

**PENGARUH LATIHAN MEDIA AUDIO VISUAL DAN  
LANGSUNG TERHADAP PENGUASAAN GERAK PENCAK  
SILAT KATEGORI TUNGGAL DI KLUB PERSINAS ASAD  
KECAMATAN TALANG UBI**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Fauzi Firdaus**

**NIM: 06061181823003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUUAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
TAHUN 2022**

**PERSETUJUAN UJIAN AKHIR SKRIPSI**

**PENGARUH LATIHAN MEDIA AUDIO VISUAL DAN  
LANGSUNG TERHADAP PENGUASAAN GERAK PENCAK  
SILAT KATEGORI TUNGGAL DI KLUB PERSINAS ASAD  
KECAMATAN TALANG UBI**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Fauzi Firdaus**

**NIM 06061181823003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir Program Sarjana S-1**

**Pembimbing**



**Dr. Iyakrus, M.Kes**

**NIP 196208121987021002**



**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi**



**Dr. Hartati, M.Kes.**

**NIP 196006101985032006**

# **PENGESAHAN SKRIPSI**

## **PENGARUH LATIHAN MEDIA AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG TERHADAP PENGUASAAN GERAK PENCAK SILAT KATEGORI TUNGGAL DI KLUB PERSINAS ASAD KECAMATAN TALANG UBI**

### **SKRIPSI**

**Oleh**

**Fauzi Firdaus**

**NIM 06061181823003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Mengesahkan:**

**Pembimbing**



**Dr. Iyakrus, M.Kes**

**NIP 196208121987021002**



**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi**



**Dr. Hartati, M.Kes.**

**NIP 196006101985032006**

**PERSETUJUAN TIM PENGUJI SKRIPSI**

**PENGARUH LATIHAN MEDIA AUDIO VISUAL DAN  
LANGSUNG TERHADAP PENGUASAAN GERAK PENCAK  
SILAT KATEGORI TUNGGAL DI CLUB PERSINAS ASAD  
KECAMATAN TALANG UBI**

**SKRIPSI**

Oleh  
**Fauzi Firdaus**  
**NIM 06061181823003**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Telah diujikan dan lulus pada:**

**Hari : Senin**  
**Tanggal : 30 Mei 2022**

**TIM PENGUJI**

- 1. Ketua : Dr. Iyakrus, M.Kes**
- 2. Anggota : Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Kes**



**Indralaya, 30 Mei 2022**  
**Mengetahui,**  
**Koordinator Program Studi**



**Dr. Hartati, M.Kes.**  
**NIP 196006101985032006**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fauzi Firdaus  
NIM : 06061181823003  
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Media Audio Visual dan Langsung Terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal di Klub Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi” ini adalah benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau pengaduan pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 22 Juli 2022

Yang Membuat Pernyataan



Fauzi Firdaus

NIM 06061181823003

## PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Media Audio Visual dan Langsung Terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal di Klub Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Iyakrus, M.Kes. sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd. sebagai dosen penguji. Serta Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri, dan Ibu Dr. Hartati, M.Kes. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

Indralaya, 30 Mei 2022



Fauzi Firdaus

NIM 06061181823003

## PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmannirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamiin

Diawali dengan lantunan syukurku kepada Allah SWT, ingin ku ungkapkan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada orang-orang istimewa yang Allah SWT hadirkan dihidupku dan memberiku semangat, nasehat, doa, dan dukungan dalam perjuangan dibangku perkuliahan. Serta limpahan kasih dan sayang untukku baik yang tersirat maupun tersurat.

Ku persembahkan karyaku ini untuk:

- Kedua orang tuaku, Ayahku Agus Susanto dan Ibukku Siti Nur Fadillah yang telah sabar membesarkan dan mendidik dan selamanya akan selalu memberikan kasih sayang, semangat, pengorbanan serta doa yang selalu dipanjatkan demi kelancaran dan kesuksesanku.
- Saudara-saudari kandungku yang setia memberikan semangat dan selalu mendoakan untuk semua kelancaran, keberhasilan dalam menyelesaikan perkuliahan ini, semoga impianku membanggakan kalian.
- Keluarga besarku, Kakek, Nenek, Paman, Bibi, Sepupu dan lainnya yang selalu memberikan dukungan dan doanya.
- Dr. Iyakrus, M.Kes, dan Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd. yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbingku serta yang tulus memberi nasihat dan masukan kepadaku selama ini.
- Pelatih dan Pengurus Perguruan Pencak Silat Nasional ASAD Kec.Talang Ubi serta teman-teman seperjuangan latihan yang telah membantuh melakukan penelitian ini
- Teman sepembimbingan dan seperjuangan (Squad Ubur-Ubur Team) yang selalu memotivasi dan membantu dalam menyelesaikan tugas akhir.
- Semua rekan mahasiswa Penjaskes 2018 Universitas Sriwijaya atas kebersamaan, pertolongan dan keyakinan yang kalian berikan selama ini.
- Serta semua pihak yang memberi bantuan, motivasi, dukungan serta doa dari awal hingga akhir yang tak bisa disebutkan satu persatu.

