



LAMPIRAN

Lampiran Surat Tugas


KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
 Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 58.10/UN48.12.5/PP/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

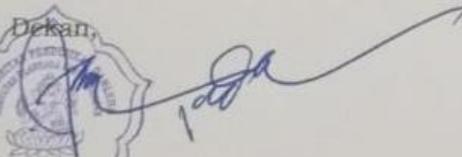
1. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or.
 NIP : 198003112008121002
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 199202022019031025
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

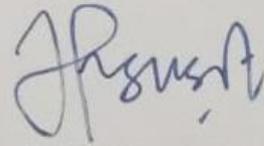
Nama : Alfi Maisatul Mukaromah
 NIM : 2016011029
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga
 Judul : Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencak Silat Tendangan Lurus.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 30 Oktober 2023
Ketua Jurusan,


 Dekan,

 Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
 NIP. 196805172001121001


 Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
 NIP. 198008112008121001

Lampiran Surat izin observasi

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (03620) 25571 Kode Pos. 81116
Singaraja, 10 November 2023	
Nomor	: 216/ UN48.12.1/PP/2023
Lampiran	: -
Perihal	: Ijin melakukan observasi
Yth.	: Kepala SMA LAB UNDIKSHA di Singaraja
<p>Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah, sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi). Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.</p>	
Nama	: Alfi Maisatul Mukaromah
Nomor Induk Mahasiswa	: 2016011029
Tahun Akademik	: 2023/2024
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.	
<p>a.n. Dekan Wakil Dekan I,  I Gede Suwita, S.Pd., M.Pd NIP 198501172008121001</p>	

Lampiran Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (03620 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 30 Januari 2024

Nomor : 99/UN48.12.1/PP/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SMAS Laboratorium Undiksha
 di
 Singaraja

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/ibu untuk mengizinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : Alfi Maisatul Mukaromah
 Nomor Induk Mahasiswa : 2016011029
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
 Judul Skripsi : Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencaksilat Tendangan Lurus

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
 Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd
 NIP.198501172008121001



Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertandatangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran Surat Balasan Penelitian



YAYASAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 Akta Notaris Nomor: 18 Tanggal 9 Oktober 2015
SMAS LABORATORIUM UNDIKSHA SINGARAJA
 Terakreditasi A

Alamat : Jalan Jatayu No. 10 Singaraja Telepon/Fax : 0362 -22571
 Website : <http://www.smalabundiksha.sch.id> E-mail : smalabundiksha@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 150/SMAS-Lab./Undiksha/E.7/II/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMAS Laboratorium Undiksha Singaraja menerangkan bahwa :

Nama : ALFI MAISATUL MUKAROMAH
 NIM : 2016011029
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan

Memang benar mahasiswa tersebut di atas telah melaksanakan penelitian di SMAS Laboratorium Undiksha untuk kelengkapan data dalam menyusun Sekripsi/Tugas Akhir yang berjudul "Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencaksilat Tendangan Lurus".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 15 Pebruari 2024
 Kepala Sekolah,

Luh Putu Widvareni, S.Pd
 NPY. 707170



Lampiran Surat Tugas Uji Instrumen


KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
 Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS
 Nomor: 22.02/UN48.12.5/PP/2024

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

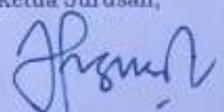
1. Nama : Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198403032008122004
 Prodi. : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 1 Instrumen
2. Nama : I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198501172008121001
 Prodi. : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 2 Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Alfi Maisatul Mukaromah
 NIM : 2016011029
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencak Silat Tendangan Lurus.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


 Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
 NIP. 196805172001121001

Singaraja, 5 Pebruari 2024
 Ketua Jurusan,

 Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd.,M.Pd.
 NIP. 198008112008121001

Lampiran Uji instrument Validator I

UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul	: Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencaksilat Tendangan Lurus
Sasaran	: Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Peneliti	: ALFI MAISATUL MUKAROMAH
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Dosen Pembimbing	: Dr. I Ketut Semarayasa, M.Pd., M.Or. (Dosen Pembimbing 1) Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. (Dosen Pembimbing 2)
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha
Nama Validator	: Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd.
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2) Berikan tanda checklist (√) pada kolom skala penilaian yang paling sesuai dengan penilaian anda terhadap setiap pernyataan komponen penilaian
- 3) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - 1 = Tidak Sesuai (TS)
 - 2 = Cukup Sesuai (CS)
 - 3 = Sesuai (S)
 - 4 = Sangat Sesuai (SS)
- 4) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai.

