



## Lampiran 1. Surat Tugas



**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: 78.04/UN48.12.5/PP/2025

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

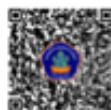
1. Nama : Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
 NIP : 198501172008121001  
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd.  
 NIP : 198403032008122004  
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Sebagai : Pembimbing Wakil

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

Nama : I Made Abdi Nugraha  
 NIM : 2216011117  
 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 Tangkisan Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2025/2026.

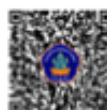
Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

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



- 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 Jitengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (0362) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 4 Maret 2025

Nomor : 306/UN48.12.1/PP/2025  
 Lampiran : -  
 Perihal : Ijin melakukan observasi

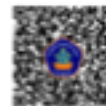
Yth. Kepala SMA Negeri 3 Singaraja  
 di  
 Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) ditwajibkan 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 Made Abdi Nugraha  
 Nomor Induk Mahasiswa : 2216011117  
 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 Suratna

NIP.198501172008121001



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"
- Dekan dan/atau Wakil Dekan telah menandatangani dan menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BLU
- Sertifikat dapat divalidasi melalui laman [www.bl.gov.id](https://www.bl.gov.id) dengan menggunakan qr code yang tertera pada

## Lampiran 3. Surat Izin Melakukan Penelitian



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

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

Singaraja, 22 Agustus 2025

Nomor : 1343/UN48.12.1/PT.01.04/2025  
 Lampiran : -  
 Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SMA Negeri 3 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 Made Abdi Nugraha
Nomor Induk Mahasiswa	: 2216011117
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 Tangkisan Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 3 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



**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 4. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B.10.400.3.8/008/SMAN 3 SINGARAJA/DIKPORA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. I Putu Eka Wilantara, M. Pd  
 NIP : 19740718 199903 1 005  
 Jabatan : Kepala SMA Negeri 3 Singaraja

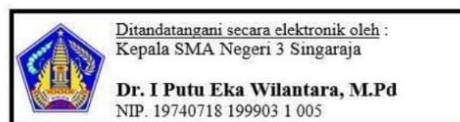
Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : I Made Abdi Nugraha  
 NIM : 2216011117  
 Tempat/Tanggal Lahir : Denpasar, 05 Maret 2004  
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Instansi : Universitas Pendidikan Ganesha  
 Judul Penelitian : Pengaruh Model *Project Based Blended Learning (Pjbb)*  
 Berbantuan Multimedia Interaktif Berbasis *Website* Terhadap  
 Hasil Belajar Pjok Materi Tangkisan Pencak Silat Pada Peserta  
 Didik Kelas XI SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Ajaran  
 2025/2026

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Penelitian Pengambilan Data di SMA Negeri 3 Singaraja, pada tanggal 15 Oktober s/d 10 Desember 2025.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Bali  
 Pada tanggal : 5 Januari 2026



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik (TTE).  
 Scan/Klik QR Code untuk informasi TTE.  
 Upload file pada <https://lte.komdigi.go.id/verify/PDF> untuk cek keaslian file.



## Lampiran 5. Surat Tugas Validitas Instrumen



**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: 0017/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 Sphyawati, 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 Made Abdi Nugraha  
 NIM : 2216011117  
 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 Tangkisan Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Ajaran 2025/2026.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 05 Januari 2026  
 Ketua Jurusan,



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



- 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 6. Instrumen Observasi Awal

**INSTRUMEN OBSERVASI**

Nama : I Made Abdi Nugraha  
 Semester : 6 (enam)  
 Sekolah : SMA Negeri 3 Singaraja  
 Kelas : XI  
 Lokasi : Buleleng, Bali

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 tangkisan?	
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 7. Data Uji Validitas Isi Penilaian Psikomotor

Aspek Psikomotor Tangkisan Tepis	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	a. Berdiri dalam posisi tegak. b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan. c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	a. Gerakkan salah satu kaki ke arah depan. Kaki yang satunya tetap berada di posisi belakang membentuk kuda-kuda depan. b. Lakukan tangkisan dengan satu tangan (kanan/kiri), dan kedua telapak tangan dalam posisi terbuka. c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi dalam telapak tangan, dengan arah luar ke dalam membentuk setengah lingkaran dan mengarah ke depan badan atau ke arah serangan.	4	4	D
Sikap Akhir	a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu b. Posisi tangan menempel di samping paha c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).	4	4	D

Aspek Psikomotor Tangkisan Gedik	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	a. Berdiri dalam posisi tegak. b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan. c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	a. Gerakkan salah satu kaki melangkah ke depan. Kaki	4	4	D

Aspek Psikomotor Tangkisan Gedik	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<p>yang lainnya tetap berada di belakang dengan membentuk posisi kuda-kuda depan.</p> <p>b. Tangkisan dilakukan menggunakan salah satu lengan dengan posisi tangan mengepal.</p> <p>c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi bawah dalam lengan, dengan arah gerakan dari atas ke bawah.</p>			
Sikap Akhir	<p>a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu</p> <p>b. Posisi tangan menempel di samping paha</p> <p>c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).</p>	4	4	D

Aspek Psikomotor Tangkisan Kelit	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Sikap Awal	<p>a. Berdiri dalam posisi tegak.</p> <p>b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan.</p> <p>c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.</p>	4	4	D
Sikap Pelaksanaan	<p>a. Langkahkan salah satu kaki ke depan, dengan membentuk posisi kuda-kuda depan.</p> <p>b. Tangkisan dilakukan dengan satu lengan dengan posisi telapak tangan terbuka.</p> <p>c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi luar telapak tangan. Gerakan tangkisan dilakukan dari dalam ke luar atau sebaliknya.</p>	4	4	D
Sikap Akhir	<p>a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu</p>	4	4	D

Aspek Psikomotor Tangkisan Kelit	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	b. Posisi tangan menempel di samping paha c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).			