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN UJIAN AKHIR SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI SKRIPSI.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PRAKATA.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
Abstrak.....	1
Abstrac.....	2
<b>BAB I .....</b>	<b>3</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Latar Belakang .....</b>	<b>3</b>
<b>1.2 Masalah Penelitian.....</b>	<b>6</b>
<b>1.2.1 Identifikasi Masalah .....</b>	<b>6</b>
<b>1.2.2 Batasan Masalah .....</b>	<b>6</b>
<b>1.2.3 Rumusan Masalah .....</b>	<b>6</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian .....</b>	<b>7</b>
<b>1.4 Manfaat Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II.....</b>	<b>6</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>



<b>2.1</b>	<b>Hakikat Pencak Silat .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1.1</b>	<b>Pengertian Pencak Silat.....</b>	<b>6</b>
<b>2.2</b>	<b>Teknik Dasar Pencak Silat .....</b>	<b>7</b>
<b>2.3</b>	<b>Pencak Silat Kategori Tunggal.....</b>	<b>7</b>
<b>2.4</b>	<b>Peraturan Pertandingan Pencak Silat.....</b>	<b>8</b>
	<b>2.4.1 Perlengkapan Bertanding.....</b>	<b>9</b>
	<b>2.4.2 Ketentuan Bertanding.....</b>	<b>10</b>
	<b>2.4.3 Hukuman.....</b>	<b>11</b>
	<b>2.4.4 Penilaian.....</b>	<b>12</b>
<b>2.5</b>	<b>Hakikat Media.....</b>	<b>12</b>
	<b>2.5.1 Pengertian Media.....</b>	<b>12</b>
	<b>2.5.2 Jenis-jenis Media.....</b>	<b>13</b>
<b>2.6</b>	<b>Pengertian Audio visual.....</b>	<b>13</b>
	<b>2.6.1 Ciri-ciri Audio-visual.....</b>	<b>15</b>
	<b>2.6.2 Kelebihan Audio Visual.....</b>	<b>15</b>
	<b>2.6.3 Kelemahan Audio Visual.....</b>	<b>15</b>
<b>2.7</b>	<b>Metode Pembelajaran Langsung .....</b>	<b>16</b>
	<b>2.7.1 Ciri-Ciri model pembelajaran langsung .....</b>	<b>16</b>
	<b>2.7.2 Manfaat Model Pembelajaran Langsung .....</b>	<b>17</b>
	<b>2.7.3 Kekurangan Model Pembelajaran Langsung.....</b>	<b>17</b>
<b>2.8</b>	<b>Hakikat Latihan.....</b>	<b>17</b>
	<b>2.8.1 Pengertian Latihan .....</b>	<b>17</b>
	<b>2.8.2 Tujuan dan Sasaran Latihan.....</b>	<b>18</b>
	<b>2.8.3 Prinsip-Prinsip Latihan.....</b>	<b>19</b>
	<b>2.8.4 Aspek-Aspek Latihan.....</b>	<b>19</b>
	<b>2.8.5 Lama Latihan.....</b>	<b>19</b>
<b>2.9</b>	<b>Penelitian Yang Relevan .....</b>	<b>20</b>
<b>2.10</b>	<b>Kerangka Berfikir.....</b>	<b>21</b>

<b>BAB III .....</b>	<b>23</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>23</b>
<b>3.1 Jenis Penelitian .....</b>	<b>23</b>
<b>3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....</b>	<b>24</b>
<b>3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....</b>	<b>24</b>
<b>3.3.1 Populasi penelitian .....</b>	<b>24</b>
<b>3.3.2 Sampel penelitian .....</b>	<b>24</b>
<b>3.4 Variabel Penelitian .....</b>	<b>25</b>
<b>3.5 Instrumen Penelitian .....</b>	<b>25</b>
<b>3.6 Teknik Analisis Data .....</b>	<b>51</b>
<b>3.6.1 Uji Normalitas.....</b>	<b>51</b>
<b>3.6.2 Uji Homogenitas.....</b>	<b>52</b>
<b>3.6.3 Uji Hipotesis .....</b>	<b>52</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>53</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
<b>4.1 Hasil Penelitian .....</b>	<b>53</b>
<b>4.1.1 Deskripsi Subjek, Lokasi, dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>53</b>
<b>4.1.2 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....</b>	<b>53</b>
<b>4.1.3 Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Media Audio Visual Gerak Kategori Tunggal Persinas ASAD Kecamatan Talang Ubi.....</b>	<b>55</b>
<b>4.1.4 Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung Gerak Pencak Silat kategori Tunggal Klub Persinas ASAD kecamatan Talang Ubi. ....</b>	<b>58</b>
<b>4.2 Hasil Analisis Data.....</b>	<b>61</b>
<b>4.2.1 Uji Normalitas.....</b>	<b>61</b>
<b>4.2.2 Uji Homegenitas.....</b>	<b>62</b>
<b>4.3 Uji Hipotesis.....</b>	<b>62</b>