Angket Uji Ahli Aspek Pengetahuan (Kognitif)

Soal Pilihan Ganda	Skor			
	TS	CS	S	SS
<p>1. Apa yang dimaksud dengan tendangan lurus...</p> <p>a. Tendangan yang mengangkat lutut setinggi mungkin dengan posisi tubuh tetap tegak</p> <p>b. Tendangan yang menggunkan ujung kaki dengan dengan meluruskan tungkai dan badan menghadap depan dan kearah sasaran</p> <p>c. Tendangan kaki yang membentuk seperti sabit</p> <p>d. Tendangan dengan posisi tubuh menyamping</p> <p>e. Tendangan yang di lakukan dengan cara memutar tubuh dan membelakangi lawan</p>				✓
<p>2. Berikut ini yang bukan termasuk ternik tendangan pada pencak silat adalah...</p> <p>a. Tendangan T</p> <p>b. Tendangan Samping</p> <p>c. Tendangan seri</p> <p>d. Tendangan Lurus</p> <p>e. Tendangan Belakang</p>				✓
<p>3. Sasaran pada tendangan lurus adalah...</p> <p>a. Leher</p> <p>b. Punggung</p> <p>c. Wajah</p> <p>d. Ulu hati dan dada</p> <p>e. Pinggul</p>				✓
<p>4. Berikut yang bukan termasuk sasaran pada tendangan lurus adalah...</p> <p>a. Ulu hati</p> <p>b. dagu</p> <p>c. perut</p> <p>d. punggung</p>			✓	
<p>5. Ada berapa tahapan saat melakukan teknik tendangan lurus...</p> <p>a. 4</p> <p>b. 7</p> <p>c. 5</p> <p>d. 3</p> <p>e. 6</p>			✓	
<p>6. Ada berapakah macam-macam tendangan dalam pencak silat ...</p> <p>a. 6</p>				✓

<ul style="list-style-type: none"> b. 2 c. 8 d. 3 e. 5 				
<p>7. Gerakan serangan dengan menggunakan tungkai sering disebut juga dengan ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Pukulan b. Tendangan c. Elakan d. Tangkisan e. Lepas 				✓
<p>8. Berikut ini cara melakukan tendangan lurus yang benar adalah...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. mendorong kaki ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki bagian dalam, arah sasaran ke ulu hati atau dada. b. Tendangan kaki yang membentuk seperti sabit c. Tendangan yang mengangkat lutut setinggi mungkin dengan posisi tubuh tetap tegak d. Tendangan yang dilakukan dengan cara memutar tubuh dan membelakangi lawan e. Semua jawaban salah 				✓
<p>9. Pada saat melakukan tendangan lurus arah pandang menghadap ke ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Samping b. Depan dan arah sasaran c. Belakang d. Atas e. Bawah 				✓
<p>10. Mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan, termasuk tendangan lurus tahap ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Awalan b. Akhiran c. Pelaksanaan d. Gerakan e. Pembukaan 				✓

Soal Uraian	Skor			
	TS	CS	S	SS
1. Jelaskan cara melakukan sikap awalan teknik dasar pencak silat tendangan lurus!				✓
2. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat teknik pelaksanaan tendangan lurus!				✓
3. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat gerakan akhiran tendangan lurus!				✓
4. Apa saja kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan teknik dasar pencak silat tendangan lurus ?				✓
5. Sebutkan macam-macam tendangan dalam pencak silat!				✓

Angket Uji Ahli Aspek Sikap (Afektif)

Aspek yang dinilai	Deskripsi Sikap yang dinilai	Skor			
		TS	CS	S	SS
Spiritual	a. Berdo'a sebelum dan sesudah belajar				✓
	b. Menjalankan ibadah sesuai agama dan kepercayaan yang di anut.				✓
	c. Menghargai sesama teman dalam melaksanakan ibadah.				✓
Jujur	a. Menyampaikan sesuatu yang sesuai dengan keadaan (tidak berbohong).				✓
	b. Tidak menutupi kesalahan individu atau kelompok				✓
	c. Mau mengakui kesalahan diri sendiri.				✓
Disiplin	a. Hadir tepat waktu.				✓
	b. Mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru.				✓
	c. Tidak membuat kelas jadi gaduh.				✓
Santun	a. Berintraksi dengan guru secara sopan				✓
	b. Berintraksi dengan teman secara ramah.				✓
	c. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung				✓
	d. Berperilaku sopan.				✓
Tanggung jawab	a. Mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.				✓
	b. Memimpin kelompok dengan baik.				✓
	c. Mengembalikan alat yang sudah selesai digunakan.				✓

Lembar Penilaian Aspek Sikap (Afektif)

NO	Nama	Aspek yang di nilai					Total Nilai Peserta didik
		Spiritual	Jujur	Disiplin	Santun	Tanggung Jawab	
1.							
2.							
3.							
Dst.							

