

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Tugas Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 73.04/UN48.12.5/PP/2025

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

1. Nama : Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.
NIP : 198501172008121001
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
NIP : 198003112008121002
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Wakil

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

Nama : I Gede Berata
NIM : 2216011014
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Judul : Pengaruh Model Pembelajaran *Project Based Blended Learning* (PJBBL) Berbantuan Multimedia Interaktif Berbasis *Web Site* Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Kuda-Kuda Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI A SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 9 April 2025
Ketua Jurusan,



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



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 tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 2 Surat Observasi



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS 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, 4 Maret 2025

Nomor : 304/UN48.12.1/PP/2025
Lampiran : -
Perihal : Ijin melakukan observasi

Yth. Kepala SMA Negeri 2 Singaraja

di

Tempat

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 mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : I Gede Berata
Nomor Induk Mahasiswa : 2216011014
Tahun Akademik : 2024/2025
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan UNDIKSHA

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

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa,
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 BSR E
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 3 Instrumen Observasi Awal

INSTRUMEN OBSERVASI

NO	PERTANYAAN	KETERANGAN
1	Bagaimana kondisi umum sekolah? (Misalnya: jumlah siswa, jumlah guru PJOK, sarana dan prasarana olahraga)	
2	Bagaimana kualitas jaringan internet di sekolah? Apakah cukup stabil untuk mendukung pembelajaran berbasis web?	
3	Apakah sekolah memiliki platform e-learning atau Learning Management System (LMS) yang sudah digunakan dalam pembelajaran?	
4	Bagaimana kebijakan sekolah terkait penggunaan teknologi dalam pembelajaran?	
5	Bagaimana metode pembelajaran PJOK yang selama ini diterapkan di sekolah?	
6	Apakah pembelajaran PJOK sudah menggunakan media digital atau masih berbasis buku dan praktik langsung saja?	
7	Bagaimana cara guru PJOK menyampaikan materi tentang Pencak Silat, khususnya Teknik kuda - kuda?	
8	Seberapa sering siswa melakukan latihan praktik langsung dalam pembelajaran PJOK?	
9	Apa saja kendala yang biasa dihadapi dalam mengajarkan materi Pencak Silat di sekolah ini?	
10	Apakah guru PJOK sudah pernah mengikuti pelatihan terkait pembelajaran berbasis proyek dan	

	teknologi?	
11	Apakah siswa memiliki perangkat pribadi (laptop, smartphone) yang bisa digunakan untuk mengakses multimedia interaktif berbasis web?	
12	Bagaimana suasana kelas dan partisipasi siswa saat pembelajaran PJOK berlangsung?	
13	Apakah siswa lebih cenderung pasif atau aktif dalam pembelajaran PJOK?	
14	Bagaimana interaksi antara guru dan siswa dalam pembelajaran PJOK?	
15	Apakah ada masukan dari pihak sekolah terkait penerapan model pembelajaran baru ini?	



Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, 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, 22 Agustus 2025

Nomor : 1333/UN48.12.1/PT.01.04/2025
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SMA Negeri 2 Singaraja
di

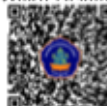
Tempat

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 : I Gede Berata
Nomor Induk Mahasiswa : 2216011014
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
Judul Skripsi : Pengaruh Model Project Based Blended Learning (PjBBL) Berbantuan Multimedia Interaktif Berbasis Website Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Kuda -Kuda Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026

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

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa
NIP.198501172008121001



Lampiran 5 Surat Telah Melakukan Penelitian



SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : B.10.400.3.8.1/9459/SMAN 2 SGR/DIKPORA

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 2 Singaraja menerangkan bahwa:

Nama : I Gede Berata
 NIM : 2216011014
 Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Universitas : Universitas Pendidikan Ganesha

Memang benar mahasiswa yang telah disebutkan di atas telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 2 Singaraja, dengan Judul Skripsi "**Pengaruh Model *Project Based Blended Learning (PjBBL)* Berbantuan *Multimedia* Interaktif Berbasis Website terhadap hasil Belajar P.JOK Materi Kuda-Kuda Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026**" dari tanggal 8 September 2025 sampai dengan tanggal 14 November 2025.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di Singaraja
 Pada tanggal, 02 Desember 2025



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik (TTE).
 Scan/lik QR Code untuk informasi TTE.
 Upload file pada <https://bsa.kemendik.go.id/verifyPDF> untuk cek keaslian file



Lampiran 6 Surat Tugas Validasi Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
 Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 0013/UN48.12.5/PP/2026

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:

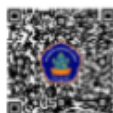
1. Nama : Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes.
 NIP : 196705272001121001
 Prodi : Ilmu Keolahragaan
 Jurusan : Ilmu Olahraga dan Kesehatan FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 1 Instrumen
2. Nama : Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198403032008122004
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 2 Instrumen

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

Nama : I Gede Berata
 NIM : 2216011014
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Pengaruh Model Project Based Blended Learning (PJBBL) Berbantuan Multimedia Interaktif Berbasis Website Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Kuda-Kuda Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI Sma Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026.

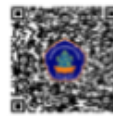
Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 05 Januari 2026
 Ketua Jurusan,



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



**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 tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan QR code yang telah terdapat

Lampiran 7 Data Uji Validitas Isi Penilaian Psikomotor

Aspek Psikomotor Kuda – Kuda Depan	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	<ul style="list-style-type: none"> a. Berdiri dengan sikap tegak 1 b. Pandangan lurus ke depan, c. Kedua lengan menempel di samping paha. 	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> a. Langkahkan kaki kiri atau kanan ke depan, b. Langkah maju dengan beban difokuskan pada kaki depan (posisi membentuk sudut 120 derajat), Membentuk kuda-kuda depan, c. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar. d. Pandangan lurus ke depan. 	4	4	D
Sikap Akhir	<ul style="list-style-type: none"> a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu, b. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha, c. Kemudian kembali ke sikap tegak. 	4	4	D

Aspek Psikomotor Kuda – Kuda Belakang	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	<ul style="list-style-type: none"> a. Berdiri dengan sikap tegak 1 b. Pandangan lurus ke depan, c. Kedua lengan menempel di samping paha. 	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> a. Langkah kaki kiri atau kanan kebelakang, gunakan kaki belakang sebagai pusat beban, b. Posisi telapak kaki depan lurus dan telapak kaki belakang membentuk sudut ± 120 derajat – 90 derajat. membentuk kuda-kuda belakang. c. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar. d. Pandangan lurus ke depan. 	4	4	D
Sikap Akhir	<ul style="list-style-type: none"> a. Kaki yang dilangkahkan kebelakang ditarik ke depan mendekati kaki tumpu, b. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha, c. Kemudian kembali ke sikap tegak. 	4	4	D

Aspek Psikomotor Kuda – Kuda Tengah	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	<p>d. Berdiri dengan sikap tegak 1.</p> <p>e. Pandangan lurus ke depan,</p> <p>d. Kedua lengan menempel di samping paha.</p>	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	<p>a. Langkah kaki ke samping kiri dan kanan,</p> <p>b. Kedua kaki melebar sejajar dengan bahu \</p> <p>c. Membentuk kuda-kuda tengah, kedua lutut ditekuk 120 derajat, titik berat badan berada di tengah-tengah,</p> <p>d. Berat badan ditopang secara merata oleh kedua kaki, Pandangan lurus ke depan.</p>	4	4	D
Sikap Akhir	<p>d. Kaki yang dilangkahkan kesamping ditarik mendekati kaki tumpu,</p> <p>e. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha,</p> <p>d. Kembali ke sikap tegak.</p>	4	4	D

Lampiran 8 Uji Validitas Isi Penilaian Pengetahuan

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	Tujuan utama dari penggunaan berbagai jenis kuda-kuda dalam pencak silat adalah ... A. Menunjukkan gaya bertarung B. Menjaga keseimbangan dan kesiapan tubuh dalam bertahan C. Menambah keindahan Gerak D. Mempercepat serangan	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	Saat melakukan kuda-kuda tengah, posisi kedua lutut yang benar adalah ... A. Lurus dan rapat B. Ditekuk dan sejajar, berat badan di Tengah C. Satu ditekuk, satu lurus ke depan D. Menyilang ke belakang	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	Jika seorang pesilat ingin mempertahankan keseimbangan dari serangan tendangan depan , kuda-kuda yang paling efektif digunakan adalah ... A. Kuda-kuda depan B. Kuda-kuda belakang C. Kuda-kuda Tengah D. Kuda-kuda depan dan Tengah	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	Mengapa kuda-kuda depan lebih sering digunakan untuk melakukan serangan jarak dekat?	4	4	D

