dan kajian pustaka), Menyusun perencanaan, Pengembangan produk awal yang divalidasi oleh ahli pembelajaran dan ahli permainan, dengan menggunakan kuisisioner dan konsultasi yang kemudian dianalisis, Selanjutnya dilakukann uji coba lapangan skala kecil (12 siswa), Revisi produk, Melakukan uji coba lapangan dan revisi produk tahap akhir. Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMP Muhammadiyah 2 Kebumen berjumlah 72 siswa. Teknik analisis data adalah deskriptif persentase.

Hasil penelitian uji coba skala kecil didapat validasi ahli yaitu, ahli Pembelajaran I 90% (baik), ahli Pembelajaran II 88% (baik), ahli Permainan I 92% (sangat baik), ahli Permainan II 94% (sangat baik). Hasil uji skala kecil didapat presentase sebesar 84,97% (baik). Sedangkan untuk uji coba lapangan skala besar didapat validasi ahli yaitu, ahli Pembelajaran I 92% (sangat baik), ahli Pembelajaran II 94% (sangat baik), ahli Permainan I 94% (sangat baik), ahli Permainan II 96% (sangat baik). Hasil uji lapangan skala besar didapat presentase 94,2% (sangat baik).

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa permainan *Pesidorla* dapat diterapkan sebagai model pencak silat dalam pembelajaran ekstrakurikuler. Diharapkan bagi guru ekstrakurikuler pencak silat dapat menggunakan produk model permainan *Pesidorla* sebagai alternatif penyampaian materi pencak silat dalam pembelajaran ekstrakurikuler.

ABSTRACT

Annas Cahyono, 2018. Development of *Pesidorla* Game To Improve Defense Movement of Pencak Silat Extracurricular Student of SMP Muhammadiyah 2 Kebumen 2018. Thesis, Education of Physical Health and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Wahid Hasyim University. Adviser I Drs. Kardiyo, M.Pd., Adviser II Catur Wahyu Priyanto, M.Pd.

Keywords: Development, Pencak Silat Learning, *Pesidorla* Game (Pencak Silat Gobak Sodor Bola)

Background in this research comes from the observation and interview on Extracurricular Pencak Silat in SMP Muhammadiyah 2 Kebumen. The purpose of this study is to produce a product in the form of *Pesidorla* game model in the extracurricular learning of pencak silat for junior high school.

This research is a development research conducted through several stages: Product analysis (field observation and literature review), Preparing the planning, Development of initial product validated by the expert of learning and game expert, using questionnaire and consultation which then analyzed, after that conducting small-scale field trial (12 students), Product revision, conducting Field trial and final product revision. The population of this study is the extracurricular students of SMP Muhammadiyah 2 Kebumen amounted to 72 students. Data analysis technique is descriptive percentage.

The results of the small-scale experiments were gained expert validation i.e., Learning Experts I 90% (good), Learning expert II 88% (good), Game expert I 92% (very good), Game expert II 94% (very good). Small-scale test results obtained percentage of 84.97% (good). While for large-scale field trials were gained the expert validation i.e., the learning expert I was 92% (excellent), the learning expert II 94% (Very Good), Game Experts I 94% (Very Good), Game Expert II 96% (Very Good). Large-scale field test results obtained a percentage of 94.2% (very good).

Based on data of research result and discussion, it can be concluded that *Pesidorla* game can be applied as pencak silat model in extracurricular learning. It is expected that teachers of pencak silat extracurricular can use *Pesidorla* game model product as an alternative to deliver pencak silat material in extracurricular learning.

KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, segala puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengembangan Permainan *Pesidorla* Untuk Meningkatkan Gerak Tangkisan Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Muhammadiyah 2 Kebumen”, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNWAHAS.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, saran dan dorongan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Mahmutarom, SH. MH. Selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk menjadi mahasiswa Universitas Wahid Hasyim Semarang.
2. Drs. Kardiyono, M.Pd. selaku Dekan FKIP Universitas Wahid Hasyim Semarang, yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
3. Liska Sukiyandari, M.Pd. selaku Wakil Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang
4. Drs. Kardiyono, M.Pd. Selaku pembimbing utama atas bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan Skripsi.