B. Lembar Validasi Instrumen Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran
Angket Uji Ahli Aspek Keterampilan Teknik Dasar Pencak Silat Tendangan Lurus
(Psikomotor)

NO	Tahapan	Subjek	Skor			
			TS	CS	S	SS
1.	Awalan	1. Berdiri dengan posisi kaki dibuka selebar bahu, sehingga badan dalam keadaan seimbang.				✓
		2. kuda-kuda depan dengan sikap salah satu kaki berada di depan.				✓
		3. posisi tangan di depan dada, pandangan kearah sasaran atau target yang akan di tendang.				✓
2.	Pelaksanaan	1. mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan.				✓
		2. Melakukan tendangan lurus dengan dorongan ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki arahkan ke ulu hati atau dada.				✓
		3. Satu tangan posisi di dada dan tangan satunya di bawah diantara kaki yang menendang dan kaki yang lurus, .				✓
3.	Akhiran	1. setelah melakukan tendangan, kaki yang menendang ditarik kembali ke belakang, membentuk kuda-kuda depan				✓
		2. sikap kedua tangan kembali di depan dada.				✓
		3. Sikap kuda-kuda kembali pada sikap awal				✓

Lembar Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor)

NO	Nama	Sikap Awal				Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.													
2.													
3.													
4.													
Dst													

C. Link Video Pembelajaran

<https://youtu.be/TgiagfiRFIg?si=X6drbbOX3m2gPFcd>

D. Saran / Komentar

sebaiknya langkah-langkah dengan gerakan
yang ada pada video.

Singaraja, 12 - 2 - 2024

Validator I



Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198403032008122004

Lampiran Uji instrumen Validator II

UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul	: Implementasi Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencaksilat Tendangan Lurus
Sasaran	: Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Peneliti	: ALFI MAISATUL MUKAROMAH
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Dosen Pembimbing	: Dr. I Ketut Semarayasaa, M.Pd., M.Or. (Dosen Pembimbing 1) Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. (Dosen Pembimbing 2)
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha
Nama Validator	: I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2) Berikan tanda checklist (√) pada kolom skala penilaian yang paling sesuai dengan penilaian anda terhadap setiap pernyataan komponen penilaian
- 3) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
1 = Tidak Sesuai (TS)
2 = Cukup Sesuai (CS)
3 = Sesuai (S)
4 = Sangat Sesuai (SS)
- 4) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai.

Angket Uji Ahli Aspek Pengetahuan (Kognitif)

Soal Pilihan Ganda	Skor			
	TS	CS	S	SS
1. Apa yang dimaksud dengan tendangan lurus... a. Tendangan yang mengangkat lutut setinggi mungkin dengan posisi tubuh tetap tegak b. Tendangan yang menggunkan ujung kaki dengan dengan meluruskan tungkai dan badan menghadap depan dan kearah sasaran c. Tendangan kaki yang membentuk seperti sabit d. Tendangan dengan posisi tubuh menyamping e. Tendangan yang di lakukan dengan cara memutar tubuh dan membelakangi lawan				✓
2. Berikut ini yang bukan termasuk ternik tendangan pada pencak silat adalah... a. Tendangan T b. Tendangan Samping c. Tendangan seri d. Tendangan Lurus e. Tendangan Belakang				✓
3. Sasaran pada tendangan lurus adalah... a. Leher b. Punggung c. Wajah d. Ulu hati dan dada e. Pinggul				✓
4. Berikut yang bukan termasuk sasaran pada tendangan lurus adalah... a. Ulu hati b. dagu c. perut d. punggung			✓	
5. Ada berapa tahapan saat melakukan teknik tendangan lurus... a. 4 b. 7 c. 5 d. 3 e. 6			✓	
6. Ada berapakah macam-macam tendangan dalam pencak silat ... a. 6				✓

<ul style="list-style-type: none"> b. 2 c. 8 d. 3 e. 5 				
<p>7. Gerakan serangan dengan menggunakan tungkai sering disebut juga dengan ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Pukulan b. Tendangan c. Elakan d. Tangkisan e. Lepas 				✓
<p>8. Berikut ini cara melakukan tendangan lurus yang benar adalah...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. mendorong kaki ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki bagian dalam, arah sasaran ke ulu hati atau dada. b. Tendangan kaki yang membentuk seperti sabit c. Tendangan yang mengangkat lutut setinggi mungkin dengan posisi tubuh tetap tegak d. Tendangan yang di lakukan dengan cara memutar tubuh dan membelakangi lawan e. Semua jawaban salah 				✓
<p>9. Pada saat melakukan tendangan lurus arah pandang menghadap ke ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Samping b. Depan dan arah sasaran c. Belakang d. Atas e. Bawah 				✓
<p>10. Mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan, termasuk tendangan lurus tahap ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Awalan b. Akhiran c. Pelaksanaan d. Gerakan e. Pembukaan 				✓

Soal Uraian	Skor			
	TS	CS	S	SS
1. Jelaskan cara melakukan sikap awalan teknik dasar pencak silat tendangan lurus!				✓
2. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat teknik pelaksanaan tendangan lurus!				✓
3. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat gerakan akhiran tendangan lurus!				✓
4. Apa saja kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan teknik dasar pencak silat tendangan lurus ?				✓
5. Sebutkan macam-macam tendangan dalam pencak silat!				✓