Lampiran 8. Data Uji Validitas Isi Penilaian Pengetahuan

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	<p>Bagian tubuh yang digunakan untuk melakukan tangkisan tepis adalah....</p> <p>a. Punggung tangan bagian luar</p> <p>b. Sisi bawah dalam lengan</p> <p>c. Sisi dalam telapak tangan</p> <p>d. Punggung lengan bagian atas</p> <p>e. Telapak tangan bagian Tengah</p> <p><b>Jawaban: C. Sisi dalam telapak tangan</b></p>	4	4	D
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	<p>Arah gerakan tangkisan tepis dilakukan....</p> <p>a. Dari bawah ke atas</p> <p>b. Dari dalam ke luar</p> <p>c. Dari depan ke belakang</p> <p>d. Dari luar ke dalam membentuk setengah lingkaran</p> <p>e. Dari atas ke bawah</p> <p><b>Jawaban: D. Dari luar ke dalam membentuk setengah lingkaran</b></p>	4	4	D
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	<p>Tangkisan gedik dilakukan dengan bagian tubuh....</p> <p>a. Sisi luar telapak tangan</p> <p>b. Sisi atas punggung tangan</p> <p>c. Sisi bawah dalam lengan</p> <p>d. Sisi luar lengan</p> <p>e. Telapak tangan terbuka</p> <p><b>Jawaban: C. Sisi bawah dalam lengan</b></p>	4	4	D
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	<p>Gerakan pada tangkisan gedik dilakukan dengan arah....</p> <p>a. Dari atas ke bawah</p> <p>b. Dari luar ke dalam</p> <p>c. Dari dalam ke luar</p> <p>d. Dari bawah ke atas</p> <p>e. Dari depan ke belakang</p>	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<b>Jawaban: A. Dari atas ke bawah</b>			
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	Bagian tubuh yang digunakan pada tangkisan kelit adalah.... a. Telapak tangan bagian dalam b. Sisi luar telapak tangan c. Sisi bawah dalam lengan d. Punggung tangan e. Telapak tangan tengah <b>Jawaban: B. Sisi luar telapak tangan</b>	4	4	D
Memahami teknik dasar tangkisan pencak silat	Arah gerakan tangkisan kelit yang benar adalah.... a. Dari luar ke dalam saja b. Dari atas ke bawah c. Dari depan ke belakang d. Dari dalam ke luar atau sebaliknya e. Dari bawah ke atas <b>Jawaban: D. Dari dalam ke luar atau sebaliknya</b>	4	4	D
Menganalisis unsur pendukung teknik tangkisan	Fungsi utama posisi kuda-kuda depan dalam pelaksanaan tangkisan adalah.... a. Menambah keindahan gerakan b. Membuat gerakan lebih cepat c. Menjaga keseimbangan tubuh saat menangkis d. Menambah kekuatan pukulan e. Mengatur jarak serangan <b>Jawaban: C. Menjaga keseimbangan tubuh saat menangkis</b>	4	4	D
Memahami rangkaian gerak tangkisan	Setelah melakukan tangkisan tepis, sikap akhir yang benar adalah.... a. Menarik kaki depan mendekati kaki tumpu b. Melangkah ke belakang	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<p>dua langkah</p> <p>c. Mengangkat kedua tangan ke atas kepala</p> <p>d. Menundukkan kepala</p> <p>e. Membuka kedua tangan ke samping</p> <p><b>Jawaban: A. Menarik kaki depan mendekati kaki tumpu</b></p>			
Menganalisis kesalahan gerak	<p>Kesalahan umum dalam pelaksanaan tangkisan gedik adalah....</p> <p>a. Mengarahkan pandangan ke arah serangan</p> <p>b. Posisi tangan tidak sejajar dengan arah serangan</p> <p>c. Melangkah dengan kuda-kuda depan</p> <p>d. Mengembalikan tangan ke posisi semula</p> <p>e. Menjaga tubuh tetap tegak</p> <p><b>Jawaban: B. Posisi tangan tidak sejajar dengan arah serangan</b></p>	4	4	D
Menerapkan teknik tangkisan	<p>Saat lawan menyerang dengan pukulan lurus ke dada, tangkisan yang paling efektif digunakan adalah....</p> <p>a. Tangkisan tepis</p> <p>b. Tangkisan kelit</p> <p>c. Tangkisan gedik</p> <p>d. Tangkisan belakang</p> <p>e. Tangkisan sapuan</p> <p><b>Jawaban: A. Tangkisan tepis</b></p>	4	4	D
Menerapkan teknik tangkisan	<p>Jika lawan menyerang dengan pukulan dari arah atas, teknik tangkisan yang paling tepat adalah....</p> <p>a. Tangkisan tepis</p> <p>b. Tangkisan kelit</p> <p>c. Tangkisan gedik</p> <p>d. Tangkisan sabit</p> <p>e. Tangkisan jejag</p>	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<b>Jawaban: C. Tangkisan gedik</b>			
Menganalisis dampak kesalahan gerakan	Saat melakukan tangkisan kelit, jika arah tangkisan terlalu lebar, akibatnya adalah.... a. Serangan lawan mudah dialihkan b. Tubuh kehilangan keseimbangan dan mudah diserang c. Gerakan menjadi lebih efisien d. Koordinasi tangan dan kaki meningkat e. Pandangan tetap focus <b>Jawaban: B. Tubuh kehilangan keseimbangan dan mudah diserang</b>	4	4	D
Memahami prinsip pengamatan dalam bela diri	Mengapa pandangan harus diarahkan lurus ke depan saat melakukan tangkisan? a. Untuk menjaga postur tubuh tegak b. Untuk membaca arah serangan lawan c. Untuk mempercepat gerakan tangan d. Untuk memperindah gerakan e. Agar terlihat percaya diri <b>Jawaban: B. Untuk membaca arah serangan lawan</b>	4	4	D
Memahami tujuan Latihan teknik	Dalam latihan, guru meminta siswa mempraktikkan semua jenis tangkisan secara berurutan. Tujuan latihan ini adalah.... a. Melatih kecepatan tangan b. Memperkuat otot kaki c. Meningkatkan koordinasi dan variasi gerak tangkisan d. Melatih keindahan gerak	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	e. Menambah jumlah pukulan <b>Jawaban: C. Meningkatkan koordinasi dan variasi gerak tangkisan</b>			
Menganalisis factor keberhasilan teknik	Faktor terpenting yang menentukan keberhasilan dalam melakukan teknik tangkisan pencak silat adalah.... a. Daya tahan tubuh b. Kekuatan otot tangan c. Koordinasi, dan ketepatan arah gerakan d. Kecepatan kaki dan keseimbangan e. Fleksibilitas pinggang, dan koordinasi <b>Jawaban: C. Koordinasi, dan ketepatan arah gerakan</b>	4	4	D
Memahami mekanisme gerak	Dalam tangkisan tepis, bagian tubuh yang bergerak aktif untuk menghalau serangan adalah.... a. Bahu dan lengan bawah secara bersamaan b. Pergelangan tangan dengan gerak melingkar c. Siku dengan dorongan kuat ke luar d. Telapak tangan yang berputar setengah lingkaran e. Lengan bagian atas tanpa gerak pergelangan <b>Jawaban: D. Telapak tangan yang berputar setengah lingkaran</b>	4	4	D
Memahami fungsi bagian tubuh	Pada tangkisan gedik, fungsi kepalan tangan adalah.... a. Untuk memperkuat bagian tangan yang digunakan menangkis b. Agar gerakan terlihat lebih	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<p>indah</p> <p>c. Untuk menghindari cedera pada jari</p> <p>d. Agar arah tangkisan lebih luas</p> <p>e. Sebagai tanda kesiapan menyerang balik</p> <p><b>Jawaban: A. Untuk memperkuat bagian tangan yang digunakan menangkis</b></p>			
Menganalisis kesalahan teknik	<p>Kesalahan umum yang sering terjadi dalam pelaksanaan tangkisan kelit adalah....</p> <p>a. Gerakan tangan terlalu kaku dan tidak lentur</p> <p>b. Arah tangkisan dilakukan dari luar ke dalam</p> <p>c. Posisi kuda-kuda terlalu rendah</p> <p>d. Telapak tangan mengempal saat menangkis</p> <p>e. Tidak mengembalikan tangan ke posisi tegak empat</p> <p><b>Jawaban: A. Gerakan tangan terlalu kaku dan tidak lentur</b></p>	4	4	D
Menganalisis hubungan gerak	<p>Hubungan antara posisi kuda-kuda depan dengan efektivitas tangkisan adalah....</p> <p>a. Membantu menjaga keseimbangan dan kestabilan tubuh saat menangkis</p> <p>b. Membuat serangan lebih kuat terhadap lawan</p> <p>c. Menambah jarak pandang ke arah lawan</p> <p>d. Mengurangi kelincahan gerakan tangan</p> <p>e. Menjadikan tangkisan lebih cepat tetapi kurang akurat</p> <p><b>Jawaban: A. Membantu</b></p>	4	4	D

Aspek Kognitif	Pertanyaan	Penilaian		Tabulasi
		Penilai 1	Penilai 2	
	<b>menjaga keseimbangan dan kestabilan tubuh saat menangkis</b>			
Memahami prinsip pengamatan	<p>Dalam pelaksanaan tangkisan kelit, mengapa pandangan harus tetap lurus ke depan?</p> <p>a. Dapat membaca arah serangan lawan dengan tepat</p> <p>b. Untuk menjaga posisi tangan tetap tinggi</p> <p>c. Supaya gerakan tampak lebih kuat</p> <p>d. Agar kuda-kuda tidak berubah posisi</p> <p>e. Untuk menjaga bentuk postur tubuh</p> <p><b>Jawaban: A. Dapat membaca arah serangan lawan dengan tepat</b></p>	4	4	D



Lampiran 9. Data *Pretest* Hasil Belajar Tangkisan Pencak Silat**Kelompok Eksperimen**

No.	Nama	Motorik	Kognitif	Nilai Akhir
1	Adenium	77	80	78,5
2	Arya Komang Pratika Candra Dewi	80	65	72,5
3	Aurellia Favian Alit Nareswara	76	65	70,5
4	Defina Mora Mutiara Putri	77	80	78,5
5	Gede Bayu Wibawa	77	75	76
6	Gede Nicky Ananda Putra	78	65	71,5
7	Gede Trisna Ian Darmanta	78	70	74
8	I Gede Arya Antoni Krisnawan	78	75	76,5
9	I Gede Ramanda Verdhinatha Parwa	77	65	71
10	I Gede Bayu Wahyu Adi Putra	76	65	70,5
11	I Gusti Ayu Eka Wardani	77	65	71
12	I Komang Andika Arjuna Putra	77	65	71
13	I Made Ardi Wiraguna	80	70	75
14	Kadek Dian Utami	76	65	70,5
15	Kadek Krissatria Wiguna	76	75	75,5
16	Ketut Yogisvara Dharma Vijaya	76	80	78
17	Komang Adi Prakamya	77	70	73,5
18	Komang Diah Ari Maharani	76	70	73
19	Komang Mahardika Areta Wibawa	75	80	77,5
20	Komang Ramadhika	77	70	73,5
21	Luh Putu Aulia Pradnyatari Putri	77	65	71
22	Made Dhira Kaniya	76	60	68
23	Ni Gusti Ayu Dwi Okta Anjani	75	70	72,5
24	Ni Kadek Winda Prastya Damayanti	75	60	67,5
25	Ni Luh Ayu Esa Aryani	75	65	70
26	Ni Made Reika Putri	74	60	67
27	Ni Putu Emi Novayani	76	65	70,5
28	Putu Arinita Agustini	76	70	73
29	Putu Novianugraheni	74	80	77
30	Putu Prima Budi Artha	81	70	75,5
31	Shafira Ridha Firdaus	76	65	70,5