	<p>A. Karena posisi tubuh condong ke depan dan stabil untuk melangkah</p> <p>B. Karena berat badan bertumpu di depan</p> <p>C. Karena mudah menghindar</p> <p>D. Karena kaki sejajar dan diam di tempat</p>			
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam kuda-kuda belakang, pusat berat badan berada di ...</p> <p>A. Kaki depan</p> <p>B. Kaki belakang</p> <p>C. Kedua kaki sama rata</p> <p>D. Ujung jari kaki belakang</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Apa akibat jika posisi badan terlalu condong saat melakukan kuda-kuda depan ?</p> <p>A. Keseimbangan meningkat</p> <p>B. Mudah jatuh ke depan</p> <p>C. Daya dorong dan serangan menjadi kuat</p> <p>D. Kecepatan langkah bertambah</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam situasi bertahan dari dua arah serangan sekaligus, dari depan dan samping, bentuk kuda-kuda yang paling stabil adalah ...</p> <p>A. Kuda-kuda depan</p> <p>B. Kuda-kuda belakang</p> <p>C. Kuda-kuda tengah</p> <p>D. Kuda-kuda silang</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Mengapa kuda-kuda tengah disebut juga posisi <i>defensive</i> ?</p> <p>A. Karena berat badan berpindah sejajar</p> <p>B. Karena memungkinkan serangan cepat</p>	4	4	D

	<p>C. Karena fokusnya pada menahan serangan dari depan dan samping</p> <p>D. Karena digunakan hanya untuk bertahan</p>			
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Saat melakukan kuda-kuda tengah, kesalahan umum yang sering terjadi adalah ...</p> <p>A. Badan terlalu tegak</p> <p>B. Kedua lutut ditekuk sejajar</p> <p>C. Berat badan merata di kedua kaki</p> <p>D. Pandangan tidak fokus ke depan</p> <p>Jika seorang pesilat ingin cepat berpindah arah sambil tetap seimbang, kombinasi kuda-kuda yang paling efektif digunakan adalah ...</p> <p>A. Tengah ke belakang</p> <p>B. Belakang ke depan</p> <p>C. Samping ke depan</p> <p>D. Tengah ke depan</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam kuda-kuda depan, posisi kaki belakang yang benar adalah ...</p> <p>A. Lurus ke samping</p> <p>B. Sedikit Ditekuk dengan ujung kaki menghadap depan</p> <p>C. Lurus dengan tumit menghadap ke depan</p> <p>D. Menyilang ke belakang</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Apa hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kestabilan kuda-kuda?</p> <p>A. Tidak ada hubungan</p> <p>B. Kekuatan otot tungkai menentukan kemampuan bertahan dan berpindah posisi</p>	4	4	D

	<p>C. Otot tungkai hanya berperan saat menendang</p> <p>D. Semakin kuat otot, semakin cepat bergerak</p> <p>Saat melakukan kuda-kuda belakang, pandangan mata sebaiknya diarahkan ke ...</p> <p>A. Kaki belakang</p> <p>B. Belakang</p> <p>C. Depan</p> <p>D. Ke bawah tubuh</p>			
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam latihan pencak silat, fungsi latihan kombinasi teknik kuda-kuda pencak silat adalah ...</p> <p>A. Melatih gaya bertarung</p> <p>B. Meningkatkan keindahan Gerak</p> <p>C. Melatih keseimbangan, kelincahan, dan transisi antar posisi</p> <p>D. Persiapan pertandingan</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam pertandingan, pesilat yang memiliki kuda-kuda yang kuat dan fleksibel dalam berpindah posisi akan lebih unggul karena ...</p> <p>A. Mampu bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan</p> <p>B. Mampu menyerang terus menerus</p> <p>C. Pertahanan tubuh bagus</p> <p>D. Hanya fokus pada teknik tangan</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Ketika seorang pesilat menghadapi lawan yang bergerak dari arah kanan, posisi kuda-kuda yang paling efektif untuk menjaga keseimbangan dan kesiapan serangan adalah...</p>	4	4	D

	<p>A. Kuda-kuda Tengah B. Kuda-kuda depan kiri C. Kuda-kuda samping kanan D. Kuda-kuda belakang</p>			
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Apa tujuan utama pesilat menggunakan kuda-kuda tengah ?</p> <p>A. Agar dapat segera menyerang balik B. Untuk menjaga keseimbangan ke segala arah C. Supaya terlihat gagah di depan lawan D. Agar memusatkan kekuatan pada satu kaki</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>a. Langkah maju dengan beban difokuskan pada kaki depan (posisi membentuk sudut 120 derajat), Membentuk kuda-kuda depan, b. Langkahkan kaki kiri atau kanan ke depan, c. Pandangan lurus ke depan. d. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar. Urutkan step by step tahap pelaksanaan Teknik kuda – kuda depan di atas!</p> <p>E. a-b-c-d F. b-a-d-c G. d-c-b-a H. c-b-d-a</p>	4	4	D
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>Dalam kuda-kuda belakang, berat badan pesilat sebagian besar bertumpu pada...</p> <p>A. Kaki depan B. Kaki belakang C. Kedua kaki seimbang</p>	4	4	D

	D. Ujung kaki belakang			
Menjawab pertanyaan obyektif teknik dasar kuda – kuda pencak silat	<p>a. Posisi telapak kaki depan lurus dan telapak kaki belakang membentuk sudut ± 120 derajat – 90 derajat. membentuk kuda-kuda belakang.</p> <p>b. Langkah kaki kiri atau kanan kebelakang, gunakan kaki belakang sebagai pusat beban,</p> <p>c. Pandangan lurus ke depan.</p> <p>d. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar.</p> <p>Urutkan step by step tahap pelaksanaan Teknik kuda – kuda depan di atas!</p> <p>E. a-b-c-d</p> <p>F. b-a-d-c</p> <p>G. d-c-b-a</p> <p>H. c-b-d-a</p>	4	4	D



Lampiran 9 Data Pretest Hasil belajarKuda – Kuda Pencak Silat

No	Nama	MTR	KGNTF	SKOR	NILAI
1	CALYSTA DWINA PUTRI	75,8	90	165,8	82,9
2	GEDE TEGUH NOVA PURWADA	80,8	85	165,8	82,9
3	I DEWA PUTU SUSILA ADANYANA	78,3	75	153,3	76,65
4	GEDE DEVA PRIYA	72,5	90	162,5	81,25
5	I GEDE PUTRA SUBAGIA	75,0	85	160	80
6	I GUSTI AYU KOMANG PRINAYANI	78,3	85	163,3	81,65
7	I GUSTI NGURAH AGUNG ARYA WIADNYANA	72,5	80	152,5	76,25
8	IGUSTI NGURAH PUTU ABI DANA SAPUTRA PARSANDI	74,2	85	159,2	79,6
9	KADEK JORDY HARY PRAMANA	76,7	80	156,7	78,35
10	I KOMANG DIRGAYASA	77,5	90	167,5	83,75
11	PUTU LANGGENG PRABAWA	78,3	85	163,3	81,65
12	KADEK AGUS MANDIYASA	78,3	85	163,3	81,65
13	KADEK ANGGA STYASA PUTRA	76,7	80	156,7	78,35
14	KADEK DARLA HITAYANI	77,5	85	162,5	81,25
15	KADEK ELEN INAYANI	74,2	85	159,2	79,6
16	KADEK PRADNYA ADI SAPUTRA	75,8	90	165,8	82,9
17	KADEK YOGA CANDRA DINANTA	77,5	80	157,5	78,75
18	KETUT ENDANG PUTRINING	76,7	85	161,7	80,85
19	KETUT NIA WIDIASTUTI	79,2	90	169,2	84,6
20	KETUT RENDI HANDIKA	78,3	90	168,3	84,15
21	KETUT RIKI NUGRAHA	73,3	85	158,3	79,15
22	KOMANG DWI WIJA SANTI	79,2	80	159,2	79,6
23	KOMANG VERDHYANA SUGIARTA	76,7	80	156,7	78,35
24	KOMANG YUDA SATRIAWAN	77,5	85	162,5	81,25
25	LUH PUTU DESI ARIAN	78,3	85	163,3	81,65

26	LUH PUTU RIRIN PRANCISKA DEWI	81,7	80	161,7	80,85
27	MADE KIRANA RISTRA NARARYA	76,7	85	161,7	80,85
28	MADE MAHIKKA ADYSTIKARA SANTIASA	80,8	80	160,8	80,4
29	MADE NATHA SANTHANA YLIGISTRA	79,2	85	164,2	82,1
30	NAJWA SHAMMAKH	79,2	85	164,2	82,1
31	NI KADEK ARTIKA RAHAYU WUAYA	75,0	90	165	82,5
32	NI LUH GEDE AYU SUASTINI	75,0	85	160	80
33	NI PUTU FEBY RAKHA PUTRI	74,2	85	159,2	79,6
34	NI PUTU GAYATRI ANASTASYA PUTRI	76,7	85	161,7	80,85
35	NYOMAN ALIT KRISNADANA	76,7	80	156,7	78,35
36	PUTU ARISTA PRADNYA PUTRI	77,5	75	152,5	76,25
37	PUTU AYU ADNYAWATI	78,3	85	163,3	81,65
38	PUTU DESI HANDAYANI	76,7	85	161,7	80,85
39	PUTU DEW PERYATIN	75,8	90	165,8	82,9
40	PUTU NADIN PRADNYAN PUTRE	75,8	75	150,8	75,4

Kelompok Kontrol Kelas XI E

No	Nama	MTR	KGNTF	SKOR	NILAI
1	ABBIE FAUZAN RAFA PUTRA	76,7	85	161,7	80,85
2	AGUNG ARTHA DEROONEY RUSAS	76,7	80	156,7	78,35
3	DEVA SAPUTRA BUDIYANTO	76,7	85	161,7	80,85
4	GEDE PANDU VIVEKANANDA DEV.SAT	74,2	85	159,2	79,6
5	GLADYS NATASHA PODANDY	75,8	80	155,8	77,9
6	GUSTI AYU PUTU DHARMAYANI	76,7	80	156,7	78,35
7	I GUSTI NGURAH WIGUNA RAI PERSADA	74,2	85	159,2	79,6
8	I KOMANG ARTA WIJAYA ALIT PUTRA	76,7	80	156,7	78,35