Angket Uji Ahli Aspek Sikap (Afektif)

Aspek yang dinilai	Deskripsi Sikap yang dinilai	Skor			
		TS	CS	S	SS
Spiritual	a. Berdo'a sebelum dan sesudah belajar				✓
	b. Menjalankan ibadah sesuai agama dan kepercayaan yang di anut.				✓
	c. Menghargai sesama teman dalam melaksanakan ibadah.				✓
Jujur	a. Menyampaikan sesuatu yang sesuai dengan keadaan (tidak berbohong).				✓
	b. Tidak menutupi kesalahan individu atau kelompok				✓
	c. Mau mengakui kesalahan diri sendiri.				✓
Disiplin	a. Hadir tepat waktu.				✓
	b. Mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru.				✓
	c. Tidak membuat kelas jadi gaduh.				✓
Santun	a. Berintraksi dengan guru secara sopan				✓
	b. Berintraksi dengan teman secara ramah.				✓
	c. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung				✓
	d. Berperilaku sopan.				✓
Tanggung jawab	a. Mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.				✓
	b. Memimpin kelompok dengan baik.				✓
	c. Mengembalikan alat yang sudah selesai digunakan.				✓

Lembar Penilaian Aspek Sikap (Afektif)

NO	Nama	Aspek yang di nilai					Total Nilai Peserta didik
		Spiritual	Jujur	Disiplin	Santun	Tanggung Jawab	
1.							
2.							
3.							
Dst.							

B. Lembar Validasi Instrumen Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran
Angket Uji Ahli Aspek Keterampilan Teknik Dasar Pencak Silat Tendangan Lurus
(Psikomotor)

NO	Tahapan	Subjek	Skor			
			TS	CS	S	SS
1.	Awalan	1. Berdiri dengan posisi kaki dibuka selebar bahu, sehingga badan dalam keadaan seimbang.				✓
		2. kuda-kuda depan dengan sikap salah satu kaki berada di depan.				✓
		3. posisi tangan di depan dada, pandangan kearah sasaran atau target yang akan di tendang.				✓
2.	Pelaksanaan	1. mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan.				✓
		2. Melakukan tendangan lurus dengan dorongan ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki arahkan ke ulu hati atau dada.			✓	
		3. Satu tangan posisi di dada dan tangan satunya di bawah diantara kaki yang menendang dan kaki yang lurus, .				✓
3.	Akhiran	1. setelah melakukan tendangan, kaki yang menendang ditarik kembali ke belakang, membentuk kuda-kuda depan				✓
		2. sikap kedua tangan kembali di depan dada.				✓
		3. Sikap kuda-kuda kembali pada sikap awal				✓

Lembar Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor)

NO	Nama	Sikap Awal				Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.													
2.													
3.													
4.													
Dst													

C. Link Video Pembelajaran

<https://youtu.be/TgiagftRFIq?si=X6drbbOX3m2gPFed>

D. Saran / Komentar

.....

.....

.....

.....

Singaraja, 7 Februari2024

Validator II



I Gede Sutwiwa, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198501172008121001

Lampiran Modul Ajar



MODUL AJAR TEKNIK DASAR PENCAK SILAT

A. Identitas Modul

Nama Penyusun	: Made Yudi Indra Permana, S.Pd.
Program Keahlian	: Semua program keahlian
Instansi	: SMAS Laboratorium Undiksha
Tahun Ajaran	: 2023/2024
Fase/Kelas/Semester	: B/X/Ganjil
Alokasi Waktu	: 2 x 45 Menit

B. Capaian Pembelajaran

Mempraktikkan keterampilan gerak dalam salah satu teknik dasar pencak silat dengan koordinasi gerak yang baik. Menganalisis keterampilan gerak teknik dasar pencak silat untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik. Menjelaskan teknik dasar pencak silat tendangan, Menjelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat

C. Pembelajaran

1. Tujuan Pembelajaran (TP) dan Indikator/Kriteria Keberhasilan Peserta Didik mampu:

Peserta didik melalui aktivitas pembelajaran latihan dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil racangan keterampilan gerak dan fungsional sesuai potensi dan kreativitas

yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai karakter Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Indikator/kriteria keberhasilan ;

1. Siswa dapat mempraktekkan cara menendang dengan tendangan lurus pada teknik dasar pencak silat
2. Siswa dapat mempratekkan cara menendang dengan tendangan lurus ke arah sasaran yang benar
3. Siswa dapat mempratekkan cara menendang dengan tendangan lurus dengan gerakan yang benar

Langkah Pembelajaran

Pertemuan 1

A. Kegiatan Pembuka (10 Menit)

1. Guru membuka pembelajaran dengan salam dan menanyakan kabar peserta didik (*Communication*)
2. Guru mengajak Peserta didik melakukan do'a sebelum belajar, dipimpin ketua kelas (*religious*)
3. Guru melakukan presensi.
4. Guru memberikan kalimat motivasi sebelum belajar dimulai.
5. Guru bertanya tentang apa yang telah diketahui peserta didik terkait materi teknik dasar pencak silat tendangan lurus.
6. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.