**Kelompok Kontrol**

No.	Nama	Motorik	Kognitif	Nilai Akhir
1	Dewa Ayu Made Nanda Widyasari	68	75	71,5
2	Gede Evan Anantawijaya	70	60	65
3	Gede Sri Darma Swari	66	75	70,5
4	Gede Surya Lesstyawan	63	80	71,5

No.	Nama	Motorik	Kognitif	Nilai Akhir
5	I Made Bagus Ning Atmaja	68	60	64
6	I Made Dwi Diva Krista Permana	68	80	74
7	Kadek Ayu Kartiwi	71	75	73
8	Kadek Cintya Sari Wijaningrum	68	60	64
9	Kadek Dwi Ari Wahyuni	68	45	56,5
10	Kadek Handara Sakti Harsana	66	80	73
11	Kadek Intan Sari	60	50	55
12	Kadek Winda Wahyuni	69	70	69,5
13	Ketut Inda Murni Sari	71	60	65,5
14	Ketut Rizky Budi Wardana	61	70	65,5
15	Komang Ayuningsih	66	60	63
16	Komang Gita Prajnyani	68	65	66,5
17	Komang Kanaya Indah Permata Sari	68	60	64
18	Komang Krisna Putra Adinata	57	80	68,5
19	Komang Restu Aditya	66	60	63
20	Komang Sri Mulya Indah Pratiwie	68	60	64
21	Luh Budiarni	63	60	61,5
22	Luh Putu Kirayani Dewi	68	55	61,5
23	Made Dharma Sukma Aditya	66	55	60,5
24	Martin Elnino Nazario Gambino	60	60	60
25	Ni Kadek Santhi Artini	63	70	66,5
26	Ni Made Candra Cahyani	60	60	60
27	Pande Nyoman Khrisna Chandrayana Mudara	66	60	63
28	Putu Ayu Indharini	63	70	66,5
29	Putu Carissa Fryda Maharani	66	70	68
30	Putu Junita Kurnia Damayanti	75	50	62,5
31	Putu Yudina Anastasia Dani Sridewi	63	70	66,5
32	Riko Marcellino Ametro	68	65	66,5

Lampiran 10. Data *Posttest* Hasil Belajar Tangkisan Pencak Silat**Kelas Eksperimen**

No.	Nama	Motorik	Kognitif	Nilai Akhir
1	Adenium	93	85	89
2	Arya Komang Pratika Candra Dewi	93	85	89
3	Aurellia Favian Alit Nareswara	88	75	81,5
4	Defina Mora Mutiara Putri	88	90	89
5	Gede Bayu Wibawa	91	85	88
6	Gede Nicky Ananda Putra	91	80	85,5
7	Gede Trisna Ian Darmanta	88	90	89
8	I Gede Arya Antoni Krisnawan	87	90	88,5
9	I Gede Ramanda Verdhinatha Parwa	88	75	81,5
10	I Gede Bayu Wahyu Adi Putra	88	80	84
11	I Gusti Ayu Eka Wardani	86	85	85,5
12	I Komang Andika Arjuna Putra	89	90	89,5
13	I Made Ardi Wiraguna	90	80	85
14	Kadek Dian Utami	87	90	88,5
15	Kadek Krissatria Wiguna	85	85	85
16	Ketut Yogisvara Dharma Vijaya	88	85	86,5
17	Komang Adi Prakamya	89	85	87
18	Komang Diah Ari Maharani	85	85	85
19	Komang Mahardika Areta Wibawa	89	85	87
20	Komang Ramadhika	87	85	86
21	Luh Putu Aulia Pradnyatari Putri	87	80	83,5
22	Made Dhira Kaniya	87	90	88,5
23	Ni Gusti Ayu Dwi Okta Anjani	86	85	85,5
24	Ni Kadek Winda Prastya Damayanti	87	85	86
25	Ni Luh Ayu Esa Aryani	86	75	80,5
26	Ni Made Reika Putri	86	85	85,5
27	Ni Putu Emi Novayani	90	80	85
28	Putu Arinita Agustini	86	75	80,5
29	Putu Novianugraheni	87	90	88,5
30	Putu Prima Budi Artha	95	80	87,5
31	Shafira Ridha Firdaus	87	90	88,5

**Kelas Kontrol**

No.	Nama	Motorik	Kognitif	Nilai Akhir
1	Dewa Ayu Made Nanda Widiasari	77	85	81
2	Gede Evan Anantawijaya	79	70	74,5
3	Gede Sri Darma Swari	75	70	72,5

4	Gede Surya Lesstyawan	72	70	71
5	I Made Bagus Ning Atmaja	77	70	73,5
6	I Made Dwi Diva Krista Permana	77	70	73,5
7	Kadek Ayu Kartiwi	78	70	74
8	Kadek Cintya Sari Wijaningrum	76	70	73
9	Kadek Dwi Ari Wahyuni	77	65	71
10	Kadek Handara Sakti Harsana	75	85	80
11	Kadek Intan Sari	72	60	66
12	Kadek Winda Wahyuni	77	90	83,5
13	Ketut Inda Murni Sari	80	70	75
14	Ketut Rizky Budi Wardana	73	60	66,5
15	Komang Ayuningsih	72	65	68,5
16	Komang Gita Prajnyani	74	65	69,5
17	Komang Kanaya Indah Permata Sari	77	65	71
18	Komang Krisna Putra Adinata	69	70	69,5
19	Komang Restu Aditya	74	70	72
20	Komang Sri Mulya Indah Pratiwie	75	70	72,5
21	Luh Budiarni	75	75	75
22	Luh Putu Kirayani Dewi	75	65	70
23	Made Dharma Sukma Aditya	73	70	71,5
24	Martin Elnino Nazario Gambino	72	70	71
25	Ni Kadek Santhi Artini	72	80	76
26	Ni Made Candra Cahyani	69	65	67
27	Pande Nyoman Khrisna Chandrayana Mudara	75	70	72,5
28	Putu Ayu Indharini	72	70	71
29	Putu Carissa Fryda Maharani	74	70	72
30	Putu Junita Kurnia Damayanti	81	75	78
31	Putu Yudina Anastasia Dani Sridewi	75	70	72,5
32	Riko Marcellino Ametro	76	70	73

## Lampiran 11. Data Rangkuman Hasil Belajar Tangkisan Pencak Silat

**Kelas Eksperimen**

No.	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i> Ternormalisasi
1	Adenium	78,5	89,0	0,49
2	Arya Komang Pratika Candra Dewi	72,5	89,0	0,60
3	Aurellia Favian Alit Nareswara	70,5	81,5	0,37
4	Defina Mora Mutiara Putri	78,5	89,0	0,49
5	Gede Bayu Wibawa	76,0	88,0	0,50
6	Gede Nicky Ananda Putra	71,5	85,5	0,49
7	Gede Trisna Ian Darmanta	74,0	89,0	0,58
8	I Gede Arya Antoni Krisnawan	76,5	88,5	0,51
9	I Gede Ramanda Verdhinatha Parwa	71,0	81,5	0,36
10	I Gede Bayu Wahyu Adi Putra	70,5	84,0	0,46
11	I Gusti Ayu Eka Wardani	71,0	85,5	0,50
12	I Komang Andika Arjuna Putra	71,0	89,5	0,64
13	I Made Ardi Wiraguna	75,0	85,0	0,40
14	Kadek Dian Utami	70,5	88,5	0,61
15	Kadek Krissatria Wiguna	75,5	85,0	0,39
16	Ketut Yogisvara Dharma Vijaya	78,0	86,5	0,39
17	Komang Adi Prakamya	73,5	87,0	0,51
18	Komang Diah Ari Maharani	73,0	85,0	0,44
19	Komang Mahardika Areta Wibawa	77,5	87,0	0,42
20	Komang Ramadhika	73,5	86,0	0,47
21	Luh Putu Aulia Pradnyatari Putri	71,0	83,5	0,43
22	Made Dhira Kaniya	68,0	88,5	0,64
23	Ni Gusti Ayu Dwi Okta Anjani	72,5	85,5	0,47
24	Ni Kadek Winda Prastya Damayanti	67,5	86,0	0,57
25	Ni Luh Ayu Esa Aryani	70,0	80,5	0,35
26	Ni Made Reika Putri	67,0	85,5	0,56
27	Ni Putu Emi Novayani	70,5	85,0	0,49
28	Putu Arinita Agustini	73,0	80,5	0,28
29	Putu Novianugraheni	77,0	88,5	0,50
30	Putu Prima Budi Artha	75,5	87,5	0,49
31	Shafira Ridha Firdaus	70,5	88,5	0,61

