

PENGARUH GAYA MENGAJAR DEMONSTRASI TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN SAMPING DALAM CABOR PENCAK SILAT

THE EFFECT OF DEMONSTRATION TEACHING STYLE ON 20 METER BREAST SWIMMING ABILITY

¹Serli Ompi, ²Mieke Mumekh, ³Dolfi H Duitan

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Correspondence Author: Serli Ompi; serliympi64@gmail.com

Article Received: 22 April 2021; Accepted: 25 Mei 2021; Published: 30 Juni 2021

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang olahraga pencak silat pada Mahasiswa Jurusan PKL FIK UNIMA? Metode Penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan perlakuan berupa gaya mengajar demonstrasi yang diberikan selama delapan minggu. Rancangan menggunakan: *Randomized control groups pre-test and post-test design*. Yang uji hipotesa menggunakan teknik statistik dengan Uji t. Hasil analisa hipotesa, diperoleh t observasi senilai 4,47 sedangkan t tabel yang diperoleh dari derajat kebebasan $n_1 + n_2 - 2$ yaitu $10 + 10 - 2 = 18$ dan taraf keyakinan $\alpha = 0,05$ adalah 1,734. Sesuai dengan kriteria pengujian terima H_0 jika t observasi lebih kecil dari t tabel dan tolak H_0 jika t observasi lebih besar dari t tabel. Oleh karena t observasi lebih besar dari t tabel maka hasil analisis menunjukkan tolak H_0 dan terima H_a . Kesimpulan penelitian: Terdapat pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang olahraga pencak silat pada Mahasiswa Jurusan PKL FIK Unima.

Kata Kunci: *Gaya Mengajar Demonstrasi, Tendangan Samping*

The Problem of this Study is : Whether the Impact of Teaching Demonstrations on the Ability of Side Kicks on Pencak Silat Sport Branch of Students' in PKL FIK UNIMA? The method of research used the method of experiment with treatment in the form of a teaching style demonstration which has given for eight weeks. The study design used : Randomized control groups pre-test and post-test design. Hypothesis testing using statistical techniques with t test. The results of hypothesis analysis, obtained t observation of 4,47 while t tables obtained from the same degree of freedom $n_1 + n_2 - 2$ is $10 + 10 - 2 = 18$, and the level of confidence $\alpha = 0,05$ is 1,734. In accordance with the test criteria accept H_0 if t observation is smaller than t table and reject H_0 if t observation is greater than table. Because t observation is greater than t table, the results of the analysis show reject H_0 and accept H_a . Conclusion of Strategic : Whether the Impact of Teaching Demonstrations on the Ability of Side Kicks on Pencak Silat Sport Branch of Students' in PKL FIK UNIMA?

Keywords: *Teaching Demonstration, Side Kick*

Introduction

Sebagai makhluk hidup bermasyarakat, manusia mempunyai kebutuhan naluriiah untuk menjamin keamanan dan kesejahteraan masing-masing individu. Seiring berjalannya budaya masyarakat secara khusus memikirkan cara terbaik sebagai suatu keterampilan dalam menjamin keamanan & kesejahteraan. Yang kemudian dipraktekkan sebagai eksperimen yang secara terus menerus diperbaiki dan disempurnakan dan akhirnya menjadi cara pembelaan diri masing-masing individu tertentu dan bagi suatu bangsa. Seni bela diri ini di Indonesia diberi nama “Pencak Silat”. Yang akhirnya