4.3.1	Perbandingan <i>Pretest Dan Posttest</i> Kelompok Media Audio Visual Gerak Pencak Silat Jurus Tunggal Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi.....	63
4.3.2	Perbandingan <i>Pretest dan Posttest</i> Langsung Gerak Pencak Silat Kelas Tunggal Klub Persinas Asad Kecamatan talang Ubi.....	64
4.3.3	Perbandingan <i>Posttest</i> Media Audio Visual dan Metode Langsung Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal Klub Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi.....	65
4.4	Pembahasan Hasil Penelitian .....	66
4.4.1	Pengaruh Latihan Media Audio Visual terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal .....	66
4.4.2	Pengaruh Latihan Metode langsung terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal .....	67
4.4.3	Perbandingan Latihan Media Audio Visual dengan Metode Langsung .....	67
BAB V	.....	70
PENUTUP	.....	70
5.1	Kesimpulan .....	70
5.2	Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	.....	72
LAMPIRAN	.....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pakaian dan Seragam Pencak Silat Kategori Tuggal.....	9
Gambar 2. 2 Senjata Pencak Silat Kategori Tunggal.....	9
Gambar 2. 3 Kerangka Berfikir Penelitian.....	22
Gambar 3. 1 <i>Two Group Pretest Posttest Design</i> .....	23
Gambar 3. 2 Format Penilaian kategori Tunggal Baku .....	26
Gambar 3. 3 Media Audio Visual (Vidio Tutorial kategori tunggal) .....	50
Gambar 4. 1 Histogram <i>Pretest</i> Kelompok Media Audio Visual.....	56
Gambar 4. 2 Histogram <i>Posttest</i> Kelompok Media Audio Visual .....	57
Gambar 4. 3 Histogram <i>Pretest</i> Kelompok Metode Langsung .....	59
Gambar 4. 4 Histogram <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung.....	60

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Instrumen Penilaian Kebenaran Gerak pencak Silat Kategori Tunggal.....	26
Tabel 4. 1 Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Media Audio .....	54
Tabel 4. 2 Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung .....	54
Tabel 4. 3 Distribusi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Media Audio Visual .....	55
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi <i>Pretest</i> Kelompok Media Audio Visual .....	56
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i> Kelompok Media Audio Visual.....	57
Tabel 4. 6 Distribusi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung .....	58
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung .....	59
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi <i>Posttest</i> Kelompok Metode Langsung.....	60
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas.....	61
Tabel 4. 10 Hasil Uji Homegenitas.....	62
Tabel 4. 11 Hasil Uji <i>Paired Sample t Test</i> Kelompok Media Audio Visual .....	63
Tabel 4. 12 Hasil Uji <i>Paired Sample t Test</i> Kelompok Metode Langsung.....	64
Tabel 4. 13 Hasil Uji <i>Independent Sampel t Test</i> Kedua Kelompok.....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul Skripsi .....	76
Lampiran 2 Kartu Bimbingan Proposal Penelitian.....	77
Lampiran 3 Persetujuan Seminar Proposal Penelitian .....	80
Lampiran 4 Bukti Perbaikan Proposal Penelitian.....	81
Lampiran 5 Kartu Bimbingan Hasil Penelitian .....	82
Lampiran 6 Persetujuan Seminar Hasil Penelitian .....	83
Lampiran 7 Bukti Perbaikan Hasil Penelitian .....	84
Lampiran 8 Surat Mohon Izin Penelitian Dekanat .....	85
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian .....	86
Lampiran 10 Surat Keterangan Sudah Melaksanakan Penelitian.....	87
Lampiran 11 Hasil Analisis Data Uji T .....	88
Lampiran 12 Tabel Distribusi T .....	90
Lampiran 13 Kegiatan Pretes dan Posttest kelompok Metode Langsung.....	91
Lampiran 14 Kegiatan Pretes dan Posttest Kelompok Media Audio Visual .....	91
Lampiran 15 Kegiatan Latihan Kelompok Metode Langsung .....	92
Lampiran 16 Kegiatan latihan Kelompok Media Audio Visual.....	93
Lampiran 17 Program Latihan Kelompok Media Audio Visual .....	95
Lampiran 18 Program Latihan Kelompok Metode Langsung.....	99