**Kelas Kontrol**

No.	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i> Ternormalisasi
1	Dewa Ayu Made Nanda Widyasari	71,5	81,0	0,33
2	Gede Evan Anantawijaya	65,0	74,5	0,27
3	Gede Sri Darma Swari	70,5	72,5	0,07
4	Gede Surya Lesstyawan	71,5	71,0	-0,02
5	I Made Bagus Ning Atmaja	64,0	73,5	0,26
6	I Made Dwi Diva Krista Permana	74,0	73,5	-0,02
7	Kadek Ayu Kartiwi	73,0	74,0	0,04
8	Kadek Cintya Sari Wijaningrum	64,0	73,0	0,25
9	Kadek Dwi Ari Wahyuni	56,5	71,0	0,33
10	Kadek Handara Sakti Harsana	73,0	80,0	0,26
11	Kadek Intan Sari	55,0	66,0	0,24
12	Kadek Winda Wahyuni	69,5	83,5	0,46
13	Ketut Inda Murni Sari	65,5	75,0	0,28
14	Ketut Rizky Budi Wardana	65,5	66,5	0,03
15	Komang Ayuningsih	63,0	68,5	0,15
16	Komang Gita Prajnyani	66,5	69,5	0,09
17	Komang Kanaya Indah Permata Sari	64,0	71,0	0,19
18	Komang Krisna Putra Adinata	68,5	69,5	0,03
19	Komang Restu Aditya	63,0	72,0	0,24
20	Komang Sri Mulya Indah Pratiwie	64,0	72,5	0,24
21	Luh Budiardini	61,5	75,0	0,35
22	Luh Putu Kirayani Dewi	61,5	70,0	0,22
23	Made Dharma Sukma Aditya	60,5	71,5	0,28
24	Martin Elnino Nazario Gambino	60,0	71,0	0,28
25	Ni Kadek Santhi Artini	66,5	76,0	0,28
26	Ni Made Candra Cahyani	60,0	67,0	0,18
27	Pande Nyoman Khrisna Chandrayana Mudara	63,0	72,5	0,26
28	Putu Ayu Indharini	66,5	71,0	0,13
29	Putu Carissa Fryda Maharani	68,0	72,0	0,13
30	Putu Junita Kurnia Damayanti	62,5	78,0	0,41
31	Putu Yudina Anastasia Dani Sridewi	66,5	72,5	0,18
32	Riko Marcellino Ametro	66,5	73,0	0,19

Lampiran 12. *Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Analisis Deskriptif Kelas Eksperimen*

### Descriptives

Kelas		Statistic	Std. Error	
Nilai	XI C	Mean	,4842	,01610
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	,4513	
		Upper Bound	,5171	
	5% Trimmed Mean	,4855		
	Median	,4900		
	Variance	,008		
	Std. Deviation	,08966		
	Minimum	,28		
	Maximum	,64		
	Range	,36		
	Interquartile Range	,14		
	Skewness	-,101	,421	
	Kurtosis	-,338	,821	

### Kelompok Kontrol

XI D	Mean	,2066	,02102
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	,1637
		Upper Bound	,2494
	5% Trimmed Mean	,2061	
	Median	,2400	
	Variance	,014	
	Std. Deviation	,11888	
	Minimum	-,02	
	Maximum	,46	
	Range	,48	
	Interquartile Range	,15	
	Skewness	-,210	,414
	Kurtosis	-,278	,809

Lampiran 13. *Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji Normalitas*

		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Kelas	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	XI C	,129	31	,200 <sup>*</sup>	,970	31	,528
	XI D	,142	32	,100	,964	32	,361

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

a. Lilliefors Significance Correction



Lampiran 14. *Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji Homogenitas Varians***Tests of Homogeneity of Variances**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Nilai	Based on Mean	2,757	1	61	,102
	Based on Median	1,901	1	61	,173
	Based on Median and with adjusted df	1,901	1	55,284	,173
	Based on trimmed mean	2,806	1	61	,099



Lampiran 15. *Output IBM SPSS 27.0 for Windows* Hasil Uji t Hasil Belajar Teknik Tangkisan Pencak Silat

### Group Statistics

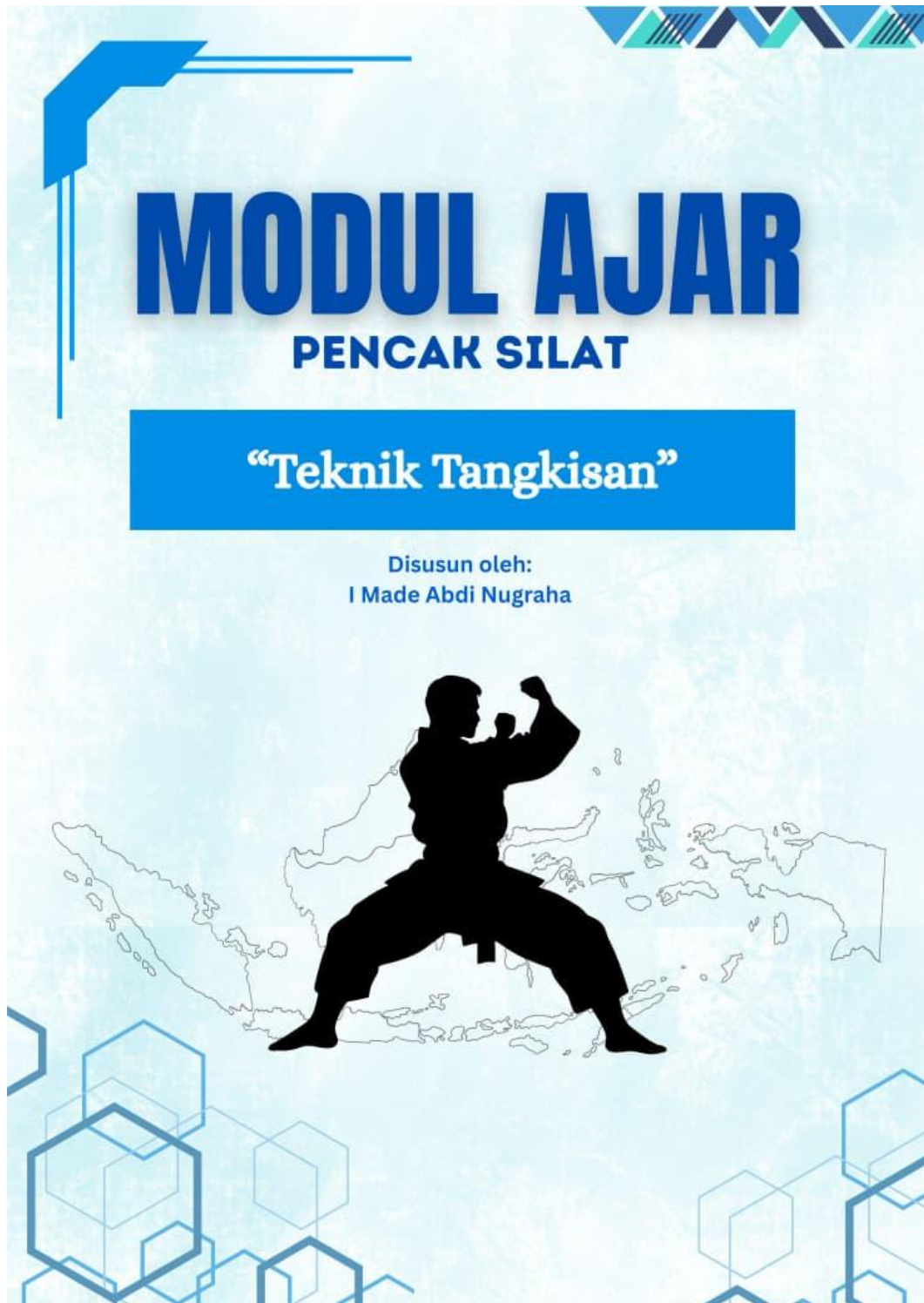
	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai	XI C	31	,4842	,08966	,01610
	XI D	32	,2066	,11888	,02102

