

**PENERAPAN MEDIA BAN BEKAS DALAM PEMBELAJARAN
PJOK PADA MATERI TEKNIK PUKULAN BELADIRI
PADA SISWA MTs RAUDLATUS SYABAB**

SKRIPSI

Oleh

Sofyan

2010281012



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA**

2024

**PENERAPAN MEDIA BAN BEKAS DALAM PEMBELAJARAN
PJOK PADA MATERI TEKNIK PUKULAN BELADIRI
PADA SISWA MTs RAUDLATUS SYABAB**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Jember Untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program
Sarjana Pendidikan Olahraga

Oleh
Sofyan
2010281012

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
2024



MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. (Al Baqarah : 286)

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۙ

Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia menjadikan kemudahan baginya dalam urusannya.

(At-Thalaq : 4)

مَنْ دَلَّ عَلَى خَيْرٍ فَلَهُ مِثْلُ أَجْرِ فَاعِلِهِ

Barangsiapa menunjukkan kepada kebaikan, maka ia memperoleh pahala seperti pahala orang yang melakukannya.

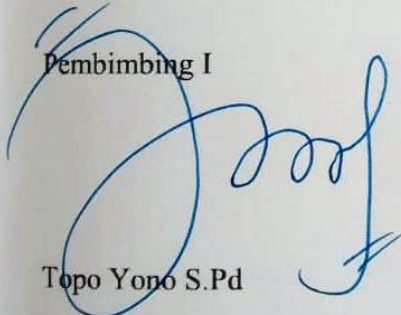
HR. Muslim, no. 1893

HALAMAN PERSETUJUAN

2024.07.15 11:21

Proposal skripsi oleh Sofyan dengan NIM: 2010281012 telah diperiksa dan disetujui
untuk diuji oleh Tim Penguji

Pembimbing I

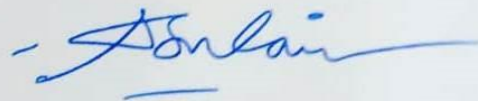


Topo Yono S.Pd

NPK. 1982030211509700

Jember, 11 Juli 2024

Pembimbing II



Ahmad Suliman M.Pd

NPK. 1990011111510698

vivo Y20

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Sofyan ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal

11 Juli 2024

Dewan Penguji,

Dr. Rizki Apriliyanto, M.Pd

Ketua

NPK. 1986040811509694

Topo Yono, M.Pd

Anggota

NPK. 1982030211509700

Ahmad Sulaiman, M.Pd

Anggota

NPK. 1990011111510698

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan



Dr. Fitri Amalia, M.Pd

NIP. 1985062510709477

PRAKATA

Alhamdulillahirobbil alamin tiada kata yang pantas melainkan kata bersyukur kepada Allah swt yang telah melimpahkan rahmat, taufiq hidayah, nikmat dan kekuatan kepada saya dalam menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi, Segala hal yang diusahakan dan diupayakan oleh saya semoga dapat bermanfaat bagi pembaca dan khususnya bagi penulis.

Skripsi yang telah saya tulis berjudul “Penerapan Media Ban Bekas Dalam Pembelajaran Pjok Pada Materi Teknik Pukulan Beladiri Pada Siswa Mts Raudlatus Syabab” yang memuat mulai dari bab I sampai bab VI, Bab I berisi Pendahuluan, bab II berisi Kajian Pustaka, bab III berisi metode penelitian, bab IV berisi hasil penelitian, bab V berisi Pembahasan, dan yang terakhir bab VI berisi Kesimpulan dan Saran.

Dengan penuh kesadaran, penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya atas kekurangan pada penulisan skripsi saya, semoga bisa menjadikan saling membenarkan bersama untuk perbaikan selanjutnya.