9	I PUTU DEVA SATRIA ANANDA	76,7	75	151,7	75,85
10	I PUTU PRASATYA ADI SAPUTRA	78,3	90	168,3	84,15
11	IDA BAGUS NGURAH MULIA KEMENUH	75	85	160	80
12	IDA BAGUS PRAMANA	78,3	90	168,3	84,15
13	KADEK DIAN NOVITA SARI	79,2	85	164,2	82,1
14	KADEK DIANDARA MAYA KUSUMA	75,8	90	165,8	82,9
15	KADEK DWI ARI RUMIASTINI	72,5	85	157,5	78,75
16	KADEK GLORIA ANANDA	75,8	90	165,8	82,9
17	KADEK VINIE ANINDITA	73,3	85	158,3	79,15
18	KADEK VIRAMITA	73,3	90	163,3	81,65
19	KETUT DHIYO ARYA WEDHA	77,5	75	152,5	76,25
20	KOMANG ADI DARMA SAPUTRA	77,5	80	157,5	78,75
21	KOMANG ANANDA LOKA	73,3	85	158,3	79,15
22	KOMANG GEDE ARI WIDYAWAN	79,2	80	159,2	79,6
23	KOMANG WAHYU SADIA UTAMI	77,5	85	162,5	81,25
24	LUH JUNI WIYANINGSIH	77,5	85	162,5	81,25
25	MADE ARYA WIDIARTA	77,5	80	157,5	78,75
26	MADE RAYNDRA PRADNYA DEVA	81,7	85	166,7	83,35
27	NGURAH ADITYA PRADNYANA	78,3	85	163,3	81,65
28	NI KADEK EDYSTIYANI YUNINTA	79,2	80	159,2	79,6
29	NI KADEK FEBRI WIDI WAHYUNI	78,3	85	163,3	81,65
30	NI LUH APRILIA DEWI	78,3	75	153,3	76,65
31	NI LUH TIWIK DEVIYANI	75	80	155	77,5
32	NI PUTU AYU PRISA AISWARI	76,7	85	161,7	80,85
33	NI PUTU WIDYA AMELIA PUTRI	75	80	155	77,5
34	PT PRICILLYA PUTRI	75,8	80	155,8	77,9
35	PUTU ARTANATHA GUNA MAHESA	78,3	85	163,3	81,65
36	I KADEK SATVIKA DHARMA	78,3	85	163,3	81,65
37	PUTU STEVANI KUSUMA ARTANA	77,5	90	167,5	83,75
38	PUTU WIWIN ARIANTI	80	80	160	80

39	RAAJAZH PUTRA PRATAMA NAENA	78,3	75	153,3	76,65
40	WISNU EKA HARDIANSYAH	77,5	85	162,5	81,25



Lampiran 10 Data Posttest Hasil belajar Kuda – Kuda Pencak Silat

No	Nama	MTR	KGNTF	SKOR	NILAI
1	CALYSTA DWINA PUTRI	85	100	185	92,5
2	GEDE TEGUH NOVA PURWADA	82,5	85	167,5	83,75
3	I DEWA PUTU SUSILA ADANYANA	86,7	90	176,7	88,35
4	GEDE DEVA PRIYA	83,3	85	168,3	84,15
5	I GEDE PUTRA SUBAGIA	85	90	175	87,5
6	I GUSTI AYU KOMANG PRINAYANI	85,8	90	175,8	87,9
7	I GUSTI NGURAH AGUNG ARYA WIADNYANA	87,5	85	172,5	86,25
8	IGUSTI NGURAH PUTU ABI DANA SAPUTRA PARSANDI	82,5	85	167,5	83,75
9	KADEK JORDY HARY PRAMANA	83,3	95	178,3	89,15
10	I KOMANG DIRGAYASA	86,7	90	176,7	88,35
11	PUTU LANGGENG PRABAWA	85	85	170	85
12	KADEK AGUS MANDIYASA	82,5	95	177,5	88,75
13	KADEK ANGGA STYASA PUTRA	86,7	90	176,7	88,35
14	KADEK DARLA HITAYANI	83,3	95	178,3	89,15
15	KADEK ELEN INAYANI	85	95	180	90
16	KADEK PRADNYA ADI SAPUTRA	86,7	95	181,7	90,85
17	KADEK YOGA CANDRA DINANTA	84,2	95	179,2	89,6
18	KETUT ENDANG PUTRINING	87,5	85	172,5	86,25
19	KETUT NIA WIDIASTUTI	86,7	95	181,7	90,85
20	KETUT RENDI HANDIKA	86,7	95	181,7	90,85
21	KETUT RIKI NUGRAHA	86,7	85	171,7	85,85
22	KOMANG DWI WIJA SANTI	83,3	85	168,3	84,15
23	KOMANG VERDHYANA SUGIARTA	88,3	95	183,3	91,65
24	KOMANG YUDA SATRIAWAN	84,2	90	174,2	87,1
25	LUH PUTU DESI ARIAN	86,7	85	171,7	85,85

26	LUH PUTU RIRIN PRANCISKA DEWI	88,3	90	178,3	89,15
27	MADE KIRANA RISTRA NARARYA	84,2	85	169,2	84,6
28	MADE MAHIKKA ADYSTIKARA SANTIASA	88,3	90	178,3	89,15
29	MADE NATHA SANTHANA YLIGISTRA	88,3	95	183,3	91,65
30	NAJWA SHAMMAKH	84,2	95	179,2	89,6
31	NI KADEK ARTIKA RAHAYU WUAYA	88,3	95	183,3	91,65
32	NI LUH GEDE AYU SUASTINI	85	90	175	87,5
33	NI PUTU FEBY RAKHA PUTRI	88,3	85	173,3	86,65
34	NI PUTU GAYATRI ANASTASYA PUTRI	82,5	85	167,5	83,75
35	NYOMAN ALIT KRISNADANA	87,5	95	182,5	91,25
36	PUTU ARISTA PRADNYA PUTRI	86,7	85	171,7	85,85
37	PUTU AYU ADNYAWATI	85,8	95	180,8	90,4
38	PUTU DESI HANDAYANI	84,2	90	174,2	87,1
39	PUTU DEW PERYATIN	83,3	95	178,3	89,15
40	PUTU NADIN PRADNYAN PUTRE	85,8	100	185,8	92,9

Kelompok Kontrol Kelas XI E

No	Nama	MTR	KGNTF	SKOR	NILAI
1	ABBIE FAUZAN RAFA PUTRA	82,5	90	172,5	86,25
2	AGUNG ARTHA DEROONEY RUSAS	81,7	85	166,7	83,35
3	DEVA SAPUTRA BUDIYANTO	82,5	85	167,5	83,75
4	GEDE PANDU VIVEKANANDA DEV.SAT	81,7	80	161,7	80,85
5	GLADYS NATASHA PODANDY	81,7	85	166,7	83,35
6	GUSTI AYU PUTU DHARMAYANI	83,3	85	168,3	84,15
7	I GUSTI NGURAH WIGUNA RAI PERSADA	81,7	85	166,7	83,35

8	I KOMANG ARTA WIJAYA ALIT PUTRA	83,3	90	173,3	86,65
9	I PUTU DEVA SATRIA ANANDA	84,2	85	169,2	84,6
10	I PUTU PRASATYA ADI SAPUTRA	84,2	90	174,2	87,1
11	IDA BAGUS NGURAH MULIA KEMENUH	84,2	90	174,2	87,1
12	IDA BAGUS PRAMANA	82,5	95	177,5	88,75
13	KADEK DIAN NOVITA SARI	81,7	85	166,7	83,35
14	KADEK DIANDARA MAYA KUSUMA	81,7	85	166,7	83,35
15	KADEK DWI ARI RUMI ASTINI	84,2	90	174,2	87,1
16	KADEK GLORIA ANANDA	82,5	90	172,5	86,25
17	KADEK VINIE ANINDITA	84,2	90	174,2	87,1
18	KADEK VIRAMITA	83,3	85	168,3	84,15
19	KETUT DHIYO ARYA WEDHA	83,3	80	163,3	81,65
20	KOMANG ADI DARMA SAPUTRA	83,3	90	173,3	86,65
21	KOMANG ANANDA LOKA	84,2	80	164,2	82,1
22	KOMANG GEDE ARI WIDYAWAN	84,2	95	179,2	89,6
23	KOMANG WAHYU SADIA UTAMI	82,5	90	172,5	86,25
24	LUH JUNI WIYANINGSIH	81,7	85	166,7	83,35
25	MADE ARYA WIDIARTA	83,3	85	168,3	84,15
26	MADE RAYNDRA PRADNYA DEVA	82,5	90	172,5	86,25
27	NGURAH ADITYA PRADNYANA	82,5	90	172,5	86,25
28	NI KADEK EDYSTIYANI YUNINTA	83,3	85	168,3	84,15
29	NI KADEK FEBRI WIDI WAHYUNI	82,5	85	167,5	83,75
30	NI LUH APRILIA DEWI	84,2	85	169,2	84,6
31	NI LUH TIWIK DEVIYANI	84,2	85	169,2	84,6
32	NI PUTU AYU PRISA AISWARI	85	85	170	85
33	NI PUTU WIDYA AMELIA PUTRI	81,7	90	171,7	85,85
34	PT PRICILLYA PUTRI	83,3	85	168,3	84,15