cabang olahraga pencak silat menjadi salah satu budaya asli bangsa Indonesia, dan sudah diterima oleh masyarakat internasional, dimana perkembangan sebagai olahraga modern yang diterima oleh masyarakat luas akan memberikan konsekuensi logis bahwa pencak silat akan dipelajari dan ditekuni oleh masyarakat. Ada pun teknik dasar dalam cabang olahraga pencak silat yaitu : kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, belaan, hindaran, serangan, dan tangkapan. Pencak silat adalah olahraga yang kompetitif dengan tujuan mendapatkan nilai terbanyak oleh sebab itu para atlet harus menguasai teknik-teknik dasar. Pesilat akan sangat berpeluang mendapat point jika menguasai teknik tendangan, salah satunya adalah tendangan samping. Seorang pesilat juga perlu memiliki komponen kondisi fisik dalam unsur kelincahan untuk menunjang pelaksanaan tendangan samping pada saat latihan maupun saat bertanding. Cabang olahraga pencak silat selain olahraga prestasi juga masuk dalam olahraga pendidikan baik pada tingkat SMP, SMA/SMK bahkan sampai Perguruan Tinggi. Fakultas Ilmu Keolahragaan lebih khusus di Jurusan Pendidikan Kepelatihan, cabang olahraga pencak silat selain sebagai mata kuliah wajib, juga menjadi mata kuliah spesialisasi serta di kembangkan melalui kegiatan pembinaan bakat prestasi.

Di Jurusan Pendidikan Kepelatihan FIK Unima, sudah ada beberapa mahasiswa yang berprestasi baik kejuaraan antar mahasiswa, kejuaraan nasional, bahkan sampai pada tingkat Asia. Walaupun mahasiswa ada yang berprestasi dalam cabang olahraga pencak silat, namun masih terdapat mahasiswa yang belum mampu melakukan tendangan samping dengan baik.

Mengingat pentingnya proses pembelajaran dan pelatihan dalam penerapan teknik dasar, maka metode mengajar yang tepat di gunakan adalah metode mengajar demonstrasi. Metode mengajar yang tepat digunakan dalam dalam proses pembelajaran maupun pelatihan karna tingkat pemahaman mahasiswa yang beragam. Ada mahasiswa yang memahami walaupun hanya melalui metode komando dan lain sebagainya, ada juga mahasiswa yang dapat melakukan gerakan jika melihat contoh gerakan dari pelatih. Dari uraian diatas, dapat dilihat permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yaitu penguasaan teknik dasar serta metode mengajar yang akan digunakan dalam menyampaikan materi mengajar atau pelatihan. Maka penulis tertarik mengangkat topik untuk dijadikan penelitian yaitu: Pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang Olahraga Pencak Silat pada Mahasiswa Jurusan PKL FIK UNIMA.

Hakikat Tendangan Samping dalam Cabang Olahraga Pencak Silat

Pada umumnya serangan tungkai/kaki lebih panjang dari pada tangan, kaki lebih kuat tenaganya, tetapi keeluasaan gerak kurang dari pada lengan. Bagi mereka yang mempelajari pencak silat kekuatan dan kelamahan patut diperhatikan dan diperhitungkan keuntungan maupun kerugiannya. Ketika berhadapan dengan lawan pada situasi jarak jauh Pesilat menggunakan teknik tendangan menggunakan tungkai kaki dalam serangannya. Jika dalam pertandingan Pesilat yang berhasil melakukan teknik tendangan dan serangan menggunakan tendangan dengan baik dan tepat akan memperoleh dua poin.

Menurut Atok Iskandar: “teknik tendangan pada prinsipnya dapat dipergunakan untuk menyerang dalam pertandingan pencak silat, namun sebagaimana halnya dengan pukulan tidak semua teknik tendangan dapat dipergunakan dan dipertandingkan

berdasarkan efisiensi pelaksanaan teknik tendangan dan efektivitas untuk memperoleh angka serta keselamatan yang melakukan tendangan tersebut”(Atok Iskandar 1992).

Bagian-bagian tertentu kaki seperti ujung kaki, tumit, telapak kaki, digunakan sebagai media untuk melakukan tendangan pencak silat.

Dalam serangan ini bagian kaki yang berperan adalah bagian tajam telapak kaki dan tumit tendangan ini digunakan untuk serangan samping dengan sasaran seluruh bagian tubuh. Pelaksanaan tendangan samping bervariasi diantaranya: tendangan samping melompat, tendangan samping gantung, dan tendangan samping jepret.