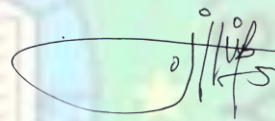
5. Catur Wahyu Priyanto, M.Pd selaku pembimbing kedua yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan dan semangat sehingga penulis dapat dalam menyelesaikan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen jurusan PJKR FKIP UNWAHAS yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan.
7. Staf Tata Usaha FKIP UNWAHAS yang selalu membantu penulis dalam proses pembuatan surat-surat perizinan.
8. Kedua orang tua Saya, Bapak Sigit Cahyono dan Ibu Sriyatun yang senantiasa telah membesarkan dan mendidiknya sampai saat ini, serta tidak lupa semua do'a, dukungan, dan harapan yang ikhlas demi keberhasilan.
9. Adik Saya, Dwiki Cahyo Darmawan yang telah memberi semangat selama proses pembuatan dalam menyelesaikan skripsi.
10. Kepala sekolah dan guru penjasorkes, SMP Muhammadiyah 2 Kebumen yang memberikan izin melakukan penelitian skripsi.
11. Seluruh siswa SMP Muhammadiyah 2 Kebumen yang membantu pengambilan data skripsi.
12. Teman-teman kelas B PJKR seperjuangan yang selalu mendukung dan membantu penulis skripsi.
13. Terimakasih untuk Ersu Dwi Sujarwo, Aris Isnanto, Alip Purnomo, Darul Kutni dan teman-teman kos.
14. Semua pihak yang telah memberikan dukungan baik material maupun spiritual sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Tidak ada sesuatupun yang penulis berikan sebagai imbalan kecuali rangkaian do'a, "semoga amal baik yang telah diberikan oleh berbagai pihak kepada penulis mendapat imbalan dari Allah SWT".

Kritik dan saran dari semua pihak senantiasa penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, 11 Januari 2018

Peneliti



Annas Cahyono

NIM. 138010344



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.7 Spesifikasi Produk	8
1.8 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan.....	9

BAB II LANDASAN TEORI

2.1 Deskripsi Teoritik	10
2.1.1 Hakikat Pencak Silat	10

2.1.2	Hakikat Teknik Dasar Pencak Silat	11
2.1.3	Hakikat Teknik Tangkisan	13
2.1.4	Peraturan Pertandingan Pencak Silat	18
2.1.5	Profil Ekstrakurikuler	42
2.1.6	Karakteristik Anak SMP	43
2.1.7	Hakikat Latihan dan Tujuan Latihan	46
2.1.8	Hakikat Permainan	48
2.1.9	Konsep Dasar Permainan Gobak Sodor	50
2.1.10	Bermain Gobak Sodor	51
2.1.11	Analisa Permainan Gobak Sodor	52
2.1.12	Model Permainan Pesidorla	52
2.1.13	Bentuk Latihan Permainan Pesidorla	55
2.2	Kajian Penelitian Yang Relevan	58
2.3	Kerangka Berpikir	61
2.4	Hipotesis Penelitian	63

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Model Pengembangan	64
3.2	Prosedur Pengembangan	65
3.2.1	Analisis Kebutuhan	66
3.2.2	Pembuatan Produk Awal	66
3.2.3	Uji Coba Produk	66
3.2.4	Revisi Produk Awal	67
3.2.5	Uji Coba Lapangan	67
3.2.6	Revisi Produk Akhir	67
3.2.7	Hasil Akhir	67
3.3	Uji Coba Produk	67
3.3.1	Desain Uji Coba	67
3.3.2	Subjek Uji Coba	68

3.4	Produk Pengembangan Permainan Gobak Sodor Pesidorla	69
3.5	Jenis Data	71
3.6	Instrumen Pengumpulan Data	72
3.7	Teknik Pengumpulan Data	74
3.8	Teknik Analisi Data	75

BAB IV HASIL PENGEMBANGAN

4.1	Penyajian Data Hasil Uji Coba Lapangan Skala Kecil	76
4.1.1	Draf Permainan Uji Coba Lapangan Skala Kecil	77
4.1.2	Data Hasil Uji Coba Lapangan Skala Kecil	83
4.2	Analisis Data Uji Coba Lapangan Skala Kecil	87
4.2.1	Deskripsi Hasil Kuesioner Siswa Uji Coba Lapangan Skala Kecil	87
4.2.2	Total Hasil Penelitian Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan	87
4.2.3	Deskripsi Hasil Penilaian Tiap Aspek oleh Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan	89
4.3	Revisi Produk Setelah Uji Coba Lapangan Skala Kecil	89
4.4	Penyajian Data Hasil Uji Lapangan	90
4.5	Analisis Data Hasil Uji Lapangan	94
4.5.1	Deskripsi Hasil Kuesioner Siswa Uji Lapangan	94
4.5.2	Total Hasil Penilaian Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan Uji Lapangan	94
4.5.3	Deskripsi Hasil Penilaian Tiap Aspek oleh Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan Uji Lapangan	95
4.6	Prototipe Produk	96
4.6.1	Kelebihan Produk	96
4.6.2	Kelemahan Produk	96