B. Kegiatan Inti (70 Menit)

Melakukan rangkaian kegiatan pembelajaran dengan metode pembelajaran bagian dan keseluruhan, antara lain:

- a. Mengamati
 1. Menayangkan Media pembelajaran berupa video tutorial (video pembelajaran) terkait teknik dasar pencaksilat tendangan lurus.
 2. Peserta didik mengamati, mendiskusikan, dan menganalisis video yang di tampilkan agar mendapat pemahaman terkait setiap tahapan gerak yang di jelaskan dalam video tutorial.
 3. Peserta didik mengamati peragaan teknik dasar pencaksilat yang diperagakan oleh guru atau model siswa cara melakukan gerakan tendangan lurus.

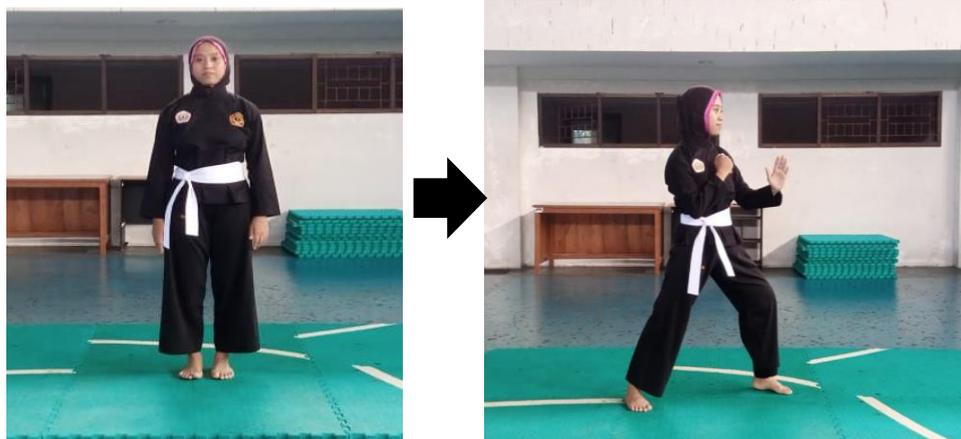
- b. Menanya
1. Setelah menampilkan video pembelajaran, peserta didik di arahkan untuk mengajukan pertanyaan terkait apa yang di tampilkan dalam video tersebut.
 2. Merespon setiap pertanyaan yang di ajukan peserta didik untuk memberikan pemahaman terkait materi pembelajaran.
 3. Setelah proses tanya jawab selesai Guru membimbing dan memfasilitasi peserta didik untuk mempraktikkan teknik dasar pencak silat tendangan lurus dari setiap tahapan. Pada tahap ini praktik yang di ajarkan menggunakan metode bagian dan keseluruhan (*part and wole*)
- c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba
1. Peserta didik mempraktikkan gerakan teknik dasar pencak silat tendangan lurus dengan bertahap dari gerakan awalan, pelaksanaan, dan akhiran.
 2. Peserta didik mempraktikkan secara individu atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.
- d. Penilaian
- Setelah peserta didik melakukan refleksi dan mengingat Kembali materi yang akan di nilai maka penilaian akan dilakukan, dengan mempraktekan Teknik dasar pencak silat tendangan lurus.

Aktivitas 1

Prosedur pelaksanaan:

Awalan

1. Berdiri dengan posisi kaki dibuka selebar bahu, sehingga badan dalam keadaan seimbang.
2. kuda-kuda depan dengan sikap salah satu kaki berada di depan.
3. posisi tangan di depan dada, pandangan kearah sasaran atau target yang akan di tendang.



Pelaksanaan

1. mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan.
2. Melakukan tendangan lurus dengan dorongan ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki arahkan ke ulu hati atau dada.
3. Satu tangan posisi di dada dan tangan satunya di bawah diantara kaki yang menendang dan kaki yang lurus.



Akhiran

1. setelah melakukan tendangan, kaki yang menendang ditarik kembali ke belakang, membentuk kuda-kuda depan
2. sikap kedua tangan kembali di depan dada.
3. Sikap kuda-kuda kembali pada sikap awal



C. Penutup (10 Menit)

1. Guru membimbing dan memfasilitasi peserta didik untuk melakukan pendinginan.
2. Peserta didik Bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung
3. Mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya.
4. Guru menyimpulkan hasil pembelajaran dan memberikan apresiasi pada semua peserta didik.
5. Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan do'a bersama dipimpin salah satu peserta didik untuk memimpin teman-temannya berdoa, guru memberi salam.