35	PUTU ARTANATHA GUNA MAHESA	80,8	90	170,8	85,4
36	I KADEK SATVIKA DHARMA	82,5	85	167,5	83,75
37	PUTU STEVANI KUSUMA ARTANA	83,3	90	173,3	86,65
38	PUTU WIWIN ARIANTI	82,5	85	167,5	83,75
39	RAAJAZH PUTRA PRATAMA NAENA	85	85	170	85
40	WISNU EKA HARDIANSYAH	83,3	85	168,3	84,15



Lampiran 11 Nilai Gain Score Hasil belajar Kuda – Kuda Pencak Silat

No	Nama	PRETEST	POST TEST	GAIN
1	CALYSTA DWINA PUTRI	83	93	0,56
2	GEDE TEGUH NOVA PURWADA	83	84	0,05
3	I DEWA PUTU SUSILA ADANYANA	77	88	0,50
4	GEDE DEVA PRIYA	81	84	0,15
5	I GEDE PUTRA SUBAGIA	80	88	0,38
6	I GUSTI AYU KOMANG PRINAYANI	82	88	0,34
7	I GUSTI NGURAH AGUNG ARYA WIADNYANA	76	86	0,42
8	IGUSTI NGURAH PUTU ABI DANA SAPUTRA PARSANDI	80	84	0,20
9	KADEK JORDY HARY PRAMANA	78	89	0,50
10	I KOMANG DIRGAYASA	84	88	0,28
11	PUTU LANGGENG PRABAWA	82	85	0,18
12	KADEK AGUS MANDIYASA	82	89	0,39
13	KADEK ANGGA STYASA PUTRA	78	88	0,46
14	KADEK DARLA HITAYANI	81	89	0,42
15	KADEK ELEN INAYANI	80	90	0,51
16	KADEK PRADNYA ADI SAPUTRA	83	91	0,46
17	KADEK YOGA CANDRA DINANTA	79	90	0,51
18	KETUT ENDANG PUTRINING	81	86	0,28
19	KETUT NIA WIDIASTUTI	85	91	0,41
20	KETUT RENDI HANDIKA	84	91	0,42
21	KETUT RIKI NUGRAHA	79	86	0,32
22	KOMANG DWI WIJA SANTI	80	84	0,22
23	KOMANG VERDHYANA SUGIARTA	78	92	0,61
24	KOMANG YUDA SATRIAWAN	81	87	0,31
25	LUH PUTU DESI ARIAN	82	86	0,23
26	LUH PUTU RIRIN PRANCISKA DEWI	81	89	0,43
27	MADE KIRANA RISTRA NARARYA	81	85	0,20
28	MADE MAHIKKA ADYSTIKARA SANTIASA	80	89	0,45
29	MADE NATHA SANTHANA YLIGISTRA	82	92	0,53
30	NAJWA SHAMMAKH	82	90	0,42
31	NI KADEK ARTIKA RAHAYU WUAYA	83	92	0,52

32	NI LUH GEDE AYU SUASTINI	80	88	0,38
33	NI PUTU FEBY RAKHA PUTRI	80	87	0,35
34	NI PUTU GAYATRI ANASTASYA PUTRI	81	84	0,15
35	NYOMAN ALIT KRISNADANA	78	91	0,60
36	PUTU ARISTA PRADNYA PUTRI	76	86	0,40
37	PUTU AYU ADNYAWATI	82	90	0,48
38	PUTU DESI HANDAYANI	81	87	0,33
39	PUTU DEW PERYATIN	83	89	0,37
40	PUTU NADIN PRADNYAN PUTRE	75	93	0,71

Kelompok Kontrol Kelas XI E

No	Nama	PRETEST	POST TEST	GAIN
1	ABBIE FAUZAN RAFA PUTRA	81	86	0,28
2	AGUNG ARTHA DEROONEY RUSAS	78	83	0,23
3	DEVA SAPUTRA BUDIYANTO	81	84	0,15
4	GEDE PANDU VIVEKANANDA DEV.SAT	80	81	0,06
5	GLADYS NATASHA PODANDY	78	83	0,25
6	GUSTI AYU PUTU DHARMAYANI	78	84	0,27
7	I GUSTI NGURAH WIGUNA RAI PERSADA	80	83	0,18
8	I KOMANG ARTA WIJAYA ALIT PUTRA	78	87	0,38
9	I PUTU DEVA SATRIA ANANDA	76	85	0,36
10	I PUTU PRASATYA ADI SAPUTRA	84	87	0,19
11	IDA BAGUS NGURAH MULIA KEMENUH	80	87	0,36
12	IDA BAGUS PRAMANA	84	89	0,29
13	KADEK DIAN NOVITA SARI	82	83	0,07
14	KADEK DIANDARA MAYA KUSUMA	83	83	0,03
15	KADEK DWI ARI RUMIASTINI	79	87	0,39
16	KADEK GLORIA ANANDA	83	86	0,20
17	KADEK VINIE ANINDITA	79	87	0,38
18	KADEK VIRAMITA	82	84	0,14
19	KETUT DHIYO ARYA WEDHA	76	82	0,23
20	KOMANG ADI DARMA SAPUTRA	79	87	0,37

21	KOMANG ANANDA LOKA	79	82	0,14
22	KOMANG GEDE ARI WIDYAWAN	80	90	0,49
23	KOMANG WAHYU SADIA UTAMI	81	86	0,27
24	LUH JUNI WIYANINGSIH	81	83	0,11
25	MADE ARYA WIDIARTA	79	84	0,25
26	MADE RAYNDRA PRADNYA DEVA	83	86	0,17
27	NGURAH ADITYA PRADNYANA	82	86	0,25
28	NI KADEK EDYSTIYANI YUNINTA	80	84	0,22
29	NI KADEK FEBRI WIDI WAHYUNI	82	84	0,11
30	NI LUH APRILIA DEWI	77	85	0,34
31	NI LUH TIWIK DEVIYANI	78	85	0,32
32	NI PUTU AYU PRISA AISWARI	81	85	0,22
33	NI PUTU WIDYA AMELIA PUTRI	78	86	0,37
34	PT PRICILLYA PUTRI	78	84	0,28
35	PUTU ARTANATHA GUNA MAHESA	82	85	0,20
36	I KADEK SATVIKA DHARMA	82	84	0,11
37	PUTU STEVANI KUSUMA ARTANA	84	87	0,18
38	PUTU WIWIN ARIANTI	80	84	0,19
39	RAAJAZH PUTRA PRATAMA NAENA	77	85	0,36
40	PUTU NADIN PRADNYAN PUTRE	81	84	0,15



Lampiran 12 Output IBM SPSS 25.0 for Windows Hasil Analisis Deskriptif

Descriptives

Kelas		Statistic	Std. Error
Nilai	XI C	Mean	.3857
		95% Confidence Interval	
		Lower Bound	.3404
		for Mean	
		Upper Bound	.4311
		5% Trimmed Mean	.3864
		Median	.4050
		Variance	.020
		Std. Deviation	.14189
		Minimum	.05
		Maximum	.71
		Range	.66
		Interquartile Range	.21
		Skewness	-.212
	Kurtosis	-.067	.733
XI E		Mean	.2385
		95% Confidence Interval	
		Lower Bound	.2046
		for Mean	
		Upper Bound	.2724
		5% Trimmed Mean	.2381
		Median	.2300
	Variance	.011	
	Std. Deviation	.10609	

Minimum	.03	
Maximum	.49	
Range	.46	
Interquartile Range	.18	
Skewness	.150	.374
Kurtosis	-.495	.733



Lampiran 13 Output IBM SPSS 25.0 for Windows Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	XI C	.084	40	.200*	.986	40	.904
	XI E	.099	40	.200*	.979	40	.663

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Lampiran 14 Output IBM SPSS 25.0 for Windows Hasil Uji Homogenitas Varians

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Nilai	Based on Mean	2.218	1	78	.140
	Based on Median	1.995	1	78	.162
	Based on Median and with adjusted df	1.995	1	68.828	.162
	Based on trimmed mean	2.206	1	78	.141



Lampiran 15 Output IBM SPSS 25.0 for Windows Hasil Uji t Hasil belajar Kuda – Kuda

Group Statistics

	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error
Nilai	XI C	40	.3858	.14189	.02243
	XI E	40	.2385	.10609	.01677

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Nilai	Equal variances assumed	2.218	.140	5.257	78	.000	.14725	.02801	.09148	.20302
	Equal variances not assumed			5.257	72.221	.000	.14725	.02801	.09141	.20309



Lampiran 16 Modul Ajar *Project Based Blended Learning (PjBBL)*

MODUL AJAR

PENCAK SILAT

“Teknik Kuda-Kuda”