BAB V KAJIAN PRODUK DAN SARAN

5.1	Simpulan	98
5.2	Keterbatasan Hasil Penelitian	102
5.3	Implikasi Hasil Penelitian	103
5.4	Saran	103

DAFTAR PUSTAKA	105
-----------------------------	-----

LAMPIRAN	108
-----------------------	-----



DAFTAR TABEL

3.1	Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner	72
3.2	Skor Jawaban Kuesioner	73
3.3	Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner Siswa	73
3.4	Klasifikasi Presentase	75
4.1	Data Hasil Uji Coba Skala Kecil	84
4.2	Rekapitulasi Hasil Kuesioner Ahli Uji Coba Skala Kecil	88
4.3	Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan Uji Coba Skala Kecil	88
4.4	Data Hasil Uji Lapangan	90
4.5	Rekapitulasi Hasil Kuesioner Ahli Uji Lapangan	95
4.6	Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Pembelajaran dan Ahli Permainan Uji Lapangan	95

DAFTAR GAMBAR

2.1	Tangkisan Dalam	15
2.2	Tangkisan Luar	16
2.3	Tangkisan Dua Lengan	16
2.4	Tangkisan Dua Lengan Buang ke Samping	17
2.5	Tangkisan Bisir Luar/Dalam	17
2.6	Gelanggang Pencak Silat	21
2.7	Lapangan Pesidorla	53
2.8	Bola Plastik	54
2.9	Karet Ban	54
2.10	Permainan Pesidorla dengan alat	56
2.11	Permainan Pesidorla	57
2.12	Permainan Kombinasi	58
2.13	Kerangka Berpikir	63
3.1	Prosedur Pengembangan	65
3.2	Lapangan Pesidorla	69
3.3	Bola Plastik	70
3.4	Karet Ban	70
4.1	Lapangan Pesidorla	78
4.2	Bola Plastik Pesidorla	78
4.3	Karet Ban Pesidorla	78
4.4	Permainan Pesidorla	79
4.5	Permainan Pesidorla	80
4.6	Permainan Kombinasi Pesidorla	80
4.7	Pergantian Permainan Pesidorla	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Penetapan Dosen Pembimbing	109
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari FIK UNWAHAS	110
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian	111
Lampiran 4. Survei Sarana dan Prasarana Pencak Silat	112
Lampiran 5. Biodata Atlit Kejuaraan Pelajar Pencak Silat	113
Lampiran 6. Penilaian Ahli Pembelajaran (Uji Coba I)	134
Lampiran 7. Penilaian Ahli Permainan (Uji Coba I)	120
Lampiran 8. Kuisisioner Penelitian Untuk Siswa	126
Lampiran 9. Penilaian Psikomotor (Uji Coba I)	132
Lampiran 10. Penilaian Kognitif (Uji Coba I)	133
Lampiran 11. Penilaian Afektif (Uji Coba I)	134
Lampiran 12. Hasil Pengisian Kuisisioner Ahli (Uji Coba I)	135
Lampiran 13. Penghitungan Denyut Nadi (Uji Coba I)	137
Lampiran 14. Lembar Pengamatan Gerak (Uji Coba I)	138
Lampiran 15. Penilaian Psikomotor (Uji Coba II)	140
Lampiran 16. Penilaian Kognitif (Uji Coba II)	141
Lampiran 17. Penilaian Afektif (Uji Coba II)	142
Lampiran 18. Hasil Pengisian Kuisisioner Ahli (Uji Coba II)	143
Lampiran 19. Penghitungan Denyut Nadi (Uji Coba II)	145
Lampiran 20. Lembar Pengamatan Gerak (Uji Coba II)	146
Lampiran 21. Hasil Wawancara Observasi dengan Guru Pencak Silat	148
Lampiran 22. Dokumentasi	149