Langkah Pembelajaran Pertemuan 2

Aktivitas 2

A. Kegiatan Pembuka (10 Menit)

1. Guru membuka pembelajaran dengan salam dan menanyakan kabar peserta didik (*Communication*)
2. Guru mengajak Peserta didik melakukan do'a sebelum belajar, dipimpin ketua kelas (*religious*)
3. Guru melakukan presensi.
4. Guru memberikan kalimat motivasi sebelum belajar dimulai.
5. Guru bertanya tentang apa yang telah diketahui peserta didik terkait materi teknik dasar pencak silat tendangan lurus.
6. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.

B. Kegiatan Inti (70 Menit)

Melakukan rangkaian kegiatan pembelajaran dengan metode pembelajaran bagian dan keseluruhan, antara lain:

Pembelajaran di pertemuan ke-2 didalam kelas.

A. Mengamati

Menayangkan Media pembelajaran berupa video tutorial (video pembelajaran) terkait teknik dasar pencak silat tendangan lurus.

B. Menanya

1. Peserta didik menanyakan kepada guru terkait teknik dasar pencak silat, dan peserta didik lainnya dibimbing oleh guru untuk menanggapi pertanyaan yang di ajukan oleh temannya.

C. Penilaian

Setelah peserta didik melakukan refleksi dan mengingat kembali materi dan kisi-kisi yang telah di berikan, maka penilaian akan dilakukan, dengan memberikan soal kepada peserta didik yang berupa soal pilihan ganda dan soal uraian.

C. Penutup (10 Menit)

1. Guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung.
2. Guru menyimpulkan hasil pembelajaran dan memberikan apresiasi pada semua peserta didik.
3. Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan do'a bersama dipimpin salah satu peserta didik untuk memimpin teman-temannya berdoa, guru memberi salam.

D. Bahan Bacaan Materi Teknik Dasar Pencak silat Sebagai Berikut :

Bacaan Peserta Didik

- a. Teknik dasar pencak silat yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
- b. Materi hasil keterampilan gerak Teknik dasar pencak silat. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

Bacaan Guru

- a. Teknik dasar pencak silat.
- b. Macam-macam teknik dasar dalam pencak silat.

Media Pembelajaran

- a. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan aktivitas keterampilan gerak teknik dasar pencak silat tendangan lurus.

- b. Gambar aktivitas keterampilan gerak teknik dasar pencak silat tendangan lurus.
- c. Video pembelajaran aktivitas keterampilan gerak teknik dasar pencak silat tendangan lurus.

Bahan Pembelajaran

- a. Buku Ajar.
- b. *Link* video (
- c. Lembar Kerja (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.

Penilaian :

1. Aspek Sikap

Penilaian Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

- a. Petunjuk Penilaian (Lembar Penilaian Sikap Diri)
 - 1) Isikan identitas kalian.
 - 2) Berikan tanda cek (√) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Kalian, dan “Tidak” jika belum sesuai.
 - 3) Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
 - 4) Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.

Aspek Yang dinilai	Deskripsi Sikap yang dinilai	Ya ✓	Tidak ✓	Nomor butir	Jumlah
Spiritual	a. Berdo'a sebelum dan sesudah belajar			1	3
	b. Menjalankan ibadah sesuai agama dan kepercayaan yang di anut.			2	
	c. Menghargai sesama teman dalam melaksanakan ibadah.			3	
Jujur	a. Menyampaikan sesuatu yang sesuai dengan keadaan.			4	3
	b. Tidak menutupi kesalahan individua atau kelompok.			5	
	c. Mau mengakui kesalahan diri sendiri.			6	
Disiplin	a. Hadir tepat waktu.			7	3
	b. Mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru.			8	
	c. Tidak membuat kelas jadi tidak kondusif.			9	
Santun	a. Berintraksi dengan guru			10	4

	secara sopan				
	b. Berintraksi dengan teman secara ramah.			11	
	c. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung.			12	
	d. Berperilaku sopan.			13	
Tanggung jawab	a. Mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.			14	3
	b. Memimpin kelompok dengan baik.			15	
	c. Mengembalikan alat yang sudah selesai digunakan.			16	
JUMLAH					16

2. Aspek Pengetahuan

PILIHAN GANDA					
Kopetensi dasar	Materi	Indikator	Aspek	Nomor butir	Jumlah
1. Peraturan pencak silat	Peraturan Pencak silat	Menjelaskan peraturan pencak silat		1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.	10
URAIAN					
2. Teknik dasar pencak silat tendangan lurus	Teknik dasar materi pencak silat tendangan lurus	Menganalisis dan melakukan teknik dasar pencak silat tendangan lurus		11. 12. 13. 14. 15.	5
JUMLAH					15