Disusun oleh:
I Gede Berata



MODUL AJAR PJOK SMA FASE F KELAS 11

1	Informasi Umum Perangkat Ajar		
	Nama	:	I Gede Berata
	Instansi	:	SMA Negeri 2 Singaraja
	Kelas / Fase	:	XI C / F
	Alokasi Waktu	:	3 Pertemuan (6 JP 45 menit)
2	Tujuan Pembelajaran		
	Kopetensi Awal	:	Peserta didik telah mengenal dan mampu mempraktikkan kuda – kuda pencak silat
	Elemen Pembelajaran	Capaian :	Pada akhir fase F peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan sesuai ragam pola yang ada berupa penerapan keterampilan gerak (motor skills) permainan dan olahraga, aktivitas senam, bela diri aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional) dengan berbagai bentuk taktik dan strategi.
	Tujuan Pembelajaran	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempraktikkan aktivitas teknik kuda - kuda pencak silat 2. Memahami fakta, konsep, dan prosedur aktivitas teknik kuda – kuda pencak silat. 3. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menyimak arahan dan umpan balik yang diberikan guru, mulai dapat menghormati orang lain, serta menerima ragam keriangian yang



			didapat melalui aktivitas kuda - kuda pencak silat.
	Kata Kunci	:	Pencak Silat, Teknik Kuda – Kuda Pencak Silat
3	Profil Pelajar Pancasila yang Berkaitan		
	Profil Pelajar Pancasila	:	Profil Pelajar Pancasila yang dikembangkan pada Fase F adalah mengembangkan 6 dimensi, yaitu Beriman, Bertakwa kepada Tuhan, Berkebinekaan Global, Bergotong Royong, Mandiri, Bernalar Kritis, dan Kreatif melalui proses pembelajaran kuda – kuda pencak silat.
4	Sarana dan Prasarana		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lapangan Olahraga atau Ruang Kelas yang Cukup 2. Heandphone 3. Internet 4. Modul 5. LKPD 6. Matras (Jika Ada) 		
5	Target Siswa		
	<input checked="" type="checkbox"/> Siswa/I regular/tipikal		
6	Jumlah Siswa		
	<input checked="" type="checkbox"/> Maksimal 40 Orang		
7	Ketersediaan Materi		
	<input checked="" type="checkbox"/> Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA . <input checked="" type="checkbox"/> Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas, untuk peserta didik yang sulit memahami konsep: YA .		
8	Model Pembelajaran		
	<input checked="" type="checkbox"/> Project Based Blanded Learning (<i>PjBBL</i>)		
9	Materi, Media dan Bahan Pembelajaran		



1. Materi Pokok Pembelajaran

a. Materi Pembelajaran Reguler teknik kuda – kuda pencak silat.

Aktivitas pembelajaran teknik kuda – kuda pencak silat melalui:

a) Aktivitas Pembelajaran 1 Pertanyaan Mendasar (asinkronous)

(1) Mengajukan pertanyaan mendasar apa yang harus dilakukan peserta didik terhadap topik materi melalui google classroom/WAG satu hari sebelum pembelajaran langsung di sekolah

(2) Peserta didik mencermati materi yang diberikan melalui WAG/google classroom berupa multimedia interaktif berbasis *Website*.

b) Aktivitas Pembelajaran 2 Mendesain Perencanaan Produk (sinkronous)

(1) Peserta didik berdiskusi menyusun rencana pembuatan proyek bersama – sama di lapangan, pembagian tugas dan mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.

(2) Peserta didik menyusun jadwal penyelesaian proyek dengan memperhatikan batas waktu yang diberikan

(3) Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/google classroom.

c) Aktivitas Pembelajaran 3 Pemantapan Pembuatan Jadwal Pengerjaan Proyek (sinkronous).

(1) Peserta didik melaksanakan proses pemantapan pembuatan project yang sudah diberikan.

(2) Peserta didik juga bisa melaksanakan pembuatan project dan menyesuaikan kembali jadwal yang sudah di susun pada pertemuan sebelumnya.

(3) Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika ada permasalahan dan kekeliruan dalam proses pembelajaran.



d) Aktivitas Pembelajaran 4 Memonitor Keaktifan dan Perkembangan Proyek (asinkronous)

(1) Peserta didik melaporkan perkembangan dan bimbingan pemecahan masalah pembuatan proyek.

(2) Peserta didik mengirimkan bukti fisik pengerjaan proyek melalui pranala Google Drive Yang ditautkan pada *Website* pembelajaran.

(3) Guru memantau proses pengerjaan dan perkembangan proyek bukti fisik yang dikirimkan peserta didik, guru juga memberikan arahan jika ada kesulitan dalam pengerjaan proyek.

e) Aktivitas Pembelajaran 5 Menguji Hasil dan Evaluasi (sinkronous) dan (asinkronous)

(1) Presentasi terkait kelayakan proyek yang telah dirancang setiap kelompok dengan mempresentasikan gerak yang sudah dirancang dalam video.

(2) Guru mengevaluasi proyek yang telah dibuat dan menilai proses praktik dan presentasi

e) Aktivitas Pembelajaran 6 Evaluasi Pengalaman Belajar

1) Pembelajaran asinkronous berlangsung melalui WhatsApp Group (WAG) dan *Website*, yang digunakan untuk merevisi proyek berdasarkan masukan dari guru.

2) Mengumpulkan proyek akhir yang telah disempurnakan, serta melaksanakan evaluasi pembelajaran melalui pada platform *Website*.

2. Media Pembelajaran

a. Multimedia interaktif berbasis *Website*

<https://sites.google.com/undiksha.ac.id/mulmedpembelajaranpencak-silat/home>

b. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan teknik kuda

–

kuda pencak silat



	<p>3. Bahan Pembelajaran</p> <p>a. Buku ajar/modul</p> <p>b. Lembar Kerja Peserta didik (Student work sheet yang berisi perintah dan indikator tugas gerak)</p> <p>c. Link multimedia interaktif berbasis <i>Website</i></p>	
	Moda Pembelajaran	
	<input checked="" type="checkbox"/> Blended Learning	
11	Kegiatan Pembelajaran Utama	
	Pengaturan Siswa <input checked="" type="checkbox"/> Berpasangan <input checked="" type="checkbox"/> Berkelompok (8 orang)	Metode <input checked="" type="checkbox"/> Diskusi <input checked="" type="checkbox"/> Demonstrasi <input checked="" type="checkbox"/> Eksplorasi <input checked="" type="checkbox"/> Presentasi <input checked="" type="checkbox"/> Project
12	Asesmen	
	Kriteria untuk Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran <input checked="" type="checkbox"/> Asesmen Individu <input checked="" type="checkbox"/> Asesmen Kelompok Jenis Asesmen <input checked="" type="checkbox"/> Performa Presentasi (hasil proyek yang dibuat) <input checked="" type="checkbox"/> Sikap (Profil Pelajar Pancasila) <input checked="" type="checkbox"/> Praktek (test kemampuan gerak sesuai materi yang diberikan)	
13	Pemahaman Bermakna	
	Kuda-kuda dalam pencak silat adalah kemampuan peserta didik untuk menyadari bahwa kuda-kuda bukan hanya sekadar posisi dasar, melainkan fondasi penting dalam setiap gerakan silat. Melalui penguasaan kuda-kuda, peserta didik memahami bagaimana menjaga keseimbangan tubuh, menyalurkan tenaga, serta mempersiapkan diri untuk melakukan serangan maupun pertahanan secara efektif. Kuda-kuda juga menanamkan nilai disiplin, konsentrasi, dan kesadaran tubuh (body awareness) yang dapat	



	diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjaga postur saat berdiri, berjalan, atau melakukan aktivitas fisik lainnya.
14	Pertanyaan Pemantik
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengapa peserta didik perlu menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan keterampilan gerak kuda – kuda pencak silat? 2. Jika peserta didik memiliki kemampuan beladiri pencak silat yang handal apa saja yang bisa diperolehnya?
15	Urutan Kegiatan Pembelajaran
PERTEMUAN I (ASINKRONOUS)	
Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>Website</i>.
Kegiatan Inti (60 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengajukan pertanyaan mendasar apa yang harus dilakukan peserta didik terhadap topik materi melalui google classroom/WAG satu hari sebelum pembelajaran langsung di sekolah 2. Peserta didik mencermati materi yang diberikan melalui WAG/google classroom berupa multimedia interaktif berbasis <i>Website</i>, dan mengikuti intruksi – intruksi yang ada di link <i>Website</i>.



	<ol style="list-style-type: none"> 3. Guru juga mengingatkan pada pertemuan selanjutnya akan membahas tentang materi yang ada di link <i>Website</i> tersebut.
Kegiatan Penutup (5 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini. 2. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya. 3. Guru mengucapkan salam penutup.
PERTEMUAN II (SINKRONOUS TATAP MUKA)	
Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: <ol style="list-style-type: none"> a. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas. b. Alat Tulis c. Stopwatch d. Media Pembelajaran yang Digunakan
Pendahuluan (10 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam kepada peserta didik untuk mengawali pembelajaran dengan hal positif. 2. Guru mengkondisikan peserta didik dengan menanyakan kabar peserta didik



	<ol style="list-style-type: none"> 3. Guru beserta peserta didik mengawali pembelajaran dengan berdo'a. 4. Guru mengecek kehadiran peserta didik 5. Guru bersama peserta didik mempersiapkan kelas agar lebih kondusif untuk proses belajar mengajar dengan mengecek kebersihan ruang kelas, selanjutnya mengecek kesiapan dan kerapian peserta didik. 6. Guru mengadakan ice breaking untuk memacu semangat peserta didik.
	Motivasi
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik Kuda – Kuda Pencak 2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik Kuda – Kuda Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari
Kegiatan Inti (70 menit)	<p>Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi Yang Diberikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik Kuda – Kuda yang sudah di berikan pada pertemuan Pertama yang dilakukan secara asinkronus, dikirim melalui <i>WA/Google Classroom</i>. 2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan gerak. 3. Guru melakukan pre test materi Kuda – Kuda Pencak Silat untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik.



