

**EFEKTIVITAS PENGEMBANGAN PENCAK SILAT TAPAK SUCI JURUS  
BAYUANGGA TERHADAP KETERAMPILAN MOTORIK KASAR DAN  
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP**

**TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Derajat Gelar S-2  
Program Studi Magister Pedagogi**



**Disusun oleh:**

**IVO SINDIA NUR AZIZAH  
NIM: 202310660211041**

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**Desember 2024**

**EFEKTIVITAS PENGEMBANGAN PENCAK SILAT TAPAK  
SUCI JURUS BAYUANGGA TERHADAP KETERAMPILAN  
MOTORIK KASAR DAN KPERCAYAAN DIRI SISWA SMP**

**IVO SINDIA NUR AZIZAH  
202310660211041**

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, Selasa/ 31 Desember 2024

Pembimbing Utama



**Prof. Dr. Mohammad Syaifuddin**

Pembimbing Pendamping



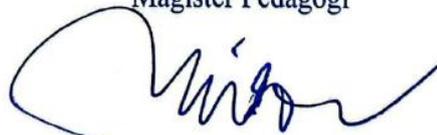
**Dr. Budiono**

Direktur  
Program Pascasarjana



**Prof. Latipun, Ph.D.**

Ketua Program Studi  
Magister Pedagogi



**Dr. Agus Tinus**

# TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**IVO SINDIA NUR AZIZAH**  
202310660211041

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada hari/tanggal, Selasa/ 31 Desember 2024  
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan  
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana  
Universitas Muhammadiyah Malang

## SUSUNAN DEWAN PENGUJI

**Ketua : Prof. Dr. Mohammad Syaifuddin**

**Sekretaris : Dr. Budiono**

**Penguji I : Dr. Siti Fatimah Soenaryo**

**Penguji II : Dr. Nurul Zuriah**

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan karunia dan hidayahNya, sehingga tesis yang berjudul “Efektivitas Pengembangan Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP” dapat terselesaikan.

Selama penyusunan tesis ini, penulis menyadari bahwa semua tidak akan selesai dengan baik tanpa bimbingan, motivasi dan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Nazaruddin Malik, M.Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang dan Prof. Dr. Latipun, Pd.D., selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Dr. Agus Tinus, M.Pd., selaku Kepala Program Studi Magister Pedagogi Universitas Muhammadiyah Malang. Terima kasih atas bantuan, bimbingan, saran, dan motivasinya sehingga kami bisa menyelesaikan studi tepat waktu.
3. Prof. Dr. Mohammad Syaifuddin, MM. sebagai pembimbing utama, yang telah banyak meluangkan waktu, membimbing dengan sabar dan memberikan saran dalam menyelesaikan tesis.
4. Ascc. Prof. Dr. Budiono, M.Si sebagai pembimbing pendamping yang selalu dengan sabar membimbing kami, menyediakan waktu dan memberikan saran dalam menyempurnakan tesis.
5. Ascc. Prof. Dr. Siti Fatimah Soenaryo, M.Pd. dan Ascc. Prof. Dr. Nurul Zuriah, M.Si., selaku dosen penguji. Terima kasih atas bantuan, saran dan semua ilmu yang telah diberikan saat pelaksanaan seminar proposal dan ujian tesis.
6. Bapak dan ibu seluruh dosen pengampu mata kuliah pada Program Studi Magister Pedagogi yang telah mengajar kami sejak semester 1 sampai semester 3. Insya Allah ilmu yang bapak, ibu sampaikan akan menjadi bekal kami dalam mendidik dan mengembangkan pendidikan di tempat masing-masing.

7. Sahabat dan saudara seperjuangan, Kelas B Magister Pedagogi Program BGSMA Angkatan I Tahun 2023. Semoga silaturahmi ini akan tetap terjalin sampai kapan pun, kalian adalah yang terbaik.
8. Orang tua tercinta, Bapak Qoyyimuddin dan Alm ibu Mistiyah yang senantiasa mendukung dan memberikan dukungan penuh, tetapi juga dengan bijaksana mendorong dan menyuruh saya untuk terus maju dan menyelesaikan pendidikan ini. Semua doa, cinta, dan pengorbanan kalian menjadi kekuatan utama saya dalam menyelesaikan tesis ini.
9. Semua pihak yang telah membantu kami baik secara langsung maupun tidak langsung. Mudah-mudahan atas segala bantuannya baik moral, material, maupun spiritual mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan kontribusi positif, baik secara akademis maupun praktis, bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Akhir kata, penulis berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan berkah-Nya kepada kita semua.

Malang, 31 Desember 2024

**IVO SINDIA NUR AZIZAH**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	i
HALAMAN DAFTAR PENGUJI .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR GRAFIK .....	vii
DAFTAR TABEL .....	viii
SURAT PERTANYAAN .....	x
ABSTRAK .....	xi
<b>A. PENDAHULUAN</b> .....	1
1. Latar Belakang .....	5
2. Rumusan Masalah .....	5
3. Tujuan Masalah .....	5
4. Manfaat Penelitian .....	5
<b>B. KAJIAN TEORI</b> .....	6
1. Keterampilan Motorik Kasar .....	6
2. Kepercayaan Diri .....	9
3. Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga .....	10
<b>C. METODE PENELITIAN</b> .....	12
1. Tahap Pengembangan Produk .....	13
2. Desain Uji Coba Produk .....	16
<b>D. HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	20
1. Hasil .....	20
2. Pembahasan .....	36
<b>E. KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	43
1. Kesimpulan .....	43
2. Saran .....	43
DAFTAR PUSTAKA .....	45
LAMPIRAN .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Prosedur Pengembangan berdasarkan Model Pengembangan ADDIE .....	13
Gambar 2	Jurus Dasar Pencak Silat .....	22
Gambar 3	Jurus Bayuangga .....	27
Gambar 4	Uji Coba Kelompok Kecil .....	32
Gambar 5	Uji Coba Kelompok Besar .....	32



## DAFTAR GRAFIK

Grafik 1	Persentase Kemampuan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa .....	39
----------	---	----