Gambar 1 pelaksanaan tendangan samping

Adapun teknik pelaksanaan tendangan samping:

➤ Persiapan

Pesilat pada posisi siap kemudian mengangkat kaki bagian belakang sejajar dengan posisi tubuh & tidak melewati garis depan tubuh, tumit kaki yang diangkat menyentuh paha belakang, dengan posisi tegak dan lutut kaki pendukung tegak lurus, serta kaki belakang yang diangkat dibengkokkan ke arah target serangan

➤ Memutar Pinggul

Agar tendangan lebih efektif, rotasi pinggul harus cepat. Pada saat melakukan gerakan ini kekuatan memecut dari tendangan ini tergantung pada kombinasi memutar pinggul dan kaki pendukung harus tertanam kuat pada lantai jika tidak akan jatuh karena lebih lemah.

➤ Posisi Kembali

Pada gerakan ini (menarik kaki setelah mengeksekusi) melakukan tendangan harus memiliki kontrol yang baik. Posisi kaki yang melakukan serangan harus kembali pada posisi pada kuda-kuda.

Hakikat Gaya Mengajar Demonstrasi

Menyusun strategi belajar mengajar adalah menetapkan suatu metode yang dinilai paling sesuai untuk menghasilkan hasil belajar yang efektif. Whendall dan Richard (1993) mengemukakan bahwa “untuk mendapatkan hasil yang efektif dalam proses belajar mengajar memilih metode mengajar yang baik dan sesuai tidak dapat dipisahkan dari tujuan pengajaran itu sendiri. Metode mengajar sangat membantu atlet terhadap suatu materi pelajaran yang akan lebih berkesan secara mendalam sehingga membentuk pengertian dengan baik dan sempurna.

Keefektifan metode ini tergantung pada seorang pelatih dalam menyusun persiapan dan perencanaan serta mampu menutupi segala kekurangan metode ini. Semakin matang perencanaan dan persiapan serta kekurangan-kekurangan metode ini dapat ditutupi maka mahasiswa bersemangat mengikuti pelajaran dengan tujuan yang diharapkan tercapai.

Kelebihan, Kekurangan Gaya Mengajar Demonstrasi

Kelebihan Gaya Mengajar Demonstrasi

1. Perhatian Mahasiswa dapat dipusatkan yang dimana titik berat yang dianggap penting oleh guru atau pelatih.
2. Perhatian Mahasiswa akan lebih terpusat apabila lebih terpusat pada apa yang di demonstrasikan.
3. Dapat merangsang Mahasiswa untuk lebih aktif dalam mengikuti proses belajar mengajar.
4. Menambah pengalaman peserta didik maupun Mahasiswa.
5. Dapat membantu peserta didik ingat lebih lama tentang materi yang disampaikan.
6. Dapat mengurangi kesalahpahaman karena pengajaran lebih jelas dan kongkrit.
7. Dapat menjawab semua masalah yang timbul dalam pikiran tiap manusia.

Kelemahan gaya mengajar demonstrasi

1. Memerlukan waktu yang cukup lama
2. Apabila terjadi kekurangan media, metode ini menjadi kurang efisien.
3. Memerlukan biaya yang cukup mahal
4. Memerlukan banyak tenaga dan
5. Apabila peserta didik tidak aktif dalam pembelajaran maka metode ini menjadi tidak efektif (Fathurrahman, 2008:3)

Berfokus dari latar belakang umum permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang pencak silat pada mahasiswa jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan. Maka dirumuskan sebagai berikut terdapat pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang pencak silat pada mahasiswa jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan. Adapun tujuan penelitian ini bisa mengetahui: pengaruh metode mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang pencak silat pada mahasiswa jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Method

Metode penelitian adalah metode Eksperimen, dengan populasi seluruh mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan semester VII sebanyak 20 orang dan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen & kelompok kontrol untuk cara pembagiannya, dibuat tes awal & skor tes awal ini disusun dari skor tertinggi sampai terendah kemudian diberi nomor urut untuk nomor ganjil dinyatakan sebagai kelompok eksperimen & untuk nomor genap dinyatakan sebagai kelompok kontrol yang masing-masing beranggotakan 10 orang. Untuk perancangan digunakan dalam penelitian mengacu pada rancangan eksperimental dengan menggunakan *Randomized control groups pre-test and post test design* (Ary Donal, dkk, 1982). Menganalisis data menggunakan uji t berdasarkan observasi taraf nyata 0,05.

$$t_o = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$\text{dimana : } S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

Ket :

X_1 = Rata-rata kemampuan tendangan samping kelompok eksperimen.