Fase 2: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran berbasis *Projec*

1. Guru membagi peserta didik ke dalam kelompok heterogen yang terdiri dari 4-5 orang dan meminta peserta didik untuk duduk bersama dengan anggota kelompoknya.
2. Guru meminta siswa untuk membuka materi multi media interaktif berbasis *Website* yang sudah dikirimkan pada pertemuan sebelumnya
3. Peserta didik diminta untuk memahami intruksi yang ada pada multimedia interaktif berbasis *Website*.
4. Peserta didik berdiskusi menyusun rencana pembuatan proyek bersama – sama di lapangan, pembagian tugas dan mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.

Fase 3: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pemantapan Gerak

1. Setelah proses diskusi, setiap kelompok akan berlatih Teknik Kuda – Kuda pada materi Pencak Silat untuk pemantapan gerak guna persiapan dalam pembuatan video *project* yang tertera pada *Website*.
2. Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika ada permasalahan dan kekeliruan dalam proses pembelajaran.
3. Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek



	berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/google classroom.
Kegiatan Penutup (10 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mrnginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan. 2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas 3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari. 4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran 5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini. 6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya. 7. Guru mengucapkan salam penutup.
PERTEMUAN III (SINKRONOUS TATAP MUKA)	
Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: <ul style="list-style-type: none"> e. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas.



	<p>f. Alat Tulis</p> <p>g. Stopwach</p> <p>h. Media Pembelajaran yang Digunakan</p>
<p>Pendahuluan (10 menit)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam kepada peserta didik untuk mengawali pembelajaran dengan hal positif. 2. Guru mengkondisikan peserta didik dengan menanyakan kabar peserta didik 3. Guru beserta peserta didik mengawali pembelajaran dengan berdo'a. 4. Guru mengecek kehadiran peserta didik 5. Guru bersama peserta didik mempersiapkan kelas agar lebih kondusif untuk proses belajar mengajar dengan mengecek kebersihan ruang kelas, selanjutnya mengecek kesiapan dan kerapian peserta didik. 6. Guru mengadakan ice breaking untuk memacu semangat peserta didik.
	<p>Motivasi</p>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik Kuda – Kuda Pencak Silat. 2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik Kuda – Kuda Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari
<p>Kegiatan Inti (70 menit)</p>	<p>Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi Yang Diberikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik Kuda – Kuda



	<p>yang sudah di berikan pada pertemuan kedua yang dilakukan secara sinkronous.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan proses pembelajaran gerak. <p>Fase 2: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran berbasis <i>Projec</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengintruksikan kepada siswa untuk kembali ke kelompok masing – masing yang sudah dibentuk pada pertemuan sebelumnya. 2. Guru meminta siswa untuk membuka kembali materi multimedia interaktif berbasis <i>Website</i> yang sudah dikirimkan pada pertemuan sebelumnya. 3. Peserta didik diminta untuk memahami intruksi yang ada pada multimedia interaktif berbasis <i>Website</i>. 4. Peserta didik melaksanakan proses pemantapan pembuatan project yang sudah diberikan. 5. Peserta didik juga bisa melaksanakan pembuatan project dan menyesuaikan kembali jadwal yang sudah di susun pada pertemuan sebelumnya. <p>Fase 3: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pemantapan Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika ada permasalahan dan kekeliruan dalam proses pembelajaran. 2. Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek
--	---



	berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/google classroom.
Kegiatan Penutup (10 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mrnginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan. 2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas 3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari. 4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran 5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini. 6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya. 7. Guru mengucapkan salam penutup.
PERTEMUAN IV (ASINKRONOUS)	
Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>Website</i>.



<p>Kegiatan Inti (60 menit)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik melaporkan perkembangan dan bimbingan pemecahan masalah pembuatan proyek. 2. Peserta didik mengirimkan bukti fisik pengerjaan proyek melalui pranala Google Drive Yang ditautkan pada <i>Website</i> pembelajaran. 3. Guru memantau proses pengerjaan dan perkembangan proyek bukti fisik yang dikirimkan peserta didik, guru juga memberikan arahan jika ada kesulitan dalam pengerjaan proyek.
<p>PERTEMUAN V (SINKRONOUS TATAP MUKA)</p>	
<p>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</p>	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: <ol style="list-style-type: none"> a. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas. b. Alat Tulis c. Stopwatch d. Media Pembelajaran yang Digunakan e. Instrumen penilaian gerak
<p>Pendahuluan (10 menit)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam kepada peserta didik untuk mengawali pembelajaran dengan hal positif.



	<ol style="list-style-type: none"> 2. Guru mengkondisikan peserta didik dengan menanyakan kabar peserta didik, 3. Guru beserta peserta didik mengawali pembelajaran dengan berdoa'a. 4. Guru mengecek kehadiran peserta didik 5. Guru bersama peserta didik mempersiapkan kelas agar lebih kondusif untuk proses belajar mengajar dengan mengecek kebersihan ruang kelas, selanjutnya mengecek kesiapan dan kerapian peserta didik. 6. Guru mengadakan ice breaking untuk memacu semangat peserta didik.
	<p>Motivasi</p>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik Kuda – Kuda Pencak Silat, peserta didik mampu menerapkan konsep lingkaran dalam memecahkan permasalahan kontekstual dengan tepat 2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik Kuda – Kuda Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari
<p>Kegiatan Inti (70 menit)</p>	<p>Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi Yang Diberikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik Kuda – Kuda yang sudah di berikan pada pertemuan sebelumnya yang dilakukan secara asinkronus, dikirim melalui WA/Google Classroom.



	<ol style="list-style-type: none"> 2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan proses pembelajaran gerak. 3. Guru melakukan post test materi Kuda – Kuda Pencak Silat untuk mengetahui kemampuan motorik akhir dari peserta didik. 4. Setiap kelompok yang sudah dibentuk melakukan presentasi gerak sesuai dengan proyek yang sudah dibuat. <p>Fase 2: Mengevaluasi Proses Presentasi Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan evaluasi dan masukan terhadap hasil presentasi yang dilakukan oleh setiap kelompok.
<p>Kegiatan Penutup (10 menit)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mrnginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan. 2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas. 3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari. 4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran. 5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini. 6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya. 7. Guru mengucapkan salam penutup.



PERTEMUAN VI (ASINKRONOUS)	
Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)	Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi kuda – kuda pencak silat. 3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>Website</i>.
Kegiatan Inti (60 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pembelajaran asinkronus berlangsung melalui WA Group dan <i>Website</i>, yang digunakan untuk merevisi proyek berdasarkan masukan dari guru. 2. Mengumpulkan proyek akhir yang telah disempurnakan, serta melaksanakan evaluasi pembelajaran melalui pada platform <i>Website</i>.
16	Refleksi Peserta Didik Dan Pendidik
Refleksi Guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah pembelajaran yang saya lakukan sudah sesuai dengan apa yang saya rencanakan? 2. Bagian rencana pembelajaran manakah yang sulit dilakukan? 3. Apa yang dapat saya lakukan untuk mengatasi hal tersebut? 4. Berapa persen peserta didik yang berhasil mencapai tujuan pembelajaran? 5. Apa kesulitan yang dialami oleh peserta didik yang belum mencapai tujuan pembelajaran?



	6. Apa yang akan saya lakukan untuk membantu mereka?
Refleksi Peserta Didik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang kamu pelajari hari ini? 2. Apa yang sudah kamu kuasai dari pelajaran hari ini? 3. Apa yang belum kamu kuasai dari pelajaran hari ini? 4. Bagaimana perasaanmu hari ini?
17	Pengayaan dan Remedial
Pengayaan	<p>Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. Pengayaan dilakukan dengan cara menaikkan tingkat kesulitan permainan dengan cara mengubah jumlah pemain, memperketat peraturan, menambah alat yang digunakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.</p>
Remedial	<p>Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.</p>
18	Bahan Bacaan



	<p>Bahan Bacaan Siswa</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Buku, Internet, multi media berbasis <i>Website</i> dan sumber lainnya mengenai teknik kuda - kuda pada materi Pencak Silat 	<p>Bahan Bacaan Guru</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Buku teknik dasar pencak Silat <input checked="" type="checkbox"/> E-book <input checked="" type="checkbox"/> Video <input checked="" type="checkbox"/> Artikel
19	Golosorium	
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Asinkronus</i> adalah Pembelajaran yang dilakukan tidak pada waktu yang sama; peserta didik belajar melalui media daring seperti <i>Google Classroom</i> atau <i>WhatsApp Group</i> secara mandiri. • <i>Blended Learning</i> adalah Model pembelajaran yang menggabungkan metode tatap muka (<i>luring</i>) dengan pembelajaran daring (<i>online</i>). • Capaian Pembelajaran (CP) adalah Kompetensi yang harus dicapai peserta didik pada akhir fase pembelajaran, mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap. • Fase F merupakan Tahapan pembelajaran pada jenjang SMA kelas XI dan XII sesuai struktur Kurikulum Merdeka. • Kuda-Kuda Pencak Silat merupakan Posisi dasar dalam pencak silat yang berfungsi menjaga keseimbangan tubuh dan menjadi dasar untuk melakukan serangan atau pertahanan. • LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik) merupakan Lembar kegiatan yang berisi instruksi, panduan, dan tugas bagi peserta didik selama proses pembelajaran. • Multimedia <i>Interaktif</i> Berbasis <i>Website</i> adalah Media pembelajaran yang memadukan teks, gambar, audio, video, dan interaksi pengguna, dapat diakses melalui situs <i>web</i>. 	