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Indikator Variabel Keterampilan Motorik Kasar .....	8
Tabel 2	Indikator Variabel Kepercayaan Diri .....	10
Tabel 3	Interval Rata-rata Penilaian .....	17
Tabel 4	Instrumen Uji Coba Kemenarikan dan Keefektivan .....	18
Tabel 5	Instrumen Responden Siswa Keefektivan Jurusan Bayuangga .....	19
Tabel 6	Hasil Validasi .....	27
Tabel 7	Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kemampuan Motorik Kasar .....	30
Tabel 8	Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kepercayaan Diri .....	31
Tabel 9	Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Besar Kemampuan Motorik Kasar .....	33
Tabel 10	Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kepercayaan Diri .....	34



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ivo Sindia Nur Azizah  
NIM : 202310660211041  
Program Studi : Magister Pedagogi

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **EFEKTIVITAS PENGEMBANGAN PENCAK SILAT TAPAK SUCI JURUS BAYUANGGA TERHADAP KETERAMPILAN MOTORIK KASAR DAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 31 Desember 2024

akan.  
  
Ivo Sindia Nur Azizah

## ABSTRAK

Azizah, Ivo Sindia Nur, 2024. *Efektivitas Pengembangan Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga Terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP*. Tesis. Program Studi Magister Pedagogi. Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang, Pembimbing: 1) Prof. Dr. Mohammad Syaifuddin, MM., 2) Asoc. Prof. Dr. Budiono, M.Si. E-mail: ivoazizah01@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan metode pelatihan Teknik Bayuangga untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) dengan analisis data kualitatif dan kuantitatif. Data kuantitatif meliputi pengukuran validitas dan efektivitas gerakan, sedangkan data kualitatif diperoleh dari saran, komentar, revisi, dan pengamatan selama uji coba di SMP Muhammadiyah 3 Gending. Hasil validasi oleh prajurit menunjukkan skor 83%, implementasi pada siswa menghasilkan skor kemampuan motorik kasar sebesar 84% dan kepercayaan diri sebesar 81,9%. Hasil ini membuktikan bahwa Teknik Bayuangga efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa. Kesimpulannya, pengembangan Jurus Bayuangga dapat menjadi acuan bagi sekolah untuk program pembelajaran pencak silat Tapak Suci untuk meningkatkan kemampuan fisik dan kepercayaan diri siswa.

**Kata kunci:** *Jurus Bayuangga, Keterampilan Motorik Kasar, Kepercayaan Diri.*

## ABSTRACT

Azizah, Ivo Sindia Nur, 2024. *The Effectiveness of the Development of Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga on Gross Motor Skills and Confidence of Junior High School Students*. Thesis. Master of Pedagogy Study Program. Postgraduate Program of the University of Muhammadiyah Malang, Supervisor: 1) Prof. Dr. Mohammad Syaifuddin, MM., 2) Assc. Prof. Dr. Budiono, M.Si. E-mail: ivoazizah01@gmail.com

This research aims to develop the Bayuangga Technique training method to improve gross motor skills and confidence of junior high school students. The research uses the ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) development model with qualitative and quantitative data analysis. Quantitative data includes measuring the validity and effectiveness of moves, while qualitative data is obtained from suggestions, comments, revisions, and observations during the trial at SMP Muhammadiyah 3 Gending. The results of validation by the warrior showed a score of 83%, the implementation on students resulted in a gross motor ability score of 84% and confidence of 81.9%. This result proves that the Bayuangga Technique is effective in improving students' gross motor skills and confidence. In conclusion, the development of Jurus Bayuangga can be a reference for schools for the Tapak Suci pencak silat learning program to improve students' physical abilities and confidence.

**Keywords:** *Jurus Bayuangga, Gross Motor Skills, Confidence.*

## **A. Pendahuluan**

### **1. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam pembentukan generasi masa akan datang yang lebih kompeten dan berkualitas (A. Aly, 2023; Sofradzija, 2021). Sistem pendidikan di Indonesia telah mengalami perubahan dalam pengembangan kurikulum, dari KTSP menjadi K13 dan sekarang menjadi kurikulum pembelajaran mandiri (Rahmadani, 2023). Namun, ada kekhawatiran di kalangan guru dan siswa tentang perubahan ini (An'nisa & Rahmawati, 2023). Pemerintah memainkan peran penting dalam menyediakan fasilitas dan sumber daya yang diperlukan bagi siswa, sementara orang tua dan pendidik perlu menanamkan antusiasme yang tinggi untuk belajar pada anak-anak (Yusuf Effendi, 2021). Kurikulum 2013 menerapkan penilaian autentik untuk menilai kemajuan belajar peserta didik yang meliputi sikap (sosial emosional), pengetahuan (kognitif), dan keterampilan (psikomotor) (Dr. Mahdiansyah, 2019).

Pengembangan keterampilan motorik kasar sangat penting untuk pertumbuhan dan kesejahteraan anak-anak secara keseluruhan (Hussain & Cheong, 2022; Samodra, 2023). Perkembangan keterampilan motorik kasar anak penting bagi seluruh aspek perkembangannya secara keseluruhan. Mengembangkan keterampilan motorik kasar pada siswa memiliki beberapa manfaat. Meningkatkan keterampilan motorik dapat menyebabkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan yang lebih baik pada anak-anak dan remaja (Barnett, 2019; Rehtik, 2019). Keterampilan motorik adalah dasar untuk pengembangan perilaku dan membuka peluang baru untuk belajar (Hoch, 2020). Keterampilan motorik kasar anak berkembang melalui berbagai faktor dan intervensi. Meningkatkan keterampilan ini memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Keterampilan motorik kasar memungkinkan siswa untuk terlibat dalam aktivitas fisik, seperti berlari, melompat, dan melempar, yang penting untuk kebugaran fisik dan koordinasi mereka (M. Akbar Husein Allsabab, 2022; Ningrum, 2022; Samodra, 2023).