1. Tahun terbentuknya IPSI yaitu ...
 - a. 1950
 - b. 1948
 - c. 1947
 - d. 1949
2. Pencak silat adalah olahraga bela diri yang berasal dari Negara...
 - a. Korea
 - b. Malaysia
 - c. Indonesia
 - d. Jepang
3. Pencak silat dipertandingkan dalam SEA Games mulai tahun...
 - a. 1988
 - b. 1986
 - c. 1985
 - d. 1987
4. Induk organisasi pencak silat di Indonesia yaitu ...
 - a. FORKI
 - b. PTMSI
 - c. PSSI
 - d. IPSI
5. Seni bela diri tradisional yang berasal dari Indonesia yaitu...
 - a. Kempo
 - b. Karate
 - c. Pencak Silat
 - d. Taekwondo
6. Berikut ini yang tidak termasuk ciri-ciri pencak silat yaitu ...
 - a. Berfungsi melindungi diri
 - b. Banyak varian dalam langkah
 - c. Lebih bersifat pertahanan
 - d. Kekuatan penuh
7. Pakaian yang dikenakan dalam pertandingan pencak silat yaitu warna
 - a. hijau
 - b. Putih
 - c. Merah
 - d. Hitam
8. Berikut ini yang bukan merupakan teknik dasar pencak silat yaitu...
 - a. Tendangan
 - b. Tangkisan
 - c. Pukulan
 - d. Melempar
9. Waktu pertandingan pencak silat terdiri dari
 - a. 5 babak
 - b. 3 babak

- c. 2 babak
 - d. 4 babak
10. Berikut ini yang merupakan variasi gerakan bela diri pencak silat yaitu ...
- a. Mengumpan
 - b. Menangkis**
 - c. Menangkap
 - d. Menyentuh
11. Teknik dengan tendangan depan menggunakan hentakan telapak kaki...
- a. Tendangan samping
 - b. Tendangan melingkar
 - c. Tendangan lurus**
 - d. Tendangan T
12. Di bawah ini yang tidak termasuk sikap seorang pesilat dalam menghadapi lawan yaitu ...
- a. Tetap berusaha mengelak
 - b. Menyerah**
 - c. Jika tidak sempat menangkis, harus membuang kekuatan lawan dengan mengikuti arah gerakannya, sehingga apabila terkena tidak terasa sakit.
 - d. Apabila terpaksa baru menangkis.
13. Tujuan olahraga pencak silat yaitu untuk memelihara dan mengembangkan seni budaya bangsa, dalam hal ini kegunaan pencak silat sebagai..
- a. Refresing
 - b. Seni
 - c. Bela diri**
 - d. Olahraga
14. Gelanggang pencak silat berukuran....
- a. 6 m × 6 m
 - b. 8 m × 8 m
 - c. 10 m × 10 m**
 - d. 7 m × 7 m
15. Posisi kaki tertentu sebagai dasar tumpuan untuk melakukan sikap dan gerakan bela-serang dinamakan sikap...
- a. Sikap jongkok
 - b. Sikap duduk
 - c. Sikap berdiri kuda-kuda**
 - d. Sikap berdiri tegak

ESAY

1. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat sikap awalan tendangan lurus !
2. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat gerakan pelaksanaan tendangan lurus!
3. Jelaskan cara melakukan teknik dasar pencak silat pada saat gerakan akhiran tendangan lurus!

4. Apa saja kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan teknik dasar pencak silat tendangan lurus ?
5. Sebutkan teknik dasar pencak silat yang kalian ketahui

3. Aspek Keterampilan

NO	Tahapan	Subjek	✓	Jumlah Nilai
1.	Awalan	1. Berdiri dengan posisi kaki dibuka selebar bahu, sehingga badan dalam keadaan seimbang.		
		2. kuda-kuda depan dengan sikap salah satu kaki berada di depan.		
		3. posisi tangan di depan dada, pandangan kearah sasaran atau target yang akan di tendang.		
2.	Pelaksanaan	1. mengangkat lutut kaki belakang ke arah depan.		
		2. Melakukan tendangan lurus dengan dorongan ke depan, dengan menggunakan ujung telapak kaki arahkan ke ulu hati atau dada.		
		3. Satu tangan posisi di dada dan tangan satunya di bawah diantara kaki yang menendang dan kaki yang lurus.		
3.	Akhiran	1. setelah melakukan tendangan, kaki yang menendang ditarik kembali ke belakang, membentuk kuda-kuda depan		
		2. sikap kedua tangan kembali di depan dada.		
		3. Sikap kuda-kuda kembali pada sikap awal		

Konversi nilai mata Pelajaran PJOK di SMAS Lab Undiksha

Tingkat Penguasaan kompetensi	Predikat	Ketuntasan
91 – 100	Sangat Baik	Tuntas
75 – 90	Baik	Tuntas
60 – 74	Cukup	Tidak tuntas
46 – 59	Kurang	Tidak Tuntas
0 – 45	Sangat Kurang	Tidak Tuntas