### 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	2,757	,102	10,440	61	<,001	,27763	,02659	,22445	,33081
	Equal variances not assumed			10,486	57,578	<,001	,27763	,02648	,22463	,33064



Lampiran 16. Modul Ajar *Project Based Blended Learning*



**MODUL AJAR PJOK SMA FASE F KELAS 11**

<b>1</b>	<b>Informasi Umum Perangkat Ajar</b>		
	Nama	:	I Made Abdi Nugraha
	Instansi	:	SMA Negeri 3 Singaraja
	Kelas / Fase	:	XI C/F
	Alokasi Waktu	:	3 Pertemuan (6 JP 45 menit)
<b>2</b>	<b>Tujuan Pembelajaran</b>		
	Kopetensi Awal	:	Peserta didik telah mengenal dan mampu mempraktikkan tangkisan pencak silat
	Elemen Capaian Pembelajaran	:	Pada akhir fase F peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan sesuai ragam pola yang ada berupa penerapan keterampilan gerak ( <i>motor skills</i> ) permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional) dengan berbagai bentuk taktik dan strategi.
	Tujuan Pembelajaran	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mempraktikkan aktivitas teknik tangkisan pencak silat</li> <li>2. Memahami fakta, konsep, dan prosedur aktivitas teknik tangkisan pencak silat.</li> <li>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 tangkisan pencak silat.</li> </ol>
	Kata Kunci	:	Pencak Silat, Teknik Tangkisan Pencak Silat
<b>3</b>	<b>Profil Pelajar Pancasila yang Berkaitan</b>		
	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 tangkisanpencak silat.
<b>4</b>	<b>Sarana dan Prasarana</b>		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lapangan Olahraga atau Ruang Kelas yang Cukup</li> <li>2. Heandphone</li> <li>3. Internet</li> </ol>		

	4. Modul 5. LKPD 6. Matras (Jika Ada)
<b>5</b>	<b>Target Siswa</b>
	<input checked="" type="checkbox"/> Siswa/I regular/tipikal
<b>6</b>	<b>Jumlah Siswa</b>
	<input checked="" type="checkbox"/> Maksimal 31 Orang
<b>7</b>	<b>Ketersediaan Materi</b>
	<input checked="" type="checkbox"/> Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : <b>YA.</b> <input checked="" type="checkbox"/> Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas, untuk peserta didik yang sulit memahami konsep: <b>YA.</b>
<b>8</b>	<b>Model Pembelajaran</b>
	<input checked="" type="checkbox"/> <i>Project Based Blended Learning (PjBBL)</i>
<b>9</b>	<b>Materi, Media dan Bahan Pembelajaran</b>
	<p><b>1. Materi Pokok Pembelajaran</b></p> <p>a. Materi Pembelajaran Reguler teknik tangkisanpencak silat. Aktivitas pembelajaran teknik tangkisanpencak silat melalui:</p> <p>a) Aktivitas Pembelajaran 1 Pertanyaan Mendasar (asinkronous)</p> <p>(1) Mengajukan pertanyaan mendasar apa yang harus dilakukan peserta didik terhadap topik materi melalui <i>google classroom</i>/WAG satu hari sebelum pembelajaran langsung di sekolah</p> <p>(2) Peserta didik mencermati materi yang diberikan melalui WAG/<i>google classroom</i> berupa multimedia interaktif berbasis <i>website</i>.</p> <p>b) Aktivitas Pembelajaran 2 Mendesain Perencanaan Produk (sinkronous)</p> <p>(1) Peserta didik berdiskusi menyusun rencana pembuatan proyek bersama-sama di lapangan, pembagian tugas dan mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.</p> <p>(2) Peserta didik menyusun jadwal penyelesaian proyek dengan memperhatikan batas waktu yang diberikan</p> <p>(3) Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/<i>google classroom</i>.</p> <p>c) Aktivitas Pembelajaran 3 Pemantapan Pembuatan Jadwal Pengerjaan Proyej (sinkronus)</p> <p>(1) Peserta didik melaksanakan proses pemantapan pembuatan <i>project</i> yang sudah diberikan.</p>

- (2) Peserta didik juga bisa melaksanakan pembuatan *project* dan menyesuaikan kembali jadwal yang sudah disusun pada pertemuan sebelumnya.
- (3) Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika terdapat permasalahan serta 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 4 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
- f) Aktivitas Pembelajaran 5 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/teknikdasarbelaan/home>
- b. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan teknik tangkisan pencak silat

## 3. Bahan Pembelajaran

- a. Buku ajar/modul
- b. Lembar Kerja Peserta didik (*Student work sheet* yang berisi perintah dan indikator tugas gera )
- c. Link multimedia interaktif berbasis *website*

	Moda Pembelajaran	
	<input checked="" type="checkbox"/> <i>Blended Learning</i>	
<b>11</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran Utama</b>	
	Pengaturan Siswa <input checked="" type="checkbox"/> Berpasangan <input checked="" type="checkbox"/> Berkelompok (5 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"/> <i>Project</i>
<b>12</b>	<b>Asesmen</b>	
	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)	
<b>13</b>	<b>Pemahaman Bermakna</b>	
	Tangkisan dalam pencak silat adalah kemampuan peserta didik untuk menyadari bahwa tangkisan bukan hanya sekadar posisi dasar, melainkan fondasi penting dalam setiap gerakan silat. Melalui penguasaan tangkisan, peserta didik memahami bagaimana menjaga keseimbangan tubuh, menyalurkan tenaga, serta mempersiapkan diri untuk menerima serangan maupun pertahanan secara efektif. Tangkisan juga menanamkan nilai disiplin, konsentrasi, dan kesadaran tubuh ( <i>body awareness</i> ) yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjaga postur saat berdiri, berjalan, atau melakukan aktivitas fisik lainnya.	
<b>14</b>	<b>Pertanyaan Pemantik</b>	
	1. Mengapa peserta didik perlu menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan keterampilan gerak tangkisan pencak silat? 2. Jika peserta didik memiliki kemampuan beladiri pencak silat yang handal apa saja yang bisa diperolehnya?	
<b>15</b>	<b>Urutan Kegiatan Pembelajaran</b>	
<b>PERTEMUAN I (ASINKRONOUS)</b>		
<b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b>	Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut: 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisan pencak silat.</li> <li>3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>website</i>.</li> </ol>
<b>Kegiatan Inti (60 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengajukan pertanyaan mendasar apa yang harus dilakukan peserta didik terhadap topik materi melalui <i>google classroom</i>/WAG satu hari sebelum pembelajaran langsung di sekolah</li> <li>2. Peserta didik mencermati materi yang diberikan melalui WAG/<i>google classroom</i> berupa multimedia interaktif berbasis <i>website</i>, dan mengikuti intruksi-intruksi yang ada di link <i>website</i>.</li> <li>3. Guru juga mengingatkan pada pertemuan selanjutnya akan membahas tentang materi yang ada di link <i>website</i> tersebut.</li> </ol>
<b>Kegiatan Penutup (5 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini.</li> <li>2. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya.</li> <li>3. Guru mengucapkan salam penutup.</li> </ol>
<b>PERTEMUAN II (SINKRONOUS TATAP MUKA)</b>	
<b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b>	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan</li> <li>2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisan pencak silat.</li> <li>3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas.</li> <li>b. Alat Tulis</li> <li>c. <i>Stopwatch</i></li> <li>d. Media Pembelajaran yang Digunakan</li> </ol> </li> </ol>
<b>Pendahuluan (10 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan salam kepada peserta didik untuk mengawali pembelajaran dengan hal positif.</li> <li>2. Guru mengkondisikan peserta didik dengan menanyakan kabar peserta didik</li> <li>3. Guru beserta peserta didik mengawali pembelajaran dengan berdo'a.</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Guru mengecek kehadiran peserta didik</li> <li>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.</li> <li>6. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memacu semangat peserta didik.</li> </ol>
	<b>Motivasi</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik Tangkisan Pencak Silat, peserta didik mampu menerapkan konsep lingkaran dalam memecahkan permasalahan kontekstual dengan tepat</li> <li>2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik tangkisan Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari</li> </ol>
<b>Kegiatan Inti (70 menit)</b>	<p>Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi yang Diberikan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik Tangkisan yang sudah di berikan pada pertemuan pertama yang dilakukan secara asinkronus, dikirim melalui WA/<i>Google Classroom</i>.</li> <li>2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan gerak.</li> <li>3. Guru melakukan <i>pretest</i> materi Tangkisan Pencak Silat untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik.</li> </ol> <p>Fase 2: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran berbasis <i>Project</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>2. Guru meminta siswa untuk membuka materi multi media interaktif berbasis <i>website</i> yang sudah dikirimkan pada pertemuan sebelumnya</li> <li>3. Peserta didik diminta untuk memahami intruksi yang ada pada multimedia interaktif berbasis <i>website</i>.</li> <li>4. Peserta didik berdiskusi menyusun rencana pembuatan proyek bersama-sama di lapangan, pembagian tugas</li> </ol>