Ketika siswa memasuki jenjang sekolah menengah pertama dari sekolah dasar atau berpindah dari masa kanak-kanak ke masa pubertas, maka tingkat bakat mesin

bersih siswa masih dalam batas perubahan, dimana kemampuan bersih siswa di sekolah dasar belum terbentuk secara baik.( Itsna Asyara Rizki, 2020). Pengembangan keterampilan motorik kasar melibatkan koordinasi dan pergerakan bagian tubuh besar, seperti lengan dan kaki, dan dapat dinilai menggunakan ukuran standar. Selain itu, kegiatan keterampilan motorik dapat meningkatkan kesiapan sekolah dengan mempromosikan berbagai aspek perkembangan anak, termasuk kompetensi motorik, fungsi eksekutif, keterampilan berhitung dan juga dapat mengembangkan keterampilan motorik dapat berkontribusi pada kepercayaan diri dan harga diri mereka (Budiman, 2019; Rahmawati, 2021).

Membangun kepercayaan diri pada siswa sangat signifikan karena beberapa alasan. Peningkatan kepercayaan memiliki implikasi positif bagi kesejahteraan, aspirasi, dan pengalaman siswa di sekolah. Secara keseluruhan, membangun kepercayaan diri pada siswa sangat penting untuk pertumbuhan pribadi mereka, kesuksesan akademik, dan upaya profesional masa depan (Bray, 2020). Membangun kepercayaan pada siswa memiliki beberapa manfaat. Ini dapat meningkatkan minat siswa dalam teknik dan meningkatkan retensi di kursus selanjutnya. Hal ini juga dapat mengoptimalkan keterlibatan siswa, retensi, dan keberhasilan dalam pendidikan tinggi (P. J. Heron & Williams, 2022; P. Heron & Williams, 2023). Kepercayaan diri mempengaruhi keterampilan motorik kasar siswa. Mengapa demikian? Karena saat siswa tidak percaya diri atau tidak berani tampil secara otomatis kasarnya juga tidak berkembang secara ideal (Pardilla, 2019).

Banyak cara untuk mengembangkan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yaitu salah satu cara yang unik yaitu dengan kegiatan ekstra pencak silat Tapak Suci. Kegiatan ekstrakurikuler melayani beberapa fungsi utama, mereka memberi siswa kesempatan untuk menerapkan pengetahuan mereka dan memperoleh pengetahuan baru melalui pendidikan mandiri (Kaminska, 2022). kegiatan ekstrakurikuler berperan dalam pendidikan intelektual dengan meningkatkan kemampuan kognitif dan menghubungkan perkembangan intelektual dengan bidang pendidikan lainnya (Aleksov, 2022). Pencak Silat Tapak Suci memainkan peran penting sebagai bentuk seni bela diri. Ini berfungsi sebagai sarana pendidikan jasmani dan spiritual, menanamkan disiplin, toleransi, kerja keras, agama, dan cinta perdamaian(Kamal,

2023). Pencak Silat juga bertujuan untuk mengembangkan karakter mulia dan identitas nasional melalui latihan latihan pernapasan, puasa, dan ritual tertentu(Khairul Sasmita, Eri Barlian, 2023). Ini adalah warisan budaya yang perlu dilestarikan dan diturunkan dari generasi ke generasi(Ediyono, 2023). Pencak Silat Tapak Suci mengajarkan tidak hanya gerakan dan teknik dasar tetapi juga nilai-nilai Islam seperti ibadah, aqidah, dan moralitas(Oman Hadiana, Herman Subarjah, Amung Ma'mun, Mulyana Mulyana, Didik Rilastiyo Budi, 2022). Pencak Silat Tapak Suci juga berperan dalam menjaga kesehatan melalui olahraga, berkontribusi pada keseimbangan fisik dan spiritual serta meningkatkan produktivitas(Jafar, 2023; Oman Hadiana, Herman Subarjah, Amung Ma'mun, Mulyana Mulyana, Didik Rilastiyo Budi, 2022).

Kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci yang telah diberikan pada siswa di SMP Muhammadiyah 3 Gending dalam rangkaian gerakan umum di Tapak Suci yaitu gerakan pukulan, tendangan, tangkisan serta bantingan. Namun dalam perkembangan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa kurang maksimal karena kepercayaan diri untuk berani maju menggerakkan badannya masih merasa malu sehingga perlu di tingkatkan lagi dalam model latihan pengembangan rangkaian gerak baru yang menarik dan mudah ditirukan oleh siswa.

Dilihat dari hasil pengamatan, keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP Muhammadiyah 3 Gending perlu ditingkatkan lagi. Kegiatan ekstrakurikuler yang sudah terlaksana di SMP seharusnya mampu mengembangkan keterampilan serta kepercayaan diri pada siswa. Namun faktanya belum berkembang secara ideal.

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, penelitian ini dipilih karena dalam pengembangan kemampuan motorik kasar di SMP Muhammadiyah 3 Gending kurang berkembang secara ideal. Oleh karena itu peneliti bertujuan meneliti kemampuan motorik kasar sekaligus kepercayaan diri melalui kegiatan pengembangan jurus baru yaitu rangkaian jurus Bayuangga pada Pencak Silat Tapak Suci sebagai metode pelatihan, sehingga memberikan kontribusi positif bagi pendidikan dan perkembangan anak di masa depan.

Penelitian yang ditulis oleh (Midona, 2022) yang berjudul Pengaruh Renang Gaya Dada Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Siswa SMP KELAS VII. Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan tujuan untuk mencari pengaruh renang gaya dada terhadap kemampuan motorik kasar pada siswa SMP. Berdasarkan hasil analisis data adanya pengaruh yang signifikan renang gaya dada terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar yaitu  $U_{hitung} < U_{tabel}$   $10 < 11$ .

Penelitian yang ditulis oleh (Nur Amalah Firman, 2023) yang berjudul Pengaruh Kegiatan Senam Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai kemampuan motorik kasar anak pada posttest lebih tinggi dari nilai pretest. Hasil dari uji teori dengan menggunakan uji beda wilcoxon ternyata terdapat pengaruh terhadap kemampuan mesin neto anak TK Dharma Wanita SMP Negeri 1 Majauleng dengan memanfaatkan latihan akrobatik.