X_2 = Rata-rata kemampuan tendangan samping kelompok kontrol.

S_d = Standar deviasi

n_1 = Jumlah sampel eksperimen

n_2 = Jumlah sampel kelompok kontrol

Hipotesa Statistik adalah sebagai berikut :

Terima H_o jika : $t_o \leq t_t (\alpha : 0,05 ; dk = n_1 + n_2 - 2)$

Tolak H_o jika $t_o > t_t (\alpha : 0,05 ; dk = n_1 + n_2 - 2)$

Discussion

Pada saat menganalisis pengujian hipotesis, diperoleh t observasi senilai 4,47 sedangkan t tabel yang di peroleh dari derajat kebebasan = $n_1 + n_2 - 2$ yaitu $10 + 10 - 2 = 18$ & taraf keyakinan $\alpha = 0,05$ adalah 1,734.

Tabel 1. Data hasil pengukuran tendangan samping

Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
Pre-Test	Post-Test	Pre-Test	Post-Test
7	10	11	12
9	11	12	12
11	13	7	9
8	11	9	10

12	16	8	7
8	10	7	8
9	12	8	10
11	13	9	10
9	11	8	7
7	9	8	9
91		87	

Tabel 2. Gain score kedua kelompok

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
3	1
2	0
2	2
3	1
4	-1
2	1
3	2
2	1
2	-1
2	1
25	7

Diketahui :

$$\sum X_1 = 91 \quad n_1 = 10$$

$$\bar{X}_1 = \left(\frac{\sum X}{n} \right)$$

$$= \left(\frac{91}{10} \right)$$

$$\bar{X}_1 = 9,1$$

$$\sum X_2 = 87 \quad n_2 = 10$$

$$\bar{X}_2 = \left(\frac{\sum X}{n} \right)$$

$$= \left(\frac{87}{10} \right)$$

$$\bar{X}_2 = 8,7$$

Tabel 3. Perhitungan standar deviasi data pre-test kedua kelompok

X_1	$(X - \bar{X})^2$	X_2	$(X - \bar{X})^2$
7	4,41	11	5,29
9	0,01	12	10,89
11	3,61	7	2,89
8	1,21	9	0,09
12	8,41	8	0,49
8	1,21	7	2,89
9	0,01	8	0,49
11	3,61	9	0,09
9	0,01	8	0,49
7	4,41	8	0,49

$$\Sigma(X - \bar{X})^2 = 26,9$$

$$Sd^2 = \frac{\Sigma(X - \bar{X})^2}{n-1}$$

$$= \frac{26,9}{9}$$

$$= 2,98888888888888$$

$$Sd_1 = \sqrt{2,98888888888888}$$

$$= 1,72884033064$$

$$Sd_1 = 1,73$$

$$\Sigma(X - \bar{X})^2 = 24,1$$

$$Sd^2 = \frac{\Sigma(X - \bar{X})^2}{n-1}$$

$$= \frac{24,1}{9}$$

$$\begin{aligned}
 &= 2,67777777777777 \\
 \text{Sd}_2 &= \sqrt{2,67777777777777} \\
 &= 1,63639169448 \\
 \text{Sd}_2 &= 1,64
 \end{aligned}$$

Tabel 4. Perhitungan standar deviasi gain score kelompok eksperimen

X_1	$(X_1 - \bar{X})^2$
3	0,25
2	0,25
2	0,25
3	0,25
4	2,25
2	0,25
3	0,25
2	0,25
2	0,25
2	0,25

Diketahui :

$$\begin{aligned}
 \bar{X}_1 &= 2,5 & \Sigma(X - \bar{X})^2 &= 10,1 \\
 \text{Sd}^2 &= \frac{\Sigma(X - \bar{X})^2}{n-1} \\
 &= \frac{0,5}{9} \\
 &= 0,5 \\
 \text{Sd} &= \sqrt{0,25} \\
 &= 0,70710678118 \\
 \text{Sd} &= 0,71
 \end{aligned}$$