# **PENGARUH LATIHAN MEDIA AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG TERHADAP PENGUASAAN GERAK PENCAK SILAT KATEGORI TUNGGAL DI KLUB PERSINAS ASAD KECAMATAN TALANG UBI**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan latihan media audio visual (video tutorial) dan langsung terhadap penguasaan gerak pencak silat kategori tunggal di klub Persinas ASAD Kecamatan Talang Ubi. Metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen kuasi dengan desain “*two group pretest-posttest design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pemula klub persinas asad kecamatan talang ubi yang berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* yang dibagi menjadi 2 kelompok yakni 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol. Pengumpulan data dan instrumen penelitian yakni *pretes* dan *posttest* dengan menggunakan form penilaian juri pencak silat kategori tunggal. Analisa data menggunakan uji T test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ha: (1) ada pengaruh latihan media audio visual terhadap penguasaan gerak pencak silat kategori tunggal pada atlet pemula klub Persinas ASAD Kecamatan Talang Ubi, dengan t hitung  $-28,536 < t \text{ tabel } 2,145$  dan nilai sig.(2-tailed)  $0,000 < 0,05$ , dengan selisih nilai rata-rata 58,06. (2) ada pengaruh latihan langsung terhadap penguasaan gerak pencak silat kategori tunggal pada atlet pemula klub Persinas ASAD Kecamatan Talang Ubi, dengan t hitung  $-24,956 < t \text{ tabel } 2,145$  dan nilai sig.(2-tailed)  $0,000 < 0,05$ , dengan selisih nilai rata-rata 47,06. (3) ada perbedaan latihan media audio visual dan langsung terhadap penguasaan gerak pencak silat kategori tunggal pada atlet pemula klub Persinas ASAD Kecamatan Talang Ubi, dengan t hitung  $3,766 > t \text{ tabel } 2,048$ , dan nilai sig.(2-tailed)  $0,01 < 0,05$ , dengan selisih nilai rata-rata 16,87. Kesimpulan latihan menggunakan media audio visual pada atlet pemula klub persinas asad kecamatan talang ubi lebih efektif daripada metode langsung terhadap penguasaan gerak pencak silat kategori tunggal.

**Kata Kunci: Kategori Tunggal, Media Audio, Metode Langsung, Pencak Silat**

---

Skripsi Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP  
Universitas Sriwijaya (2022)

Nama : Fauzi Firdaus

NIM : 06061181823003

Dosen Pembimbing : Dr.Iyakrus, M.Kes Koordinator  
Program Studi : Dr. Hartati, M.Kes

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect and differences of audio-visual media training (video tutorials) and directly on the mastery of single-category pencak silat movements at the Persinas ASAD club, Talang Ubi District. This research method is a quasi-experimental research with a "two group pretest-posttest design". The population in this study was the beginner athlete of the Persinas Asad club, Talang ubi sub-district, totaling 30 people with a total sampling technique which was divided into 2 groups, namely 15 experimental group and 15 control group. Collecting data and research instruments, namely pretest and posttest using a single category pencak silat jury assessment. Data analysis using the T test. The results showed that Ha: (1) there was an effect of audio-visual media training on the mastery of single-category pencak silat movements in the beginner athlete of the Persinas ASAD club, Talang Ubi sub-district, with  $t$  count  $-28,536 < t$  table  $2,145$  and sig. (2-tailed) value.  $0.000 < 0.05$ , with an average difference of  $58.06$ . (2) there is an effect of direct training on the mastery of single-category pencak silat movements in the beginner athlete of Persinas ASAD club, Talang Ubi District, with  $t$  count  $-24,956 < t$  table  $2.145$  and sig. (2-tailed)  $0.000 < 0.05$ , with a difference the average value is  $47.06$ . (3) there is a difference between audio-visual and direct media exercises on the mastery of single-category pencak silat movements in the beginner athlete of the Persinas ASAD club, Talang Ubi District, with  $t$  count  $3,766 > t$  table  $2,048$ , and the value of sig.(2-tailed)  $0.01 < 0.05$ , with an average difference of  $16.87$ . The conclusion is that training using audio-visual media for beginner athletes at the Persinas Asad club, Talang ubi sub-district, is more effective than the direct method for mastery of single-category pencak silat movements.*

**Keywords:** *Pencak Silat, Single Category, Audio Visual Media, Direct Method.*

---

Mengetahui,

Pembimbing



Studi,

**Dr. Iyakrus, M.Kes**

NIP. 196208121987011002

Koordinator

Program



**Dr. Hartati, M.Kes**

NIP. 196006101985032006



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pencak silat merupakan warisan budaya Indonesia yang dibuat menjadi sebuah permainan bela diri yang utuh seperti sekarang ini. (Hartati et al., 2019). Pencak silat adalah keahlian militer yang memanfaatkan kemampuan untuk menolak, menghindari, menyerang, dll yang digunakan dalam teknik/pertarungan (Megawati et al., 2020).