Penelitian yang ditulis oleh (Sunani Ariyanti, 2022) yang berjudul Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian ini *pre-eksperimental design*. Penelitian ini menggunakan rancangan dengan bentuk *one group pretest -post test design*. Hasil dari penelitian tersebut adanya peningkatan rata-rata kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan tindakan, dengan demikian hipotesis penelitian dapat diterima yaitu konseling kelompok melalui teknik play therapy efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Penelitian yang ditulis oleh (Genita Permata, 2023) yang berjudul Keefektifan Permainan Simulasi Monopoli Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Kuliner SMKN 8 Blitar. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan one group design pretest dan posttest. Hasil dari penelitian ini yaitu bahwa permainan simulasi monopoli efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas X Kuliner di SMKN 3 Blitar.

Berdasarkan dari penelitian terdahulu tentang keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri pada siswa SMP, novelty penelitian *Efektivitas Pengembangan Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga Terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP* yaitu metode pengembangan kepercayaan diri dan keterampilan motorik kasar melalui pencak silat tapak suci dengan pengembangan rangkaian jurus baru yang menarik dan mudah ditirukan oleh siswa.

## **2. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang valid dan praktis?
2. Bagaimana kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci Jurus Bayuangga?
3. Bagaimana keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?

## **3. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengembangkan gerakan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang valid dan praktis.
2. Untuk mengetahui kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci jurus Bayuangga.
3. Untuk mengetahui keefektivan pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

## **4. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoretis
  - a. Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pendidikan jasmani, khususnya dalam metode pembelajaran pencak silat untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa.
  - b. Memperluas wawasan mengenai aplikasi model pengembangan ADDIE dalam pembelajaran seni bela diri tradisional.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru dan Pelatih: Sebagai pedoman dalam mengintegrasikan latihan jurus Bayuangga ke dalam pembelajaran atau pelatihan olahraga di sekolah.
- b. Bagi Siswa: Meningkatkan keterampilan motorik kasar, kepercayaan diri, dan kedisiplinan melalui latihan pencak silat.
- c. Bagi Sekolah: Meningkatkan kualitas program ekstrakurikuler pencak silat sebagai bagian dari pengembangan karakter siswa.

## **B. Kajian Teori**

### **1. Keterampilan Motorik Kasar**

Keterampilan motorik kasar sangat penting untuk kompetensi motorik, pengembangan, kesehatan, dan keunggulan atletik. Namun, ada bukti penurunan tingkat keterampilan motorik kasar secara global, terutama pada anak-anak. Studi yang berbeda telah mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi pengembangan keterampilan motorik kasar. Satu studi yang dilakukan di Pakistan menemukan bahwa mempraktikkan keterampilan permainan budaya tradisional dengan gangguan kontekstual tinggi menghasilkan akuisisi dan retensi keterampilan motorik kasar yang lebih baik dibandingkan dengan jadwal latihan rendah dan sedang (Hussain & Cheong, 2022). Motorik kasar mengacu pada pengembangan dan kontrol gerakan otot besar dalam tubuh. Ini melibatkan koordinasi dan penggunaan anggota badan dan bagian tubuh untuk kegiatan seperti berlari, melompat, dan melempar (Izzati, 2019).

Hurlock (1998) dalam (Hidayanti, 2019) menjelaskan kemampuan motorik kasar sebagai pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan spinal cord, yaitu kemampuan yang dibutuhkan sejak usia dini sebagai bagian dari pertumbuhan dan peningkatan anak. Hampir semua anak usia 2 tahun sudah bisa duduk, berdiri, berjalan, menendang, naik turun tangga, berlari dan melompat. Kemampuan motorik dibangun dari usia anak kecil dan akan semakin unggul seiring bertambahnya usia hingga dewasa. Sementara itu menurut Sage (1984) dalam (Monicha, 2020) menjelaskan pentingnya perkembangan motorik kasar anak sebagai salah satu aspek perkembangan yang sangat penting bagi anak, bahwa keterampilan seseorang berkaitan dengan eksekusi dalam melaksanakan berbagai kemampuan yang diperoleh sejak masa kanak-kanak.

Keterampilan motorik kasar adalah komponen penting dari perkembangan anak. Mereka termasuk keterampilan lokomotor seperti berlari, melompat, dan melompat dan keterampilan kontrol objek seperti melempar, menangkap, dan menendang (Catherine Mamaid Capio, Cynthia Sin Yi Choi, 2022; Faradillah Firdaus, 2022; Li, 2022). Komponen-komponen tersebut penting untuk perkembangan keseluruhan anak-anak dan berkontribusi pada kemampuan fisik dan kesehatan mereka. Oleh karena itu, mendorong pengembangan keterampilan motorik kasar sangat penting untuk mempromosikan perkembangan dan kesejahteraan secara keseluruhan pada anak-anak.

Indikator pencapaian perkembangan siswa adalah penanda perkembangan terukur khusus yang digunakan untuk memantau atau menilai perkembangan anak pada usia tertentu. Menurut Sugiyono dan Decaprio dalam (Dody Prastyo Utomo & Nanik Indahwati, 2019; Nur Azizah & Dheasari, 2023) menjelaskan bahwa keterampilan motoric memiliki 8 komponen yaitu kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincihan, keseimbangan, kelenturan/fleksibilitas, dan koordinasi.