- Pencak Silat merupakan Seni bela diri tradisional Indonesia yang mengandung unsur olahraga, seni, dan spiritualitas, serta berfokus pada pengendalian diri.
- Pemahaman Bermakna merupakan Makna atau nilai yang diperoleh peserta didik setelah memahami dan mengaitkan konsep pembelajaran dengan kehidupan nyata.
- Penilaian Autentik adalah Penilaian yang mengukur kemampuan peserta didik melalui tugas-tugas kontekstual yang mencerminkan keterampilan nyata, seperti proyek dan praktik.
- Profil Pelajar Pancasila merupakan Profil ideal peserta didik Indonesia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, mandiri, bergotong royong, bernalar kritis, dan kreatif.
- *Project Based Blended Learning (PjBBL)* adalah Model pembelajaran yang menggabungkan pendekatan berbasis proyek dengan sistem *blended learning*, sehingga peserta didik belajar melalui kegiatan proyek nyata secara tatap muka dan daring.
- Remedial merupakan Program perbaikan yang diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai kompetensi minimal agar dapat memperbaiki hasil belajarnya.
- Sikap Disiplin adalah Tindakan mematuhi aturan, mengikuti instruksi, dan menyelesaikan tugas tepat waktu dalam kegiatan belajar.
- *Sinkronus* merupakan Pembelajaran yang dilakukan secara bersamaan antara guru dan peserta didik pada waktu yang sama, baik tatap muka maupun daring langsung.
- Tes Keterampilan adalah Uji kemampuan peserta didik dalam menampilkan keterampilan gerak tertentu, seperti kuda-kuda depan, belakang, dan tengah pada pencak silat.

1. Penilaian Sikap

a. Kisi – Kisi Penilaian Sikap



Kreteria	Indikator	Skor			
		1	2	3	4
Disiplin	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tertib mengikuti instruksi 2. Mengerjakan tugas tepat waktu 3. Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta 4. Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif 				
Jujur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya 2. Tidak menutupi kesalahan yang terjadi 3. Tidak menyontek atau melihat data/pekerjaan orang lain 4. Mencantumkan sumber belajar 				
Tanggung Jawab	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengerjakan kelompok secara bersama 2. Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok 3. Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan 4. Merapikan kembali ruang, alat dan peralatan belajar yang digunakan 				
Santun	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berinteraksi dengan teman secara ramah 2. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan 3. Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat 4. Berpilaku sopan 				
TOTAL SKOR		16			

b. Rubrik Penilaian Sikap



No	Nama	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Skor	Nilai
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d		
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			

c. Petunjuk Penilaian (Lembar Penilaian Sikap Diri)

1. Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/ Pernyataan instrumen
2. Berikan skor yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
3. Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala
4. dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)

Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

5. Berikan skor sesuai dengan pengamatan Bapak/Ibu contoh, berikan skor 1 jika sikap a yang dilakukan siswa tidak sesuai, berikan skor 4 jika sikap yang dilakukan siswa sangat sesuai dengan kisi – kisi instrument penilaian.

Keterangan

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)

Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

$$N = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

2. Penilaian Pengetahuan

- a. Kisi – Kisi Penilaian Kognitif



NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA
1	<p>Tujuan utama dari penggunaan berbagai jenis kuda-kuda dalam pencak silat adalah ...</p> <p>E. Menunjukkan gaya bertarung</p> <p>F. Menjaga keseimbangan dan kesiapan tubuh dalam bertahan</p> <p>G. Menambah keindahan Gerak</p> <p>H. Mempercepat serangan</p> <p>Jawaban : B. Menjaga keseimbangan dan kesiapan tubuh dalam bertahan</p>
2	<p>Saat melakukan kuda-kuda tengah, posisi kedua lutut yang benar adalah ...</p> <p>E. Lurus dan rapat</p> <p>F. Kedua kaki Ditekuk dengan posisi sejajar, berat badan di pusatkan di Tengah</p> <p>G. Satu ditekuk, satu lurus ke depan</p> <p>H. Menyilang ke belakang</p> <p>Jawaban: B. Ditekuk dan sejajar, berat badan di tengah</p>
3	<p>Jika seorang pesilat ingin mempertahankan keseimbangan dari serangan tendangan depan , kuda-kuda yang paling efektif digunakan adalah ...</p> <p>E. Kuda-kuda depan</p> <p>F. Kuda-kuda belakang</p> <p>G. Kuda-kuda Tengah</p> <p>H. Kuda-kuda depan dan Tengah</p> <p>Jawab: A. Kuda – kuda depan</p>
4	<p>Mengapa kuda-kuda depan lebih sering digunakan untuk melakukan serangan jarak dekat?</p> <p>E. Karena posisi tubuh condong ke depan dan stabil untuk melangkah</p> <p>F. Karena berat badan bertumpu di depan</p> <p>G. Karena mudah menghindar</p> <p>H. Karena kaki sejajar dan diam di tempat</p> <p>Jawab: A. Karena posisi tubuh condong ke depan dan stabil untuk melangkah</p>
5	<p>Dalam kuda-kuda belakang, pusat berat badan berada di ...</p> <p>E. Kaki depan</p>

	<p>F. Kaki belakang</p> <p>G. Kedua kaki sama rata</p> <p>H. Ujung jari kaki belakang</p> <p>Jawab: B. Kaki belakang</p>
6	<p>Apa akibat jika posisi badan terlalu condong saat melakukan kuda-kuda depan ?</p> <p>E. Keseimbangan meningkat</p> <p>F. Mudah jatuh ke depan</p> <p>G. Daya dorong dan serangan menjadi kuat</p> <p>H. Kecepatan langkah bertambah</p> <p>Jawab: B. Mudah jatuh ke depan</p>
7	<p>Dalam situasi bertahan dari dua arah serangan sekaligus, dari depan dan samping, bentuk kuda-kuda yang paling stabil adalah ...</p> <p>E. Kuda-kuda depan</p> <p>F. Kuda-kuda belakang</p> <p>G. Kuda-kuda tengah</p> <p>H. Kuda-kuda silang</p> <p>Jawab : C. Kuda – kuda tengah</p>
8	<p>Mengapa kuda-kuda tengah disebut juga posisi <i>defensive</i> ?</p> <p>E. Karena berat badan berpindah sejajar</p> <p>F. Karena memungkinkan serangan cepat</p> <p>G. Karena fokusnya pada menahan serangan dari depan dan samping</p> <p>H. Karena digunakan hanya untuk bertahan</p> <p>Jawab: C. Karena fokusnya pada menahan serangan dari depan dan samping</p>
9	<p>Saat melakukan kuda-kuda tengah, kesalahan umum yang sering terjadi adalah ...</p> <p>E. Badan terlalu tegak</p> <p>F. Kedua lutut ditekuk sejajar</p> <p>G. Berat badan merata di kedua kaki</p> <p>H. Pandangan tidak fokus ke depan</p> <p>Jawab: D. Pandangan tidak fokus ke depan</p>



10	<p>Jika seorang pesilat ingin cepat berpindah arah sambil tetap seimbang, kombinasi kuda-kuda yang paling efektif digunakan adalah ...</p> <p>E. Tengah ke belakang F. Belakang ke depan G. Samping ke depan H. Tengah ke depan</p> <p>Jawab: D. Tengah ke depan</p>
11	<p>Dalam kuda-kuda depan, posisi kaki belakang yang benar adalah ...</p> <p>E. Lurus ke samping F. Sedikit Ditekuk dengan ujung kaki menghadap depan G. Lurus dengan tumit menghadap ke depan H. Menyilang ke belakang</p> <p>Jawab: B. Sedikit Ditekuk dengan ujung kaki menghadap depan</p>
12	<p>Apa hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kestabilan kuda-kuda?</p> <p>E. Tidak ada hubungan F. Kekuatan otot tungkai menentukan kemampuan bertahan dan berpindah posisi G. Otot tungkai hanya berperan saat menendang H. Semakin kuat otot, semakin cepat bergerak</p> <p>Jawab: B. Kekuatan otot tungkai menentukan kemampuan bertahan dan berpindah posisi</p>
13	<p>Saat melakukan kuda-kuda belakang, pandangan mata sebaiknya diarahkan ke ...</p> <p>E. Kaki belakang F. Belakang G. Depan H. Ke bawah tubuh</p> <p>Jawab: C. Depan</p>
14	<p>Dalam latihan pencak silat, fungsi latihan kombinasi teknik kuda-kuda pencak silat adalah ...</p> <p>E. Melatih gaya bertarung F. Meningkatkan keindahan Gerak</p>