Pencak silat merupakan perkembangan dari perkembangan aktual yang diisi dengan pertarungan tangan kosong yang dalam banyak hal disebut jurus (Sudiana & Sepyanawati, 2017). Bela diri silat termasuk peninggalan nenek moyang Indonesia juga merupakan metode pelestarian diri sesuai dengan keadaan umum yang berlaku (Irawadi, 2019). Pencak silat adalah salah satu perkembangan dari perkembangan aktual yang disebut gerakan bela diri yang dimulai dari budaya Indonesia yang diciptakan untuk menjadi olahraga bela diri global.

Pada dasarnya pencak silat adalah perpaduan dari pendidikan yang sebenarnya, mendalam, kreatif dan warisan sosial, serta budaya terhormat negara Indonesia. Pencak silat adalah permainan yang ditata menjadi gerakan tinggi yang membutuhkan ketekunan tinggi sehingga akan membakar melalui banyak usaha (Anggela & Damayanti, 2016). perkembangan fundamental beladiri pencak silat adalah suatu perkembangan yang tersusun, terkoordinasi, terfasilitasi dan terkendali, yang memiliki empat perspektif sebagai satu kesatuan, khususnya sudut kedalaman mental, sudut pandang teknik bela diri, sudut pandang olahraga, dan sudut pandang sosial. perspektif ekspresi (Sudiana & Sepyanawati, 2017).

Pencak silat memiliki empat kelas yang dipertandingkan, yaitu klasifikasi tarung, garapan tunggal, replika, dan kelompok (Triprayogo et al., 2020). Setiap jurus pencak silat memiliki pukulan, tendangan, pukulan, tebasan, tebasan, tolakan, dan penghindaran, dari perkembangan tersebut lawan melakukan gerakan baku, baik yang terbuka memberi maupun menggunakan alat yang dilakukan secara bertahap, sarat dengan jiwa, cepat, dan kuat (Al Muttaqin & Wahyudi, 2018). Dalam pelaksanaan kelas tunggal terdapat jurus standar yang terdiri dari 7 jurus pokoknya

tidak bergerak, 3 senjata bilah dan 4 senjata toya yang dimainkan dengan cepat, pesilat harus menunjukkan perkembangan perkembangan dan jurus yang tepat dan akurat (Diana et al., 2020)

Jurus tunggal ialah hasil verbalisasi mental yang diyakinkan oleh perasaan, kontemplasi, keyakinan, atau pemikiran seseorang atau negara, yang telah diaklimatisasi dalam hatinya, kemudian dibawa ke dunia. sebagai perkembangan (Irawadi, 2019). Klarifikasi tunggal adalah kelas pertandingan pencak silat mengingat penantang yang menunjukkan kapasitas mereka untuk gerakan tunggal secara tepat, tegas, dan andal ditumpuk dengan jiwa dengan penuh semangat dan siap. (Sudiana dan Sepyanawati, 2017).

Sangat mungkin dianggap bahwa seni tunggal adalah klasifikasi di mana seorang pejuang menunjukkan kemampuan dalam satu posisi standar dengan benar, jelas, dan akurat, penuh dengan jiwa, dengan antusiasme dan kesiapan yang besar dengan pedoman material. Perkembangannya terdiri dari tangan terbuka, menggunakan pisau dan menggunakan mainan sesuai aturan yang telah ditentukan sebelumnya. Terlebih lagi, standar penentuan di kelas tersendiri berdasarkan pedoman permainan mencakup, "ketepatan gerakan, motivasi, keandalan gerakan, dan ketepatan pengaturan gerakan" (Kriswanto, 2015).

Menurut (Wati, 2019:3) Media adalah sesuatu yang membujuk dalam pesan-pesan dan dapat menghidupkan perenungan, sentimen, dan kehendak orang banyak sehingga dapat memberi energi pada pengalaman yang berkembang di antara orang banyak. Sedangkan pengertian media menurut Alnedral dari kutipan (Irawadi, 2019) adalah alat yang realistis, visual, atau elektronik untuk menangkap, mengolah, dan mengolah data visual atau verbal.