Pada komponen kekuatan, kekuatan adalah elemen gerakan yang tidak terpisahkan, dan kekuatan adalah prasyarat terpenting untuk keterampilan motorik. Dalam olahraga anak, kekuatan merupakan unsur penting dari keterampilan motorik, karena berkaitan dengan otot-otot tubuh yang menyebabkan terjadinya gerakan tubuh. Komponen kecepatan, tidak semua gerakan membutuhkan kecepatan, namun keberhasilan gerakan tubuh juga bergantung pada faktor kecepatan. Kecepatan gerak motor. Kecepatan biasanya digunakan dalam keterampilan motorik untuk mengukur keberhasilan atletik siswa. Komponen power, power sebagai komponen dasar dari suatu elemen motor. Force digunakan oleh anak saat melakukan gerakan maksimal. Atau, gaya adalah gerakan untuk menghasilkan kecepatan dan gaya maksimum. Ketika seorang siswa melakukan gerakan keterampilan motorik, gaya menjadi prinsip yang terkait dengan dorongan tubuh atau bagian dari kekuatan penuh. Komponen ketahanan, ketahanan merupakan hasil dari kemampuan psikologis seorang siswa untuk mendukung gerakan-gerakan yang dilakukan oleh seorang anak. Ketahanan dapat dibagi menjadi dua. Yang pertama adalah resistensi yang terkait dengan kekuatan kedua yang terkait dengan pernapasan. Komponen kelincihan, keberhasilan seorang

anak dalam melakukan olahraga juga sangat bergantung pada mobilitasnya. Kelincahan merupakan faktor penting yang mempengaruhi gerakan. Kelincahan adalah ukuran tes kinerja atletik anak. Komponen keseimbangan, keseimbangan adalah aspek efisien menanggapi gerakan dan faktor dasar gerakan. Kemampuan untuk menyeimbangkan ini membantu menjaga sistem saraf tetap stabil dan dapat bereaksi secara efisien untuk mengontrol gerakan tubuh secara efektif selama berolahraga. Komponen kelenturan (fleksibilitas), fleksibilitas sangat penting dalam keterampilan motorik karena merupakan faktor kemampuan seseorang untuk bergerak. Fleksibilitas didefinisikan sebagai gerakan sendi yang berhubungan dengan gerakan tubuh dan peregangan yang bergantung pada kelenturan dan regangan otot-otot di sekitarnya. Komponen koordinasi, koordinasi merupakan elemen penting sebagai elemen utama terakhir dari keterampilan motorik. Ketukan yang terkoordinasi menjadi dasar pelaksanaan latihan yang dilakukan oleh anak. Dalam keterampilan motorik, koordinasi didefinisikan sebagai kemampuan pelaku untuk mengintegrasikan jenis-jenis latihan. Bentuk yang lebih spesifik.

Pada penelitian ini, indikator keterampilan motorik kasar yang digunakan disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 1 Indikator Variabel Kemampuan Motorik Kasar**

No	Variabel	Indikator
1.	Kekuatan	Siswa mampu menggunakan sekelompok ototnya untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban.
2.	Kecepatan	Siswa mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.
3.	Power	Siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.
4.	Ketahanan	Siswa mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.
5.	Kelincahan	Siswa mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat
6.	Keseimbangan	Siswa mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.
7.	Kelenturan	Siswa mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh
8.	Koordinasi	Siswa mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi

**Sumber:** (Nur Azizah & Dheasari, 2023)

## 2. Kepercayaan Diri

Salah satu aspek penting untuk anak miliki yaitu percaya diri. Percaya diri ialah sesuatu keahlian dalam berperan dimana anak mempunyai kepercayaan hendak kemampuan diri, tidak pasif, kepemimpinan serta inisiatif (Susilawati, 2023). Ini memainkan peran penting dalam berbagai aspek pengembangan siswa, seperti kinerja akademik, kemampuan penalaran matematika, keterampilan berbicara, dan kemampuan beradaptasi dalam proses pembelajaran. Para ahli telah menemukan bahwa kepercayaan diri dapat dikembangkan melalui berbagai metode, termasuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, penerapan metode presentasi kelompok, dan pendekatan inovatif untuk pembelajaran online. Namun, telah diamati bahwa tingkat kepercayaan diri siswa bervariasi, dengan beberapa siswa menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang moderat. Untuk mengoptimalkan kepercayaan diri siswa, penelitian lebih lanjut direkomendasikan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi tambahan dan untuk mendorong siswa untuk merefleksikan perkembangan kepercayaan diri mereka selama proses pembelajaran (Fauziah & Irmayanti, 2022; Jati & Soebagyo, 2023; Sihombing, 2023). Kepercayaan diri siswa mengacu pada sikap dan perilaku positif yang memungkinkan siswa untuk memiliki penilaian positif terhadap diri mereka sendiri dan kemampuan mereka, serta lingkungan dan situasi yang mereka hadapi (Alawiyah, 2023). Kepercayaan diri dapat dikembangkan melalui berbagai metode, termasuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, penerapan metode presentasi kelompok, dan dorongan siswa untuk mengekspresikan pendapat mereka dan mengajukan pertanyaan.

Indikator pencapaian perkembangan siswa adalah penanda perkembangan terukur khusus yang digunakan untuk memantau atau menilai perkembangan anak pada usia tertentu. Menurut Lauster dalam Maulida, S. R., & Dhania, D. R. dalam (Hadiyati & Fatkhurahman, 2021; Purwa Ningsih, 2021) indikator kepercayaan diri yaitu: percaya pada kemampuan sendiri; mandiri dalam mengambil keputusan; memiliki rasa positif terhadap diri sendiri; berani mengungkapkan pendapat. Menurut Lauster (2003) dalam (Amri, 2019), ada beberapa aspek dari kepercayaan diri yakni sebagai berikut: (1) Kepastian akan kemampuan seseorang, khususnya sikap positif seseorang terhadap dirinya bahwa ia benar-benar memahami apa yang dilakukannya; (2) Idealis,

yaitu sikap positif seseorang yang senantiasa mempunyai pandangan yang baik dalam mengatur segala sesuatu tentang dirinya, kepercayaan dan kemampuannya; (3) Objektif, yaitu individu yang yakin dalam memandang suatu persoalan atau segala sesuatu; (4) sesuatu yang sesuai dengan kebenaran yang tepat, tidak sesuai dengan kebenaran individual; (5) Kewajiban, yaitu keinginan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang mempunyai akibat dan (6) Rasional yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka pada penelitian ini, indikator keterampilan motorik kasar yang digunakan disajikan pada tabel berikut

**Tabel 2 Tabel Indikator Variabel Kepercayaan Diri**

No	Variabel	Indikator
1.	Yakin pada kemampuannya sendiri	Siswa mampu meyakinkan diri sendiri bahwa dia bisa dalam materi pencak silat.
2.	Optimis	Siswa mampu mempunyai harapan yang ada pada dirinya sendiri.
3.	Mandiri dalam mengambil keputusan	Siswa mampu mandiri terhadap apa yang akan dilakukan sesuai yang di latihkan
4.	Berani mengemukakan pendapat	Siswa mampu berani tampil maju di depan.