	<p>dan mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.</p> <p>Fase 3: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pemantapan Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah proses diskusi, setiap kelompok akan berlatih Teknik Tangkisan pada materi Pencak Silat untuk pemantapan gerak guna persiapan dalam pembuatan video <i>project</i> yang tertera pada <i>website</i>.</li> <li>2. Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika ada permasalahan dan kekeliruan dalam proses pembelajaran.</li> <li>3. Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/<i>google classroom</i>.</li> </ol>
<p><b>Kegiatan Penutup (10 menit)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mrnginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan.</li> <li>2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas</li> <li>3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari.</li> <li>4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran</li> <li>5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini.</li> <li>6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya.</li> <li>7. Guru mengucapkan salam penutup.</li> </ol>
<p><b>PERTEMUAN III (SINKRONUS TATAP MUKA)</b></p>	
<p><b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b></p>	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan</li> <li>2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisan pencak silat.</li> <li>3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas.</li> <li>b. Alat Tulis</li> </ol> </li> </ol>

	<p>c. <i>Stopwatch</i></p> <p>d. Media Pembelajaran yang digunakan</p>
<b>Pendahuluan (10 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan salam kepada peserta didik untuk mengawali pembelajaran dengan hal positif.</li> <li>2. Guru mengkondisikan peserta didik dengan menanyakan kabar peserta didik</li> <li>3. Guru beserta peserta didik mengawali pembelajaran dengan berdo'a.</li> <li>4. Guru mengecek kehadiran peserta didik</li> <li>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.</li> <li>6. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memacu semangat peserta didik.</li> </ol>
	<b>Motivasi</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik tangkisan pencak silat.</li> <li>2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik tangkisan Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari.</li> </ol>
<b>Kegiatan Inti (70 menit)</b>	<p>Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi Yang Diberikan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik tangkisan yang sudah di berikan pada pertemuan kedua yang dilakukan secara sinkronous.</li> <li>2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan proses pembelajaran gerakan.</li> </ol> <p>Fase 2: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran berbasis <i>Projec</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengintruksikan kepada siswa untuk kembali ke kelompok masing-masing yang sudah dibentuk pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>2. Guru meminta siswa untuk membuka kembali materi multimedia interaktif berbasis <i>website</i> yang sudah dikirimkan pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>3. Peserta didik diminta untuk memahami intruksi yang ada pada multimedia interaktif berbasis <i>website</i>.</li> <li>4. Peserta didik melaksanakan proses pemantapan pembuatan <i>project</i> yang sudah diberikan.</li> </ol>

	<p>5. Peserta didik juga bisa melaksanakan pembuatan project sesuai jadwal yang sudah di susun pada pertemuan sebelumnya.</p> <p>Fase 3: Mengorganisasikan Peserta Didik dalam Proses Pemantapan Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru sebagai mentor akan memandu peserta didik dalam proses pembelajaran dan juga meluruskan jika ada permasalahan dan kekeliruan dalam proses pembelajaran.</li> <li>2. Peserta didik bebas berdiskusi maupun bertanya ketika pembuatan proyek berlangsung baik secara luring maupun daring melalui WAG/google classroom.</li> </ol>
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mrnginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan.</li> <li>2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas</li> <li>3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari.</li> <li>4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran</li> <li>5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini.</li> <li>6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya.</li> <li>7. Guru mengucapkan salam penutup.</li> </ol>
<b>PERTEMUAN IV (ASINKRONOUS)</b>	
<b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b>	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan</li> <li>2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisanpencak silat.</li> <li>3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>website</i>.</li> </ol>
<b>Kegiatan Inti (60 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik melaporkan perkembangan dan bimbingan pemecahan masalah pembuatan proyek.</li> <li>2. Peserta didik mengirimkan bukti fisik pengerjaan proyek melalui pranala <i>Google Drive</i> yang ditautkan pada <i>website</i> pembelajaran.</li> </ol>

	3. Guru memantau proses pengerjaan dan perkembangan proyek bukti fisik yang dikirimkan peserta didik, guru juga memberikan arahan jika ada kesulitan dalam pengerjaan proyek.
<b>PERTEMUAN V (SINKRONOUS TATAP MUKA)</b>	
<b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b>	Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut: 1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan 2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisanpencak silat. 3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: a. Lapangan olahraga atau ruang kelas yang cukup luas. b. Alat Tulis c. <i>Stopwatch</i> d. Media Pembelajaran yang Digunakan e. Instrumen penilaian gerak
<b>Pendahuluan (10 menit)</b>	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 <i>ice breaking</i> untuk memacu semangat peserta didik.
	<b>Motivasi</b>
	1. Menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah melaksanakan proses pembelajaran PJOK materi teknik TangkisanPencak Silat, peserta didik mampu menerapkan konsep lingkaran dalam memecahkan permasalahan kontekstual dengan tepat 2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari materi teknik Tangkisan Pencak Silat dalam kehidupan sehari-hari
<b>Kegiatan Inti (70 menit)</b>	Fase 1: Mengorientasi Peserta Didik Pada Materi yang Diberikan

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menerangkan kembali tentang materi Pencak Silat Teknik Tangkisan yang sudah di berikan pada pertemuan sebelumnya yang dilakukan secara asinkronus, dikirim melalui WA/<i>Google Classroom</i>.</li> <li>2. Peserta didik melakukan pemanasan sebelum melaksanakan proses pembelajaran gerak.</li> <li>3. Guru melakukan <i>post test</i> materi Tangkisan Pencak Silat untuk mengetahui kemampuan motorik akhir dari peserta didik.</li> <li>4. Setiap kelompok yang sudah dibentuk melakukan presentasi gerak sesuai dengan proyek yang sudah dibuat.</li> </ol> <p>Fase 2: Mengevaluasi Proses Presentasi Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan evaluasi dan masukan terhadap hasil presentasi yang dilakukan oleh setiap kelompok.</li> </ol>
<p><b>Kegiatan Penutup (10 menit)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menginstruksikan peserta didik untuk melakukan pendinginan.</li> <li>2. Guru dan peserta didik menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini dengan menyebutkan poin-poin yang dibahas.</li> <li>3. Guru memberikan kuis untuk mengetahui pemahaman peserta didik tentang materi yang telah dipelajari.</li> <li>4. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran</li> <li>5. Guru memberikan apresiasi dalam bentuk pujian kepada peserta didik yang secara aktif mengikut pembelajaran pada hari ini.</li> <li>6. Guru menginformasikan proses pembelajaran di pertemuan selanjutnya.</li> <li>7. Guru mengucapkan salam penutup.</li> </ol>
<p><b>PERTEMUAN VI (ASINKRONOUS)</b></p>	
<p><b>Persiapan Mengajar (sebelum pembelajaran berlangsung)</b></p>	<p>Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan</li> <li>2. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas variasi gerak materi tangkisanpencak silat.</li> <li>3. Menyiapkan multimedia pembelajaran interaktif berbasis <i>website</i>.</li> </ol>

<b>Kegiatan Inti (60 menit)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembelajaran asinkronus berlangsung melalui WA Group dan <i>website</i>, yang digunakan untuk merevisi proyek berdasarkan masukan dari guru.</li> <li>2. Mengumpulkan proyek akhir yang telah disempurnakan, serta melaksanakan evaluasi pembelajaran melalui pada platform <i>website</i>.</li> </ol>
<b>16   Refleksi Peserta Didik Dan Pendidik</b>	
<b>Refleksi Guru</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah pembelajaran yang saya lakukan sudah sesuai dengan apa yang saya rencanakan?</li> <li>2. Bagian rencana pembelajaran manakah yang sulit dilakukan?</li> <li>3. Apa yang dapat saya lakukan untuk mengatasi hal tersebut?</li> <li>4. Berapa persen peserta didik yang berhasil mencapai tujuan pembelajaran?</li> <li>5. Apa kesulitan yang dialami oleh peserta didik yang belum mencapai tujuan pembelajaran?</li> <li>6. Apa yang akan saya lakukan untuk membantu mereka?</li> </ol>
<b>Refleksi Peserta Didik</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa yang kamu pelajari hari ini?</li> <li>2. Apa yang sudah kamu kuasai dari pelajaran hari ini?</li> <li>3. Apa yang belum kamu kuasai dari pelajaran hari ini?</li> <li>4. Bagaimana perasaanmu hari ini?</li> </ol>
<b>17   Pengayaan dan Remedial</b>	
<b>Pengayaan</b>	<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>
<b>Remedial</b>	<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>