Jember, Juli 2024

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, maka menjadi bukti bahwa telah terselesaikannya semua materi mata kuliah peneliti pada jenjang S1 Pendidikan Olahraga (POR) di Universitas Muhammadiyah Jember. Atas segala bantuan peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Hanafi, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Bapak Dr. Fitri Amalia, M.Pd selaku Dekan FKIP
3. Bapak Ahmad Sulaiman, M.Pd selaku Kepala Program Studi Pendidikan Olahraga dan selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Topo Yono, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1 yang memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak H. Moh Mukit, S.Pd.I selaku Kepala Madrasah Tsanawiyah Raudlatus Syabab yang telah memberikan izin tempat penelitian
6. Semua dosen Program Studi Pendidikan Olahraga (POR) dan semua Staf Pengajaran Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember, serta kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Diucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas bantuan dan arahannya.

Jember, Juli 2024

PERSEMBAHAN

Atas segala proses selama perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini, maka suatu kewajiban untuk memanjatkan rasa bersyukur kepada Allah swt, dan skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta ayahanda (Samito) dan ibunda (Sahrami) yang senantiasa selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada saya dalam berbagai aspek, rasanya semua yang telah beliau lakukan dan berikan tidak akan pernah sebanding dengan balasan apapun oleh saya didunia ini.
2. Para Guru/Kiyai/Ustadz mulai TK sampai bangku kuliah
3. Istri tercinta yang selalu support saya baik tenaga maupun pikiran
4. Anak saya tercinta
5. Kepada semua teman kelas POR angkatan 2020 Universitas Muhammadiyah Jember
6. Kepada Agama, Bangsa, Negara dan Almamater tercinta

Jember, Juli 2024

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN LOGO	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI.....	1
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	6
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 LATAR BELAKANG PENELITIAN....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.2 MASALAH PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.3 TUJUAN PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.4 DEFINISI OPERASIONAL.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.4.1. Pengertian bela diri	Error! Bookmark not defined.
1.4.2. Teknik dalam bela diri	Error! Bookmark not defined.
1.5 MANFAAT PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.6 ASUMSI PENELITIAN.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.7 RUANG LINGKUP PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.8 DEFINISI ISTILAH	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
2.1. HAKIAT BELA DIRI	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
2.2. TEKNIK DALAM SENI BELA DIRI TAPAK SUCI.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
2.2.1. Kuda kuda	Error! Bookmark not defined.
2.2.2. Tendangan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.3. Pukulan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3. KAJIAN PENELITIAN YANG RELEVAN.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.

2.3.1. Sejarah pecak silat.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.2. Historikal tapak suci.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.4. Kecepatan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
3.1. RANCANGAN PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.2. DESAIN PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.3. PROSEDUR PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.2.1. perencanaan.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2. Pelaksanaan.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.3. Observasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.4. Refleksi	Error! Bookmark not defined.
3.4. SUBYEK PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.5. LOKASI PENELITIAN DAN WAKTU PENELITIAN.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.4.1. Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.2. Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5. INSTRUMEN DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
3.6. TEKNIK ANALISIS DATA	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
4.1. DESKRIPSI SETTING PENELITIAN ..	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
4.2. HASIL PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
5.1. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
BAB VI	Error! Bookmark not defined.
6.1 KESIMPULAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
6.2 SARAN	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1 2.1 Tabel Data Kategori Berat Badan	22
Tabel 1.4.1 Frekuensi siklus 1	31
Tabel 2.4.2 siklus 1 hasil pengambilan data	32
Tabel 3.4.3 siklus 1 hasil pengambilan data	34
Tabel 4.4.4 Frekuensi siklus 2	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.3.1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas.....	25
Gambar 2.4.1 Diagram siklus 1	32
Gambar 3.4.1 Diagram siklus 2	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat izin penelitian.....	42
Lampiran 2: Surat balasan izin penelitian.....	43
Lampiran 3: Surat keterangan telah melakukan penelitian.....	44
Lampiran 4: Rencana Pembelajaran	45
Lampiran 5: Hasil data penelitian siklus 1	46
Lampiran 6: : Hasil data penelitian siklus 2.....	47
Lampiran 7: Dokumentasi hasil penelitian Sklus 1	48
Lampiran 7: Dokumentasi hasil penelitian Siklus 2	49
Lampiran 8: Pernyataan Keaslian Tulisan	52
Lampiran 9: Riwayat Hidup.....	53