**Sumber:** (Rizal, 2021)

### **3. Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga**

Pencak silat adalah salah satu budaya asli indonesia, para ahli pencak silat dan ahli pencak silat dengan tegas menyatakan bahwa orang melayu pada zaman itu menciptakan menggunakan pencak silat sejak abad ke 7 (Ridwan, 2023). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pencak silat diartikan sebagai permainan pertahanan diri dengan kemahiran menangkis, menyerang, dan bertahan dengan atau tanpa senjata. Pencak silat juga merupakan seni bela diri, sehingga memiliki unsur keindahan dan aksi (Zahara, 2022). Pencak Silat berfungsi sebagai metode pelatihan yang efektif karena berbagai teori yang didukung oleh penelitian. Salah satu teorinya adalah Pencak Silat mengajarkan karakter yang tinggi dan refleksi diri melalui ritual dan latihan fisik dan mental, sehingga mengarah pada pemahaman yang lebih baik tentang kemampuan seseorang dan keindahan gerakan dan semangat (Ediyono, 2023).

Dalam pertandingan pencak silat terdapat empat cabang, yaitu: tanding, tunggal, ganda, beregu dan solo kreatif. Terdapat tiga aspek yang harus disiapkan untuk mencapai prestasi dalam cabang olahraga pencak silat, yaitu: fisik, teknik dan mental. Diantara ke tiga aspek tersebut saling berkesinambungan dan tidak dapat dipisahkan (Hariyanti, 2019; Linggar Eka Prasetya, 2021). Gerakan fisik adalah perkembangan tubuh akibat kerja otot rangka yang terjadi dalam penggunaan vitalitas. Terdapat beberapa komponen fisik yang harus disiapkan yaitu: kecepatan, kelincahan, ketepatan, keseimbangan, fleksibilitas, power, kekuatan dan koordinasi. Salah satu komponen fisik yang penting ialah fleksibilitas. “Fleksibilitas adalah efektivitas seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh yang luas” (Hariyanti, 2019; Nur Azizah & Dheasari, 2023; Pardilla, 2019).

Gerakan dasar dalam pencak silat yaitu pukulan, tendangan, hindaran, bantingan dan jatuhan (Sasmitha, 2020; Sugiharto & Rejeki, 2023). Mengidealkan dominasi perkembangan pencak silat harus dimulai dari awal persiapan, khususnya ketika seorang pelatih mendidik muridnya perkembangan perkembangan pencak silat. “Persiapan yang baik adalah persiapan yang mengkondisikan segala sesuatu yang harus diambil setelah koordinat.” Pelatihan yang terburu-buru dalam mengajarkan suatu teknik dengan tidak memperhatikan teknik gerak secara detail, hanya akan menciptakan seorang pesilat yang hanya hapal jurus saat mengikuti perlombaan. Karena ia sudah terbiasa melakukan jurus-jurus pencak silat yang bersifat *off-base*. Hal inilah yang menjadi permasalahan kelak sebab pembetulan gerakannya sulit dilakukan (Suryadin, 2020).

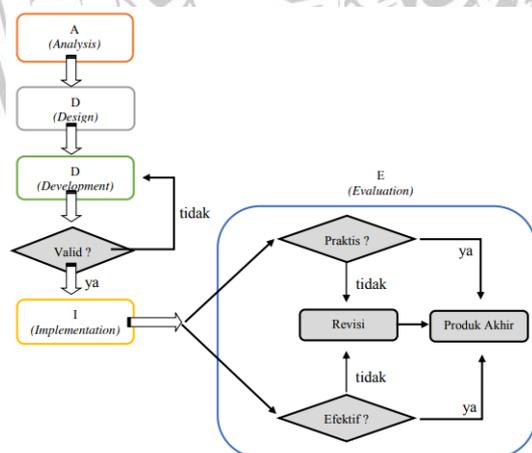
Model latihan yang digunakan saat ini yaitu gerak jurus Bayuangga yang mana pelatih memperagakan di depan siswa dan diikuti oleh siswa, karena gerakan tersebut mudah di tiru oleh siswa dan mencakup semua gerakan dasar pencak silat. Jurus bayuangga adalah jurus yang dikembangkan oleh peneliti sebagai metode latihan yang mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa seta kemampuan motorik kasarnya. Jurus bayuangga tergolong jurus solo kreatif, yaitu gerakan seni pencak silat mengandung filosofi logis yang dibuat oleh pesilat itu sendiri dan bukan gerakan baku IPSI. Kata Bayuangga diambil dari salah satu ikon kota Probolinggo yang memiliki nilai sejarah dan budaya yang tinggi. Bayuangga merupakan gabungan dari kata

“bayu” = angin, “ang” = anggur dan “ga” = mangga. Rangkaian gerak jurus bayuangga adalah gabungan gerakan dasar pencak silat tapak suci yang di hubungkan menjadi satu, yaitu pukulan, tendangan, tangkisan, serta bantingan. Dengan adanya gerakan baru ini, gerakan siswa akan terkoordinasi dengan baik sehingga membuat siswa menjadi percaya diri terhadap gerakan yang mereka tirukan.

### C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan atau *research and development* untuk menghasilkan produk dan menguji efektivitasnya. Penelitian *research and development* menggunakan model ADDIE yaitu, analisis (*analysis*), desain (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*). Model pengembangan ini dipilih karena relevan dengan produk yang akan dikembangkan dalam penelitian ini. Adapun penilaian kualitas pada penelitian ini mengacu pada *validity* (kevalidan), *practically* (kepraktisan), dan *effectiveness* (keefektifan). Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

#### 1. Tahap Pengembangan Produk



**Gambar 1** Prosedur Pengembangan Berdasarkan Model Pengembangan ADDIE

Penjelasan lebih detail mengenai kegiatan pada setiap fase model pengembangan ADDIE adalah sebagai berikut.