<b>18</b>	<b>Bahan Bacaan</b>	<p>Bahan Bacaan Guru</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Buku teknik dasar pencak Silat</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> <i>E-book</i></li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Video</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Artikel</li> </ul>
<b>19</b>	<b>Golosorium</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <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.</li> <li>• <i>Blended Learning</i> adalah Model pembelajaran yang menggabungkan metode tatap muka (<i>luring</i>) dengan pembelajaran daring (<i>online</i>).</li> <li>• Capaian Pembelajaran (CP) adalah Kompetensi yang harus dicapai peserta didik pada akhir fase pembelajaran, mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap.</li> <li>• Fase F merupakan Tahapan pembelajaran pada jenjang SMA kelas XI dan XII sesuai struktur Kurikulum Merdeka.</li> <li>• Tangkisan Pencak Silat merupakan Posisi dasar dalam pencak silat yang berfungsi untuk menghalau serangan dan gerakan persiapan untuk melakukan teknik (serangan) selanjutnya.</li> <li>• LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik) merupakan Lembar kegiatan yang berisi instruksi, panduan, dan tugas bagi peserta didik selama proses pembelajaran.</li> <li>• 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>.</li> <li>• Pencak Silat merupakan seni bela diri tradisional Indonesia yang mengandung unsur olahraga, seni, dan spiritualitas, serta berfokus pada pengendalian diri.</li> <li>• Pemahaman Bermakna merupakan Makna atau nilai yang diperoleh peserta didik setelah memahami dan mengaitkan konsep pembelajaran dengan kehidupan nyata.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian Autentik adalah Penilaian yang mengukur kemampuan peserta didik melalui tugas-tugas kontekstual yang mencerminkan keterampilan nyata, seperti proyek dan praktik.</li> <li>• Profil Pelajar Pancasila merupakan Profil ideal peserta didik Indonesia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, mandiri, bergotong royong, bernalar kritis, dan kreatif.</li> <li>• <i>Project Based Blended Learning (PjBBL)</i> adalah Model pembelajaran yang menggabungkan pendekatan berbasis proyek dengan sistem <i>blended learning</i>, sehingga peserta didik belajar melalui kegiatan proyek nyata secara tatap muka dan daring.</li> <li>• Remedial merupakan Program perbaikan yang diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai kompetensi minimal agar dapat memperbaiki hasil belajarnya.</li> <li>• Sikap Disiplin adalah Tindakan mematuhi aturan, mengikuti instruksi, dan menyelesaikan tugas tepat waktu dalam kegiatan belajar.</li> <li>• <i>Sinkronus</i> merupakan Pembelajaran yang dilakukan secara bersamaan antara guru dan peserta didik pada waktu yang sama, baik tatap muka maupun daring langsung.</li> <li>• Tes Keterampilan adalah Uji kemampuan peserta didik dalam menampilkan keterampilan gerak tertentu, seperti tangkisan depan, belakang, dan tengah pada pencak silat.</li> </ul>
--	---

## 1. Penilaian Sikap

### a. Kisi – Kisi Penilaian Sikap

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

Kreteria	Indikator	Skor			
		1	2	3	4
	2. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan 3. Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat 4. Berpilaku sopan				
<b>TOTAL SKOR</b>		<b>16</b>			

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:

1. Nilai 1 = Tidak Sesuai (TS)
2. Nilai 2 = Cukup Sesuai (CS)
3. Nilai 3 = Sesuai (S)
4. Nilai 4 = Sangat Sesuai (SS)

Rumus Penilaian Sikap:

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

## 2. Penilaian Pengetahuan

### a. Kisi-Kisi Penilaian Kognitif

NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA	SKOR			
		TS	CS	S	SS
1	Bagian tubuh yang digunakan untuk melakukan tangkisan tepis adalah.... a. Punggung tangan bagian luar b. Sisi bawah dalam lengan c. Sisi dalam telapak tangan d. Punggung lengan bagian atas e. Telapak tangan bagian Tengah <b>Jawaban: C. Sisi dalam telapak tangan</b>				
2	Arah gerakan tangkisan tepis dilakukan.... a. Dari bawah ke atas b. Dari dalam ke luar c. Dari depan ke belakang d. Dari luar ke dalam membentuk setengah lingkaran e. Dari atas ke bawah <b>Jawaban: D. Dari luar ke dalam membentuk setengah lingkaran</b>				
3	Tangkisan gedik dilakukan dengan bagian tubuh.... a. Sisi luar telapak tangan b. Sisi atas punggung tangan c. Sisi bawah dalam lengan d. Sisi luar lengan e. Telapak tangan terbuka <b>Jawaban: C. Sisi bawah dalam lengan</b>				
4	Gerakan pada tangkisan gedik dilakukan dengan arah.... a. Dari atas ke bawah b. Dari luar ke dalam c. Dari dalam ke luar d. Dari bawah ke atas e. Dari depan ke belakang <b>Jawaban: A. Dari atas ke bawah</b>				
5	Bagian tubuh yang digunakan pada tangkisan kelit adalah.... a. Telapak tangan bagian dalam b. Sisi luar telapak tangan c. Sisi bawah dalam lengan d. Punggung tangan e. Telapak tangan tengah <b>Jawaban: B. Sisi luar telapak tangan</b>				

NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA	SKOR			
		TS	CS	S	SS
6	<p>Arah gerakan tangkisan kelit yang benar adalah....</p> <p>a. Dari luar ke dalam saja</p> <p>b. Dari atas ke bawah</p> <p>c. Dari depan ke belakang</p> <p>d. Dari dalam ke luar atau sebaliknya</p> <p>e. Dari bawah ke atas</p> <p><b>Jawaban: D. Dari dalam ke luar atau sebaliknya</b></p>				
7	<p>Fungsi utama posisi kuda-kuda depan dalam pelaksanaan tangkisan adalah....</p> <p>a. Menambah keindahan gerakan</p> <p>b. Membuat gerakan lebih cepat</p> <p>c. Menjaga keseimbangan tubuh saat menangkis</p> <p>d. Menambah kekuatan pukulan</p> <p>e. Mengatur jarak serangan</p> <p><b>Jawaban: C. Menjaga keseimbangan tubuh saat menangkis</b></p>				
8	<p>Setelah melakukan tangkisan tepis, sikap akhir yang benar adalah....</p> <p>a. Menarik kaki depan mendekati kaki tumpu</p> <p>b. Melangkah ke belakang dua langkah</p> <p>c. Mengangkat kedua tangan ke atas kepala</p> <p>d. Menundukkan kepala</p> <p>e. Membuka kedua tangan ke samping</p> <p><b>Jawaban: A. Menarik kaki depan mendekati kaki tumpu</b></p>				
9	<p>Kesalahan umum dalam pelaksanaan tangkisan gedik adalah....</p> <p>a. Mengarahkan pandangan ke arah serangan</p> <p>b. Posisi tangan tidak sejajar dengan arah serangan</p> <p>c. Melangkah dengan kuda-kuda depan</p> <p>d. Mengembalikan tangan ke posisi semula</p> <p>e. Menjaga tubuh tetap tegak</p> <p><b>Jawaban: B. Posisi tangan tidak sejajar dengan arah serangan</b></p>				
10	<p>Saat lawan menyerang dengan pukulan lurus ke dada, tangkisan yang paling efektif digunakan adalah....</p> <p>a. Tangkisan tepis</p>				

NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA	SKOR			
		TS	CS	S	SS
	b. Tangkisan kelit c. Tangkisan gedik d. Tangkisan belakang e. Tangkisan sapuan <b>Jawaban: A. Tangkisan tepis</b>				
11	Jika lawan menyerang dengan pukulan dari arah atas, teknik tangkisan yang paling tepat adalah.... a. Tangkisan tepis b. Tangkisan kelit c. Tangkisan gedik d. Tangkisan sabit e. Tangkisan jejag <b>Jawaban: C. Tangkisan gedik</b>				
12	Saat melakukan tangkisan kelit, jika arah tangkisan terlalu lebar, akibatnya adalah.... a. Serangan lawan mudah dialihkan b. Tubuh kehilangan keseimbangan dan mudah diserang c. Gerakan menjadi lebih efisien d. Koordinasi tangan dan kaki meningkat e. Pandangan tetap focus <b>Jawaban: B. Tubuh kehilangan keseimbangan dan mudah diserang</b>				
13	Mengapa pandangan harus diarahkan lurus ke depan saat melakukan tangkisan? a. Untuk menjaga postur tubuh tegak b. Untuk membaca arah serangan lawan c. Untuk mempercepat gerakan tangan d. Untuk memperindah gerakan e. Agar terlihat percaya diri <b>Jawaban: B. Untuk membaca arah serangan lawan</b>				
14	Dalam latihan, guru meminta siswa mempraktikkan semua jenis tangkisan secara berurutan. Tujuan latihan ini adalah.... a. Melatih kecepatan tangan b. Memperkuat otot kaki c. Meningkatkan koordinasi dan variasi gerak tangkisan d. Melatih keindahan gerak e. Menambah jumlah pukulan <b>Jawaban: C. Meningkatkan koordinasi dan variasi gerak tangkisan</b>				

NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA	SKOR			
		TS	CS	S	SS
15	<p>Faktor terpenting yang menentukan keberhasilan dalam melakukan teknik tangkisan pencak silat adalah....</p> <p>a. Daya tahan tubuh b. Kekuatan otot tangan c. Koordinasi, dan ketepatan arah gerakan d. Kecepatan kaki dan keseimbangan e. Fleksibilitas pinggang, dan koordinasi</p> <p><b>Jawaban: C. Koordinasi, dan ketepatan arah gerakan</b></p>				
16	<p>Dalam tangkisan tepis, bagian tubuh yang bergerak aktif untuk menghalau serangan adalah....</p> <p>a. Bahu dan lengan bawah secara bersamaan b. Pergelangan tangan dengan gerak melingkar c. Siku dengan dorongan kuat ke luar d. Telapak tangan yang berputar setengah lingkaran e. Lengan bagian atas tanpa gerak pergelangan</p> <p><b>Jawaban: D. Telapak tangan yang berputar setengah lingkaran</b></p>				
17	<p>Pada tangkisan gedik, fungsi kepalan tangan adalah....</p> <p>a. Untuk memperkuat bagian tangan yang digunakan menangkis b. Agar gerakan terlihat lebih indah c. Untuk menghindari cedera pada jari d. Agar arah tangkisan lebih luas e. Sebagai tanda kesiapan menyerang balik</p> <p><b>Jawaban: A. Untuk memperkuat bagian tangan yang digunakan menangkis</b></p>				
18	<p>Kesalahan umum yang sering terjadi dalam pelaksanaan tangkisan kelit adalah....</p> <p>a. Gerakan tangan terlalu kaku dan tidak lentur b. Arah tangkisan dilakukan dari luar ke dalam c. Posisi kuda-kuda terlalu rendah d. Telapak tangan mengepal saat menangkis</p>				

NO	SOAL PENILAIAN PILIHAN GANDA	SKOR			
		TS	CS	S	SS
	e. Tidak mengembalikan tangan ke posisi tegak empat <b>Jawaban: A. Gerakan tangan terlalu kaku dan tidak lentur</b>				
19	Hubungan antara posisi kuda-kuda depan dengan efektivitas tangkisan adalah... a. Membantu menjaga keseimbangan dan kestabilan tubuh saat menangkis b. Membuat serangan lebih kuat terhadap lawan c. Menambah jarak pandang ke arah lawan d. Mengurangi kelincahan gerakan tangan e. Menjadikan tangkisan lebih cepat tetapi kurang akurat <b>Jawaban: A. Membantu menjaga keseimbangan dan kestabilan tubuh saat menangkis</b>				
20	Dalam pelaksanaan tangkisan kelit, mengapa pandangan harus tetap lurus ke depan? a. Dapat membaca arah serangan lawan dengan tepat b. Untuk menjaga posisi tangan tetap tinggi c. Supaya gerakan tampak lebih kuat d. Agar kuda-kuda tidak berubah posisi e. Untuk menjaga bentuk postur tubuh <b>Jawaban: A. Dapat membaca arah serangan lawan dengan tepat</b>				

b. Kisi Kisi Penilaian Proyek

NO	ASPEK PENILAIAN	SKOR				Skor	Nilai
		1	2	3	4		
1	Kualitas tampilan media						
2	Durasi video minimal 2 menit dan maksimal 5 menit						
3	Kualitas suara/ <i>sound media</i>						
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)

Rumus Penilaian Proyek:

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

### 3. Kisi-Kisi Penilaian Keterampilan

#### a. Kisi-Kisi Penilaian Tangkisan Tepis

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	a. Berdiri dalam posisi tegak. b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan. c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.				
2	Sikap Pelaksanaan	a. Gerakkan salah satu kaki ke arah depan. Kaki yang satunya tetap berada di posisi belakang membentuk kuda-kuda depan. b. Lakukan tangkisan dengan satu tangan (kanan/kiri), dan kedua telapak tangan dalam posisi terbuka. c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi dalam telapak tangan, dengan arah luar ke dalam membentuk setengah lingkaran dan mengarah ke depan badan atau ke arah serangan.				

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
3	Sikap Akhir	a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu b. Posisi tangan menempel di samping paha c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).				

b. Kisi-Kisi Penilaian Tangkisan Gedik

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	a. Berdiri dalam posisi tegak. b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan. c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.				
2	Sikap Pelaksanaan	a. Gerakkan salah satu kaki melangkah ke depan. Kaki yang lainnya tetap berada di belakang dengan membentuk posisi kuda-kuda depan. b. Tangkisan dilakukan menggunakan salah satu lengan dengan posisi tangan mengepal. c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi bawah dalam lengan, dengan arah gerakan dari atas ke bawah.				

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
3	Sikap Akhir	a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu b. Posisi tangan menempel di samping paha c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).				

c. Kisi-Kisi Penilaian Tangkisan Kelit

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
1	Sikap Awal	a. Berdiri dalam posisi tegak. b. Posisi badan lurus membentuk posisi tegak 1 dan pandangan diarahkan lurus ke depan. c. Kedua tangan disilangkan dan dibuka di depan dada.				
2	Sikap Pelaksanaan	a. Langkahkan salah satu kaki ke depan, dengan membentuk posisi kuda-kuda depan. b. Tangkisan dilakukan dengan satu lengan dengan posisi telapak tangan terbuka. c. Bagian yang digunakan untuk menangkis adalah sisi luar telapak tangan. Gerakan tangkisan dilakukan dari dalam ke luar atau sebaliknya.				

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor			
			TS	CS	S	SS
3	Sikap Akhir	a. Kaki yang dilangkahkan ke depan ditarik mendekati kaki tumpu b. Posisi tangan menempel di samping paha c. Kembali ke posisi tegak 4 (empat).				

d. Rubrik Penilaian Keterampilan Sikap Tangkisan

No	Nama	Sikap Awal			Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir			Skor
		a	b	c	a	b	c	d	a	b	c	
		1.										
2.												
3.												
4.												
Dst.												

e. Petunjuk (Lembar Penilaian Keterampilan)

- Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/pernyataan instrumen
- Berikan skor yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala
- 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)
- Berikan skor sesuai dengan pengamatan Bapak/Ibu contoh, berikan skor 1 jika gerakan 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)

Rumus Penilaian Keterampilan:

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





Lampiran 18. Dokumentasi di Sekolah





## RIWAYAT HIDUP



I Made Abdi Nugraha, lahir di Denpasar pada tanggal 5 Maret 2004. Penulis merupakan anak kedua dari pasangan suami istri, Bapak I Putu Suardana, S.Pd., dan Ibu Ni Nyoman Suarcani serta memiliki satu orang kakak perempuan yakni Ni Putu Devi Wulandari. Penulis berkewarganegaraan Indonesia dengan memeluk agama Hindu. Penulis beralamat di Banjar Sedahan, Desa Gulingan, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan pada jenjang Sekolah Dasar di SD Nomor 3 Gulingan dan lulus pada tahun 2016, kemudian dilanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 1 Mengwi dan lulus pada tahun 2019, serta melanjutkan kembali pada jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Mengwi 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 Belajar PJOK Materi Tangkisan Pencak Silat Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2025/2026”.