Media pembelajaran adalah alat untuk melengkapi pertemuan instruksional dan instruktif yang ditujukan untuk memberikan penggambaran dan penjelasan gambar dan gambar non-verbal dalam mimpi tentang hubungan yang rumit dan pemikiran yang dinamis, memberikan prospek untuk perbaikan dan perubahan sudut pandang. praktis berbicara, memperluas penyerapan kekuatan, memperluas dukungan, menguatkan minat, kerjasama yang membingungkan membuka pintu antar bagian dalam mengajar dan menciptakan pertemuan (Irawadi, 2019).

Sebagaimana dinyatakan oleh (Wati, 2019:44) Media umum adalah alat yang

digunakan untuk menelusuri cara-cara membentuk dan mengungkapkan kata-kata dengan menyampaikan data, perspektif, dan pertimbangan dalam materi pembelajaran. Audio visual merupakan media yang menyampaikan informasi yang bersifat suara dan gambar. Video merupakan bentuk media yang melihat dan mendengar berada dalam siklus (Aminah et al., 2021).

PERSINAS ASAD adalah sebuah organisasi yang didirikan pada tanggal 30 April 1993 dengan Akta No. 430 Pejabat Yang Sah J.L. Waworuntu, untuk jangka waktu yang tidak terbatas. Beladiri ASAD bergantung pada UUD 1945 dan pancasila berencana untuk mengumpulkan semua kemampuan negara yang memiliki kesamaan standar, sedikit pengetahuan dan tujuan dalam melindungi kehidupan negara, khususnya seni bela diri pencak silat yang dimulai dari sekolah Cimande, Cikalong, Cikaret, Catch, kunto, Lion Silat, Nagan, Syahbandar, Garuda Mas, Sabeni, dan Strike.

Pencak silat Persinas Asad yang bertempat di Talang Tumbur RT 13, RW 07, kecamatan Talang Ubi Barat, lokasi latihan berada di lapangan GSG asad klub. Beladiri Ini tersedia untuk masyarakat umum untuk anak-anak, remaja, dewasa dan yang lebih tua dan juga merupakan asosiasi pertarungan tangan kosong yang saat ini dinamis dalam pencapaian mengenakan.

Dilihat dari perkembangan dominasi pencak silat kelas tunggal atlit amatir pencak silat di Klub Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi, sebagai kenangan, apresiasi dan kepraktisan pameran klasifikasi tunggal, tidak adanya media dan tidak adanya persiapan. jam di Persinas Asad Club sehingga belum ada pesaing yang luar biasa dalam klasifikasi tunggal ini. Oleh karena itu, media pembelajaran dapat ditambahkan dengan memanfaatkan media umum atau media audio visual (rekaman tutorial) untuk mencapai tujuan yang ideal. Media umum atau media audio visual dapat digunakan sebagai perangkat realistik, visual, atau elektronik yang mampu menangkap, memproses, dan mengubah data visual atau verbal. Media berbasis media umum (video gambar dan suara) mengambil bagian penting dalam proses pembelajaran atau persiapan. Media umum dapat bekerja dengan memahami dan memperkuat daya ingat untuk mengingat dan mendominasi jurus-jurus klasifikasi tunggal pencak silat. Media umum dapat mendorong minat dan inspirasi pesaing amatir dan dapat memberikan hubungan yang cukup besar antara substansi

topik/praktik dan kenyataan saat ini.

Inilah yang melatarbelakangi penulis untuk meneliti dengan memanfaatkan video tutorial dengan judul, “Pengaruh Latihan Media Audio Visual dan Langsung Terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal di Klub Persinas Asad Kecamatan Talang Ubi”

## **1.2 Masalah Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Dari observasi dan landasan yang telah dikemukakan oleh peneliti di atas, dapat diketahui dengan baik sebagai berikut:

1. Minimnya jam latihan di klub pencak silat persinas asad kecamatan talang ubi.
2. Belum adanya atlet khusus kategori tunggal dalam klub pencak silat persinas asad kecamatan talang ubi.
3. Tidak ada pemanfaatan media pembelajaran selama pelatihan.
4. Media umum (media audio visual) dipandang siap membangun pengulangan latihan mengingat atlet pemula dapat menonton gerakan beladiri silat dengan video selain di jam latihan.

### **1.2.2 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi serta latar belakang di atas, maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada belum adanya menggunakan media pembelajaran pada saat latihan.

### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah yang diteliti yakni;

1. Bagaimana pengaruh penyiapan media umum terhadap kewenangan pembinaan pencak silat golongan tunggal bagi peserta pemula di Persinas Asad Klub Lokal Talang Ubi?
2. Bagaimana pengaruh persiapan dengan teknik langsung terhadap dominasi perkembangan pencak silat klasifikasi tunggal pada pesaing pemula di Klub Persinas Asad Area Talang Ubi?

3. Bagaimana perbedaan antara persiapan media umum dan langsung untuk otoritas pengembangan pencak silat klasifikasi tunggal untuk pesaing pemula di Klub Persinas Asad Talang Ubi setelah diberikanya perlakuan?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui dampak penyiapan media umum terhadap dominasi keterampilan pencak silat kelas tunggal pada atlet pemula di Persinas Asad Klub Area Talang Ubi.
2. Mengetahui pengaruh penyusunan strategi langsung terhadap dominasi perkembangan pencak silat jurus tunggal pada atlet pemula di Klub Persinas Asad Wilayah Talang Ubi.
3. Mengetahui perbedaan antara persiapan media umum dan strategi langsung untuk dominasi penguasaan pencak silat klasifikasi tunggal untuk pesaing pemula di Klub Persinas Asad, Talang Ubi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi pertemuan yang bersangkutan:

1. Secara Teoritis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan data logis terkait dengan dampak penyiapan media umum (media audio visual) terhadap pencapaian dominasi perkembangan beladiri pencak silat kategori tunggal. Serta dapat memberi informasi tentang korelasi antara teknik media umum dan praktik langsung.

2. Secara Praktis

Dipercaya bisa memberikan saran dalam menyusun strategi ,dan bentuk variasi latihan khususnya memanfaatkan media umum (media audio visual), khususnya bagi para pembimbing pencak silat amatir dan para peserta yang mendidik dan mempelajari perkembangan pencak silat kelas tunggal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Muttaqin, M. R., & Wahyudi, A. R. (2018). Analisis Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Kategori Tunggal Ganda Regu Putra Puslatcab Pencak Organisasi Tuban. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4).  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/25982>
- Aminah, S., Flora, R., & Bayu, W. I. (2021). Pengembangan Video Animasi Gesture sebagai Media Pelatihan Perwasitan Karate. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 361–369. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4925739>
- Anggela, T. S., & Damayanti, I. (2016). Perbandingan Penggunaan Kalori Atlet Pencak Silat Kategori Seni Tunggal Dengan Seni Regu Baku Tingkat Remaja Puteri Rd Fighting Club Subang. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 1(2), 44–52. DOI: <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i2.2654>
- Arifin, M., & Asfani, K. (2014). Instrumen Penelitian. *Disajikan Pada Desember*.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*.
- Arsyad, A. (2013). *Media pembelajaran; Edisi revisi*.
- Asyari, N. (2015). Pengaruh Audio Visual Terhadap Hasil Gerak Pencak Silat Seni Tunggal Studi Pada Siswa Ekstrakurikuler Sman 1 Gayam Kabupaten Sumenep. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(3).
- Bafirman, B. (2013). Kontribusi fisiologi olahraga mengatasi resiko menuju prestasi optimal. *Media Ilmu Keolahragaan: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 41–45.  
[http://repository.unp.ac.id/497/1/BAFIRMAN\\_FISIOLOGI.pdf](http://repository.unp.ac.id/497/1/BAFIRMAN_FISIOLOGI.pdf)
- Bayu, H. M. P. C., & Budiwanto, S. (2019). Pengembangan variasi latihan bodyweight training untuk melatih kekuatan otot perut pada atlet pencak silat. *Indonesia Performance Journal*, 3(1), 45–53.  
<http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/10085>
- Dapira, M., Agustan, B., & Muhtarom, D. (2020). Penerapan Latihan Berbasis Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Pencak Silat Tunggal Golok. *Journal of Physical Education and Sport Science*, 2(2), 6–10.  
<http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/jpess/article/view/1278>
- Diana, F., Sukendro, S., & Oktadinata, A. (2020). *Panduan Pencak Silat Seni*