Tabel V. Perhitungan standar deviasi gain score kelompok kontrol

X_2	$(X_2 - \bar{X})^2$
1	0,09
0	0,49
2	1,69
1	0,09
-1	2,89

1	0,09
2	1,69
1	0,09
-1	2,89
1	0,09

Diketahui :

$$\bar{X}_2 = 0,7 \quad \sum(X - \bar{X})^2 = 10,2$$

$$\begin{aligned} Sd^2 &= \frac{\sum(X - \bar{X})^2}{n-1} \\ &= \frac{10,2}{9} \\ &= 1,12222222222222 \\ Sd &= \sqrt{1,12222222222222} \\ &= 1,05934990547 \\ Sd &= 1,06 \end{aligned}$$

Dari perhitungan-perhitungan di atas diperoleh data-data sbb :

$$\begin{aligned} \bar{X}_1 &= 2,5 & \bar{X}_2 &= 0,7 \\ n_1 &= 10 & n_2 &= 10 \\ Sd_1 &= 0,71 & Sd_2 &= 1,06 \\ Sd_1^2 &= 0,5041 & Sd_2^2 &= 1,1236 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} S^2 &= \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\ &= \frac{(10 - 1)0,5041 + (10 - 1)1,1236}{10 + 10 - 2} \\ &= \frac{(9 \times 0,5041) + (9 \times 1,1236)}{10 + 10 - 2} \\ &= \frac{4,5369 + 10,1124}{18} \\ &= \frac{14,6493}{18} \\ &= 0,81385 \\ S &= \sqrt{0,81385} \\ &= 0,90123635333 \\ &= 0,90 \text{ (dibulatkan)} \end{aligned}$$

$$t = \frac{X_1 - X_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$\begin{aligned}
 &= \frac{2,5 - 0,7}{0,90 \sqrt{\frac{1}{10} + \frac{1}{10}}} \\
 &= \frac{2,5 - 0,7}{0,90 \sqrt{0,2}} \\
 &= \frac{1,8}{0,90 \times 0,44721359549} \\
 &= \frac{1,8}{0,40249223594} \\
 &= 4,47213595511 \\
 &= 4,47 \text{ (dibulatkan)}
 \end{aligned}$$

Sesuai dengan kriteria pengujian terima H_0 jika t observasi lebih kecil dari t tabel dan tolak H_0 jika t observasi lebih besar dari t tabel. Karena t observasi lebih besar dari t tabel maka analisis menunjukkan tolak H_0 dan terima H_a dilihat dari hasil analisis yang ada dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam olahraga Pencak Silat pada mahasiswa jurusan pendidikan kepelatihan olahraga.

Conclusion

Dari hasil hipotesis dengan tujuan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh gaya mengajar demonstrasi terhadap kemampuan tendangan samping dalam cabang pencak silat. Dapat di buktikan melalui observasi, perlakuan dan penyimpulan data dari tes awal dan tes akhir dan benar bahwa penelitian ini membuktikan bahwa adanya pengaruh dalam pengaplikasian tendangan samping dalam cabang olahraga Pencak Silat.

References

- Donal, A dkk 1982, Pengantar penelitian dalam pendidikan, Terjemahan Arief Furhan usaha nasional, Surabaya.
- Hasibuan, J.J 2000, Proses belajar mengajar, Remaja karya, Bandung.
- Lubis J & Wardoyo H, 2014, Pencak silat, PT. Raja Gafindo Persada, Jakarta.
- Muhajir, 2002, Teknik dasar pencak silat, Penerbit: Airlangga, Jakarta.
- Sudjana, 1986, Metode Statistik, Tarsito Bandung.
- Suparman, 1993, Teknik instruksional program keterampilan dasar teknik instruksional, Dirjen Dikti, Depdikbud.
- Wiryaman S.A, 1987, Strategi dan metode belajar mengajar, Dirjen universitas terbuka, Jakarta.
- Whendall dan Richard, 1993, Psychological Aspect of Learning and Teaching , Beachenhan, Crom Helm Ltd.