Lampiran Daftar nilai siklus I

No	NAMA SISWA	L/P	Nilai Sikap	Nilai Kognitif	Nilai Psikomotor	Rata-rata	Ket
1	ALFA REZY NOOR HAVIER	L	81	80	78	80	T
2	ANDIKA ANDRA PRATAMA	L	75	66	67	69	TT
3	CLARYSSA BLESS DESTHREE SAMOSIR	P	75	80	78	78	T
4	DIO ERRDIN CHAIRANI	P	81	66	78	75	T
5	FELICIA BERTHA WIJAYA	P	75	73	67	72	TT
6	GEDE YUDA PRATAMA	L	75	80	78	78	T
7	I GEDE AVANDUTA AGASTYA	L	81	60	78	73	TT
8	I GEDE SENJA SUPARTE YOGA	L	81	80	88	83	T
9	I MADE CARMA AMERTA	L	75	80	67	74	TT
10	KADEK VINDRIANDINI	P	81	80	78	80	T
11	KEVIN DARIUS TEJA	L	75	73	88	79	T
12	KOMANG NATA PRAWIRA	L	75	86	67	76	T
13	MADE SYDNEY BULAN ARIAWAN	P	75	73	78	75	T
14	NADIA SABRINA PUTRI MAHISA	P	75	73	78	75	T
15	NI KADEK KLAUDIA DUITAWARDANI	P	75	80	67	74	TT
16	NI PUTU CESYA PRATIWI	P	81	73	88	81	T
17	NI PUTU FIONA TAMANA DEWI	P	87	60	78	75	T

18	PUTU GEDE HENDRA WIJAYA PUTRA	L	81	66	67	71	TT
19	PUTU LIANA MAHARANI PUTI SANTIKA	P	81	86	78	82	T
20	PUTU NADIA PADMADEWI	P	75	73	78	75	TT
21	PUTU REGITA MAHARANI	P	75	80	67	74	TT
22	PUTU YOEL RINEKSAWIDHI	L	75	60	67	67	TT
23	RICHY CANDRA PRIATMA	L	75	66	67	69	TT
24	WESLEY ANDHIKA CHANDRA	L	75	80	78	78	T
25	AUDREY HELGA KIRANA	P	81	73	67	74	TT
26	NI KADEK NINA AYU LESTARI	P	75	86	78	80	T
Rata-rata			77	74	75	76	
Nilai Tertinggi			87	86	88		
Nilai Terendah			75	60	67		
Tuntas			26	12	16		18
Tidak Tuntas			0	14	10		8

Lampiran Daftar nilai siklus II

No	NAMA SISWA	L/P	Nilai Sikap	Nilai Kognitif	Nilai Psikomotor	Rata-rata	Ket.
1	ALFA REZY NOOR HAVIER	L	81	80	78	80	T
2	ANDIKA ANDRA PRATAMA	L	75	80	78	78	T
3	CLARYSSA BLESS DESTHREE SAMOSIR	P	75	80	78	78	T
4	DIO ERRDIN CHAIRANI	P	81	80	78	80	T
5	FELICIA BERTHA WIJAYA	P	75	86	78	80	T
6	GEDE YUDA PRATAMA	L	75	80	78	78	T
7	I GEDE AVANDUTA AGASTYA	L	87	80	78	82	T
8	I GEDE SENJA SUPARTE YOGA	L	87	86	88	87	T
9	I MADE CARMA AMERTA	L	81	80	78	80	T
10	KADEK VINDRIANDINI	P	81	80	88	83	T
11	KEVIN DARIUS TEJA	L	75	80	88	81	T
12	KOMANG NATA PRAWIRA	L	75	86	88	83	T
13	MADE SYDNEY BULAN ARIAWAN	P	75	86	78	80	T
14	NADIA SABRINA PUTRI MAHISA	P	75	80	78	78	T
15	NI KADEK KLAUDIA DUITAWARDANI	P	81	80	78	80	T
16	NI PUTU CESYA PRATIWI	P	75	80	88	81	T

17	NI PUTU FIONA TAMANA DEWI	P	87	80	88	85	T
18	PUTU GEDE HENDRA WIJAYA PUTRA	L	87	80	78	82	T
19	PUTU LIANA MAHARANI PUTI SANTIKA	P	87	80	78	82	T
20	PUTU NADIA PADMADEWI	P	75	86	78	80	T
21	PUTU REGITA MAHARANI	P	75	80	88	81	T
22	PUTU YOEL RINEKSAWIDHI	L	81	80	78	80	T
23	RICHY CANDRA PRIATMA	L	75	80	88	81	T
24	WESLEY ANDHIKA CHANDRA	L	75	80	88	81	T
25	AUDREY HELGA KIRANA	P	81	80	78	80	T
26	NI KADEK NINA AYU LESTARI	P	75	86	78	80	T
Rata-rata			79	81	81	80	
Nilai Tertinggi			87	86	88		
Nilai Terendah			75	80	78		
Tuntas			26	26	26		26
Tidak Tuntas			0	0	0		0

Lampiran Proses Pengambilan data