	<p>G. Melatih keseimbangan, kelincahan, dan transisi antar posisi</p> <p>H. Persiapan pertandingan</p> <p>Jawab: C. Melatih keseimbangan, kelincahan, dan transisi antar posisi</p>
15	<p>Dalam pertandingan, pesilat yang memiliki kuda-kuda yang kuat dan fleksibel dalam berpindah posisi akan lebih unggul karena ...</p> <p>E. Mampu bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan</p> <p>F. Mampu menyerang terus menerus</p> <p>G. Pertahanan tubuh bagus</p> <p>H. Hanya fokus pada teknik tangan</p> <p>Jawab: A. Mampu bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan</p>
16	<p>Ketika seorang pesilat menghadapi lawan yang bergerak dari arah kanan, posisi kuda-kuda yang paling efektif untuk menjaga keseimbangan dan kesiapan serangan adalah...</p> <p>E. Kuda-kuda Tengah</p> <p>F. Kuda-kuda depan kiri</p> <p>G. Kuda-kuda samping kanan</p> <p>H. Kuda-kuda belakang</p> <p>Jawab: C. Kuda-kuda samping kanan</p>
17	<p>Apa tujuan utama pesilat menggunakan kuda-kuda tengah ?</p> <p>E. Agar dapat segera menyerang balik</p> <p>F. Untuk menjaga keseimbangan ke segala arah</p> <p>G. Supaya terlihat gagah di depan lawan</p> <p>H. Agar memusatkan kekuatan pada satu kaki</p> <p>Jawab: B. Untuk menjaga keseimbangan ke segala arah</p>
18	<p>e. Langkah maju dengan beban difokuskan pada kaki depan (posisi membentuk sudut 120 derajat), Membentuk kuda-kuda depan,</p> <p>f. Langkahkan kaki kiri atau kanan ke depan,</p> <p>g. Pandangan lurus ke depan.</p> <p>h. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar.</p> <p>Urutkan step by step tahap pelaksanaan Teknik kuda – kuda depan di atas!</p> <p>I. a-b-c-d</p> <p>J. b-a-d-c</p>



	<p>K. d-c-b-a</p> <p>L. c-b-d-a</p> <p>Jawab: B. b-a-d-c</p>
19	<p>Dalam kuda-kuda belakang, berat badan pesilat sebagian besar bertumpu pada...</p> <p>E. Kaki depan</p> <p>F. Kaki belakang</p> <p>G. Kedua kaki seimbang</p> <p>H. Ujung kaki belakang</p> <p>Jawab: B. Kaki belakang</p>
20	<p>i. Posisi telapak kaki depan lurus dan telapak kaki belakang membentuk sudut ± 120 derajat – 90 derajat. membentuk kuda-kuda belakang.</p> <p>j. Langkah kaki kiri atau kanan kebelakang, gunakan kaki belakang sebagai pusat beban,</p> <p>k. Pandangan lurus ke depan.</p> <p>l. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar.</p> <p>Urutkan step by step tahap pelaksanaan Teknik kuda – kuda depan di atas!</p> <p>I. a-b-c-d</p> <p>J. b-a-d-c</p> <p>K. d-c-b-a</p> <p>L. c-b-d-a</p> <p>Jawab: B. b-a-d-c</p>

b. Kisi Kisi Penilaian Proyek

NO	ASPEK PENILAIAN	SKOR			
		TS	CS	S	SS
1	Kualitas tampilan media				
2	Durasi video, minimal 2 menit maksimal 5 menit				
3	Kualitas suara/sound media				



4	Kelancaran video/gambar/teks dalam media				
5	Kejelasan video/gambar/teks dalam media				
6	Narasi media menggunakan bahasa yang mudah dipahami				
7	Gerakan yang ditampilkan sesuai dengan materi				
8	Alur gerakan yang ditampilkan sesuai dengan materi				
9	Kemenarikan pengemasan media				
10	Ketepatan dan kemenarikan media secara keseluruhan				

b. Rubrik Penelitian Proyek

No	Nama Kelompok	Aspek Penilaian										Skor	Nilai
		a	b	c	d	e	f	g	h	i	j		
1													
2													
3													
4													
5													

c. Petunjuk (Lembar Penilaian Proyek)

1. Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/pernyataan instrumen
2. Berikan skor yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
3. Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala
4. dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)



Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

5. Berikan skor sesuai dengan pengamatan Bapak/Ibu contoh, berikan skor 1 jika kriteria a yang dilakukan siswa tidak sesuai, berikan skor 4 jika kriteria yang dilakukan siswa sangat sesuai dengan kisi – kisi instrument penilaian.

Keterangan

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)

Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

$$N = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Kisi – Kisi Penilaian Keterampilan

a. Kisi – Kisi Penilaian Kuda Kuda Depan

No	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	d. Berdiri dengan sikap tegak 1 e. Pandangan lurus ke depan, f. Kedua lengan menempel di samping paha.				
2	Sikap Pelaksanaan	i. Langkahkan kaki kiri atau kanan ke depan, j. Langkah maju dengan beban difokuskan pada kaki depan (posisi				



		<p>membentuk sudut 120 derajat), Membentuk kuda-kuda depan,</p> <p>k. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar.</p> <p>l. Pandangan lurus ke depan.</p>				
3	Sikap Akhir	<p>d. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu,</p> <p>e. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha,</p> <p>f. Kemudian kembali ke sikap tegak.</p>				

b. Kisi – Kisi Penilaian Kuda – Kuda Belakang

No	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	<p>d. Berdiri dengan sikap tegak</p> <p>e. Pandangan lurus ke depan,</p> <p>f. Kedua lengan menempel di samping paha.</p>				
2	Sikap Pelaksanaan	m. Langkah kaki kiri atau kanan ke belakang,				



		<p>gunakan kaki belakang sebagai pusat beban,</p> <p>n. Posisi telapak kaki depan lurus dan telapak kaki belakang membentuk sudut ± 120 derajat – 90 derajat. membentuk kuda-kuda belakang.</p> <p>o. Posisi kaki depan dan kaki belakang tidak sejajar.</p> <p>p. Pandangan lurus ke depan.</p>				
3	Sikap Akhir	<p>d. Kaki yang dilangkahkan kebelakang ditarik ke depan mendekati kaki tumpu,</p> <p>e. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha,</p> <p>f. Kemudian kembali ke sikap tegak.</p>				

c. Kisi – Kisi Penilaian Kuda - Kuda Tengah

No	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	f. Berdiri dengan sikap tegak 1.				



		<p>g. Pandangan lurus ke depan,</p> <p>h. Kedua lengan menempel di samping paha.</p>				
2	Sikap Pelaksanaan	<p>e. Langkah kaki ke samping kiri dan kanan,</p> <p>f. Kedua kaki melebar sejajar dengan bahu \</p> <p>g. Membentuk kuda-kuda tengah, kedua lutut ditekuk 120 derajat, titik berat badan berada di tengah-tengah,</p> <p>h. Berat badan ditopang secara merata oleh kedua kaki,</p>				
3	Sikap Akhir	<p>f. Kaki yang dilangkahkan kesamping ditarik mendekati kaki tumpu,</p> <p>g. Kedua lengan terbuka menempel di samping paha,</p> <p>h. Kembali ke sikap tegak.</p>				

d. Rubrik Penilaian Keterampilan Sikap Kuda – Kuda



No	Nama	Sikap Awal			Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir			Skor	Nilai
		a	b	c	a	b	c	d	a	b	c		
1													
2													
3													
4													
5													

e. Petunjuk (Lembar Penilaian Keterampilan)

1. Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/ Pernyataan instrumen
2. Berikan skor yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
3. Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala
4. dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)

Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

5. Berikan skor sesuai dengan pengamatan Bapak/Ibu contoh, berikan skor 1 jika gerakan a yang dilakukan siswa tidak sesuai, berikan skor 4 jika gerakan yang dilakukan siswa sangat sesuai dengan kisi – kisi instrument penilaian.

Keterangan

Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)

Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)

Nilai 3 = Sesuai (S)

Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

$$N = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times x$$



Lampiran 17 Dokumentasi di Sekolah



RIWAYAT HIDUP



I Gede Berata, lahir di Rendang 14 Januari 2004. Penulis merupakan anak pertama dari pasangan suami istri, alm I Nengah Delun dan Ibu Ni Wayan Serima serta memiliki satu orang adik perempuan yakni Ni Kadek Dian Cahayani. Penulis berkewarganegaraan Indonesia dengan memeluk agama Hindu. Penulis beralamat di Jln Dewa Anom No 48 Rendang, Karangasem, Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan pada jenjang Sekolah Dasar di SD Nomor 2 Rendang dan lulus pada tahun 2016, kemudian dilanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 1 Rendang dan lulus pada tahun 2019, serta melanjutkan kembali pada jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Rendang dan lulus pada tahun 2022. Setelah menyelesaikan pada jenjang Sekolah Menengah Atas, penulis kembali melanjutkan ke pendidikan sarjana pada S1 Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir tahun 2026 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pengaruh Model *Project Based Blended Learning (PjBBL)* Berbantuan Multimedia Interaktif Berbasis *Website* Terhadap Hasil belajarPjok Materi Kuda – Kuda Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026”