ABSTRAK

Sofyan. 2024 . Penerapan Media Ban Bekas Dalam Pembelajaran PJOK Pada Materi Teknik Pukulan Beladiri Pada Siswa MTs Raudlatus Syabab Tahun Pelajaran 2023-2024, skripsi, Program Studi Olahraga, Fakultas keguruan dan Ilmu pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember.

Pembimbing (1) Topo Yono, M.Pd. (2) Ahmad Sulaiman.

Kata kunci: Beladiri, Teknik Pukulan, Penerapan Media Ban Bekas

Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar Beladiri Teknik Pukulan melalui Modifikasi media ban bekas kelas VIII G MTs Raudlatus Syabab Sumberwringin Sukowono Kabupaten Jember Tahun Ajaran 2023/2024. Ditinjau dari Guru Pendidikan jasmani dalam menerapkan pembelajaran Beladiri Teknik Pukulan masih menggunakan sarana dan prasarana yang ada, menggunakan metode pembelajaran Penerapan media ban bekas pada teknik pukulan, dan hasil pembelajaran keterampilan Beladiri pada Teknik Pukulan pada kelas VIII G di MTs Raudlatus Syabab tergolong rendah. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini Penelitian Tindakan Kelas. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah Teknik analisis deskriptif kualitatif dan kuantitatif, dengan subjek penelitian sejumlah 28 peserta didik kelas VIII G MTs Raudlatus Syabab Sumbwringin. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. teknik pengumpulan data dengan observasi, tes, dan wawancara. Hasil tes pada siklus I dan siklus II, pada siswa yang kategori tuntas sebanyak 13 siswa menjadi 23 siswa, dengan persentase 46% menjadi 82%, siswa dengan kategori tidak tuntas berjumlah 15 siswa menjadi 5 siswa, dengan persentase 54% menjadi 15%, dengan nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 56 menjadi 61. Penerapan teknik bermain di dalam kelas dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan tolak peluru gaya menyamping siswi di kelas VIII G MTs Raudlatus Syabab Sumberwringin.

Abstrak

Sofyan. 2024 . Application of Used Tire Media in physical education, sport and health on Martial Arts Punch Technique Material for student's MTs Raudlatus Syabab for Academic Year 2023-2024, thesis, Sports Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, university of Muhammadiyah Jember .

Supervisor (1) Topo Yono, M.Pd. (2) Ahmad Sulaiman.

Keywords: Martial Arts, Punching Techniques, Application of Used Tire Media.

The aim of this research is to improve the learning result of martial arts punch Techniques through Modifying a tire media for VIII G grade student's at MTs Raudlatus Syabab Sumberwringin Sukowono Jember for the 2023/2024 Academic Year. Reviewed by an physical education teacher on implementation of the martial arts punch technique still uses existing facilities and infrastructure, using the learning method in apply tire media of punch technique, and the results of learning self-defense skills in punch technique in VIII G grade student at MTs Raudlatus Syabab are relatively low. The design used in this research is Classroom Action Research. The data analysis technique used by researchers is qualitative and quantitative descriptive analysis techniques,with research subjects is 28 students in VIII G grade students at MTs Raudlatus Syabab Sumbwringin. This research was conducted in two cycles. The data collection techniques using observation, test and interview. The test results in cycle I and cycle II, in the completed category were 13 students to 23 students, with a percentage of 46% to 82%, the students in the incomplete category were 15 students to 5 students, with a percentage of 54% to 15%, The highest score is 90 and the lowest score is 56 to 61. The application of playing techniques in the classroom can improve the learning outcomes of sideways style shot put skills in VIII G grade students at MTs Raudlatus Syabab Sumberwringin.