## **1. Tahap *Analysis* (Analisis)**

Pada tahap ini adalah tahap awal persiapan sebelum merancang untuk membuat metode latihan. Pada tahap ini dilakukan analisis perlunya pengembangan metode latihan. Prosedur umum pada tahap analisis adalah analisis permasalahan, analisis kebutuhan siswa, analisis kondisi, analisis karakteristik siswa dan analisis rencana kerja yang akan dijelaskan sebagai berikut.

### **a. Analisis permasalahan**

Pada tahap ini, peneliti melakukan analisis mengenai masalah yang timbul dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa SMP. Analisis didasarkan pada informasi yang dikumpulkan melalui survei lapangan. Analisis dilakukan untuk mengetahui penyebab terjadinya masalah serta membatasi ruang lingkup kajian sebagai solusi penyelesaian masalah tersebut.

### **b. Analisis Kebutuhan (*need assessment*)**

Pada tahap ini, dilakukan dengan mengidentifikasi kebutuhan siswa yaitu siswa SMP dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci. Adapun langkah-langkah yang dilakukan untuk mengidentifikasi karakteristik siswa tersebut sebagai berikut.

- (1) Menganalisis sarana dan prasarana saat latihan
- (2) Mengumpulkan informasi mengenai cara yang disukai siswa dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler

Hasil dari kegiatan ini selanjutnya digunakan sebagai pedoman rancangan untuk mengembangkan metode latihan.

### **c. Analisis Kondisi**

Analisis kondisi bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai kondisi yang dibutuhkan siswa dalam proses kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci. Analisis kondisi pembelajaran dilakukan dengan mengkaji berbagai kondisi saat kegiatan, sarana prasarana, serta pendekatan/metode/model latihan yang dibutuhkan oleh siswa.

### **d. Analisis Karakteristik Siswa**

Analisis karakteristik siswa, yaitu mengenal ciri-ciri siswa dan mengetahui media pembelajaran mana yang layak digunakan dengan ciri-ciri siswa tertentu. Dari analisis karakteristik siswa, siswa akan dapat memperoleh kapasitas keilmuan dan

kapasitas awal, melihat inspirasi siswa, tertarik dalam belajar dan terlibat. Data diperoleh dari observasi terhadap siswa.

#### **e. Analisis Rencana Kerja**

Pada tahap ini dibuat suatu rencana kerja lanjutan mulai dari penyusunan perencanaan sampai dengan diperolehnya hasil akhir. Adapun rencana kerja pada penelitian ini adalah sebagai berikut.; 1) menyusun tujuan pengembangan, 2) membuat desain metode latihan jurus bayuangga 3) *Validasi* produk 4) *Implementasi* (uji coba), 5) menguji kepraktisan dan keefektifan produk, 6) Evaluasi.

Berdasarkan hasil observasi ditunjukkan bahwa perkembangan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa di SMP Muhammadiyah 3 Gending belum berkembang secara optimal. Masalah penyebab belum berkembangnya keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yaitu siswa masih malu dan belum berani tampil menggerakkan tubuhnya. Karena jurus yang diterapkan susah ditirukan sehingga kegiatan ekstrakurikuler kurang efektif, membuat siswa merasa cepat bosan, tidak termotivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan keterampilan motorik kasar siswa juga belum berkembang.

### **2. Tahap *Design* (Desain)**

Untuk mengatasi permasalahan yang ada di kegiatan ekstrakurikuler Pencak Silat Tapak Suci, peneliti mencari solusi dan mulai merancang pengembangan jurus baru yang mudah ditiru oleh siswa. Rangkaian jurus yang dibuat merupakan rangkaian jurus dasar yang ada pada Tapak Suci. Jurus dasar Tapak Suci yaitu sikap pasang, pukulan, tendangan dan elakan/hindaran. Rancangan jurus Bayuangga tersebut yang nantinya akan dijadikan sebuah produk berupa seni solo kreatif baru yang diharapkan dapat membantu pelatih dan siswa dalam proses kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa.

### **3. Tahap *Development* (Pengembangan)**

Setelah jurus Bayuangga jadi dan sebelum di ujicobakan ke siswa, peneliti melakukan validasi kepada para ahli yaitu ahli jurus dasar pencak silat yang ada di Tapak Suci untuk mengetahui kelayakan dari jurus yang sudah dibuat. Selain itu, jika ada rekomendasi dan masukan dari pakar, analisis harus mengubah item sesuai dengan

rekomendasi dan masukan tersebut agar item yang dibuat lebih ideal dan layak untuk digunakan.

#### **4. Tahap *Impelementaion* (Implementasi)**

Tahap ini peneliti menerapkan media jurus Bayuangga yang sudah direncanakan dan dikembangkan untuk diuji cobakan kepada siswa, untuk mengetahui apakah media jurus Bayuangga yang dikembangkan ini sudah sesuai dengan apa yang direncanakan dan membantu dalam proses kegiatan ekstrakurikuler. Tahap uji coba produk ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu uji coba perorangan dilakukan oleh 3 siswa, uji coba kelompok kecil dilakukan oleh 10 siswa dan uji coba kelompok besar dilakukan oleh 28 orang peserta didik.

#### **5. Tahap *Evaluation* (Evaluasi)**

Tahap evaluasi merupakan rangkaian akhir dari suatu penelitian, tahap ini dilakukan untuk melihat apakah tujuan dan sasaran dari item ini telah tercapai atau belum dengan cara menyimpulkan dan melihat hasil yang dicapai dari angket yang telah disebarkan kepada para ahli dan peserta didik.

### **2. Desain Uji Coba Produk**

#### **1. Desain Uji Coba**

Desain uji coba dilakukan validasi produk dan pengujian produk Sebelum dilakukan uji coba, produk jurus Bayuangga divalidasi terlebih dahulu oleh pendekar.

#### **2. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu 3 bulan, yakni Februari sampai April di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

#### **3. Subjek Uji Coba**

Subjek dalam penelitian ini adalah 28 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

#### 4. Jenis Data

Jenis data yang diperoleh dari penelitian dan pengembangan ini yaitu, data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berupa wawancara dan observasi yang berkaitan dengan produk yang dikembangkan. Sedangkan data kuantitatif berupa data-data yang berasal dari pengisian angket atau kuisioner.