- Tunggal*. Salim Media Indonesia.
- Hartati, H., Destriana, D., & Junior, M. (2019). Latihan Dot Drill One Foot Terhadap Kelincahan Tendangan Sabit Dalam Ekstrakurikuler Pencak Silat. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1). DOI: <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8486>
- Hidayat, R. R. (2016). *Pengaruh Latihan PNF (Prhoopio Neuromascular Facilities) terhadap Tingkat Fleksibilitas Atlet Usia 14-17 Tahun PPS Betako Merpati Putih. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- IPSI, P. B. (2012). Pedoman Pelaksanaan Wasit dan Yuri IPSI. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Indonesia MUNAS 2012*.
- Irawadi, H. (2019). Penggunaan Media Audio Visual Berpengaruh Terhadap Penguasaan Jurus Tunggal Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 1(2), 725–734. DOI: <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i2.445>
- Iswanto, T., & Wahyudi, A. R. (2018). Tingkat Pemahaman Atlet Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding Hasil Munas Ipsi Tahun 2012 (Studi pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Universitas Negeri Surabaya). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/25166>.
- Iyakrus, D. (2014). Evaluasi Test Fisik Atlet Pencak Silat Program " Sriwijaya Cemerlang" Pelatda PON XIX 2016 KONI Sumatera Selatan. *ALTIUS*, 3(1), 35–41.
- Junaedi, M., & Bawono, M. N. (2022). Survei Tingkat Pengalihan Kejenuhan (Burnout) Latihan Pada Atlet Pencak Silat Puslatcab Kabupaten Pasuruan Porprov 2022. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(02), 145–156.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat*. Pustaka Baru Press.
- Lesmana, F. (2012). Panduan Pencak Silat (Kategori Pencak Silat Tanding). Yogyakarta: Nusa Media.
- Megawati, M., Iyakrus, I., & Syamsuramel, S. (2020). *Pengaruh Latihan Loncat Kotak (Jump To Box) Terhadap Peningkatan Hasil Tendangan Lurus Pencak Silat Pada Siswa Smp Negeri 37 Palembang*. Sriwijaya University.
- Mufida, I. N., Setiawan, H. W., Kartasudjana, T., & Ds, M. (2020). *Perancangan*

*Media Visual Promosi Tempat Pelatihan Pencak Silat Di Perguruan Sancang Kuning. Iklima Nur Mufida: 166010003. Desain Komunikasi Visual.*

- Muhtar, T. (2020). *Pencak silat*. UPI Sumedang Press.
- Nursalam, S. (2013). Metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis. *Jakarta: Salemba Medika*.
- Panjaitan, D. J. (2016). Meningkatkan hasil belajar siswa dengan metode pembelajaran langsung. *Jurnal Mathematic Paedagogic*, 1(1), 83–90. <http://jurnal.una.ac.id/index.php/jmp/article/view/158>.
- Pritandhari, M. P. (2017). Implementasi model pembelajaran direct instruction untuk meningkatkan kemampuan berpikir kreatif mahasiswa. *Promosi: Jurnal Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 5(1). <https://www.ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/ekonomi/article/view/845>
- Purba, R. A., Rofiki, I., Purba, S., Purba, P. B., Bachtiar, E., Iskandar, A., Febrianty, F., Yanti, Y., Simarmata, J., & Chamidah, D. (2020). *Pengantar Media Pembelajaran*. Yayasan Kita Menulis.
- Ramdani, N. (2018). *Pengaruh Latihan Pliometrik Terhadap Peningkatan Power Lengan Dan Implikasinya Terhadap Keterampilan Servis Atas Dalam Permainan Bolavoli*. Universitas Siliwangi.
- Rizqi, N. W. (2021). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Audiovisual Powtoon Materi Pythagoras Untuk Siswa Kelas Viii Smp/Mts*.
- Sa'dak, H. (2020). *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Penguasaan Gerak Pencak Silat Kategori Tunggal*. Universitas Muhammadiyah Palopo.
- Sinambela, H. D. B. (2021). Rancang Bangun Media Pembelajaran Pengenalan Pencak Silat Pangean Berbasis Android. *Jurnal Perencanaan, Sains Dan Teknologi (Jupersatek)*, 4(1), 827–834. <http://ejournal.uniks.ac.id/index.php/JUPERSATEK/article/view/1604>
- Subekti, S. A. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Audiovisual Menyusun Teks Cerita Pendek Berbasis Adobe Flash Untuk Peserta Didik Smp*. Universitas Negeri Semarang.
- Sudiana, I. K., & Sepyanawati, N. L. P. (2017). *Keterampilan dasar pencak silat*. Rajawali Pers.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif*



*dan R&D.*

- Triprayogo, R., Sutapa, P., Festiawan, R., Anugrah, S. M., & Iwandana, D. T. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Jurus Tunggal Pencak Silat Berbasis Android. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 4(2), 1–8. DOI: <http://dx.doi.org/10.17977/um040v4i2p1-8>
- Wardoyo, H., Sujiono, B., & Apriyanto, T. (2020). Pelatihan Metode Latihan Pencak Usia Dini Dan Pra Remaja Bagi Pelatih Ekstra Kurikuler Pencak Silat Kabupaten Bogor. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat, 1*, Snppm2020p-106.
- Wati, E. R. (2019). *Ragam media pembelajaran.*