#### 4. Instrumen Pengumpulan Data

Data yang didapatkan dari penelitian dan pengembangan ini menggunakan instrumen pengumpulan data berupa angket atau kuisioner yang akan diisi oleh validator ahli dan siswa.

#### 5. Teknis Analisis Data

Analisis yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan mengumpulkan jenis informasi yang diperoleh sehingga analisis dapat dengan mudah memperoleh informasi tersebut dan menarik kesimpulan. Kegiatan dalam tahap analisis dapat meliputi.

##### a. Kevalidan

Menurut (Putu Gde Caesar Renddy Wicaksana et al., 2019) rumus untuk mengelola data per kelompok dari keseluruhan item, menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Presentase = \frac{\sum \text{Skor yang diberikan validator}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

**Tabel 3 Interval Rata-rata Penilaian**

No	Interval Rata-rata Penilaian Ahli	Kriteria Ahli	Kriteria Peserta Didik
1.	$81 \leq \text{skor} \leq 100$	Sangat Valid	Sangat Tinggi
2.	$61 \leq \text{skor} \leq 80$	Valid	Tinggi
3.	$41 \leq \text{skor} \leq 60$	Cukup Valid	Cukup Tinggi
4.	$21 \leq \text{skor} \leq 40$	Tidak Valid	Tidak Tinggi
5.	$0 \leq \text{skor} \leq 20$	Sangat Tidak Valid	Sangat Tidak Tinggi

**Sumber:** (Putu Gde Caesar Renddy Wicaksana, 2019)

b. Efektif

Efektivitas metode latihan yaitu tingkat keefektivan yang dilampaui dalam penerapan metode latihan baik dan sesuai dengan yang telah diterapkan.

Berdasarkan nilai validitas yang ditetapkan, penggunaan kriteria dalam penelitian ini sebagai standar pengukuran dapat dianggap efektif dengan kategori sebagai berikut:

- 81% hingga 100%: Sangat Efektif
- 61% hingga 80%: Efektif
- 41% hingga 60%: Cukup Efektif
- 21% sampai 40%: Kurang Efektif
- Dibawah 20%: Tidak Efektif

Instrumen validasi yang digunakan untuk mengukur keefektifan dan daya tarik pengembangan jurus Bayuangga akan divalidasi oleh seorang Pendekar.

**Tabel 4 Instrumen Uji Coba Kemenarikan dan Keefektivan**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
1.	Kemenarikan	a. Bagaimana kemenarikan latihan pukulan melalui jurus Bayuangga?
		b. Bagaimana kemenarikan latihan tendangan melalui jurus Bayuangga?
		c. Bagaimana kemenarikan latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga?
		d. Bagaimana kemenarikan latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga?
		e. Bagaimana kemenarikan latihan hindaran melalui jurus Bayuangga?
2.	Kesesuaian	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
3.	Keefektifan	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
4.	Kemudahan	a. Bagaimana kemudahan latihan pukulan melalui Jurus Bayuangga?
		b. Bagaimana kemudahan latihan tendangan melalui Jurus Bayuangga?
		c. Bagaimana kemudahan latihan tangkisan melalui Jurus Bayuangga?
		d. Bagaimana kemudahan latihan pola langkah melalui Jurus Bayuangga?
		e. Bagaimana kemudahan latihan hindaran melalui Jurus Bayuangga?

**Tabel 5 Instrumen Responden Siswa Keefektifan Jurus Bayuangga**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
1.	Kemenarikan	a. Jurus Bayuangga mudah di pelajari
		b. Jurus Bayuangga membuat saya bersemangat untuk berlatih lebih lanjut
		c. Jurus Bayuangga memiliki gerakan yang estesis dan indah dilihat
		d. Saya merasa terinspirasi saat mempelajari jurus bayuangga
2.	Kesesuaian	a. Jurus Bayuangga cocok dengan kemampuan fisik saya.
		b. Jurus Bayuangga sesuai dengan level keterampilan saya saat ini
		c. Jurus Bayuangga sesuai dengan situasi pertarungan nyata
		d. Jurus Bayuangga sesuai dengan jurus Tapak Suci yang saya pelajari
3.	Keefektifan	a. Jurus Bayuangga efektif dalam pertahanan diri
		b. Jurus Bayuangga memberikan hasil yang baik saat diterapkan dalam sparing maupun lomba.
		c. Jurus Bayuangga memaksimalkan penggunaan energi dan tenaga secara efisien.
		d. Jurus Bayuangga dapat meningkatkan perfoma saya secara keseluruhan dalam latihan ekstrakurikuler
4.	Kemenarikan	a. Jurus Bayuangga mudah di pelajari
		b. Gerakan dalam jurus Bayuangga mudah dipelajari dan diingat

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
		c. Jurus Bayuangga tidak membutuhkan banyak waktu untuk dikuasai
		d. Jurus Bayuangga bisa dilakukan tanpa memerlukan peralatan tambahan

## D. Hasil dan Pembahasan

### 1. Hasil Penelitian

Deskripsi hasil dari penelitian yang berjudul Efektivitas Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP melalui Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga.

#### a. Pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif?

Hasil pengembangan media latihan yang berupa gerakan pencak silat ini menggunakan model ADDIE dalam proses pengembangannya. Adapun pengembangan yang dilakukan berdasarkan langkah-langkah yang telah diadaptasi dari langkah-langkah ADDIE dalam proses pengembangannya akan dipaparkan sebagai berikut.

##### a. Tahap Analisis

Hasil dari tahap analisis berupa hasil identifikasi kebutuhan siswa SMP saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah yang didapatkan dari hasil study lapangan.

- Analisis permasalahan: Hasil dari analisis berupa siswa yang masih kurang percaya diri terhadap kemampuannya sehingga secara otomatis kemampuan motorik kasarnya tidak berkembang secara optimal.
- Analisis kebutuhan: Hasil dari analisis berupa siswa merasa bosan dengan metode latihan yang monoton (fisik dan teknik). Siswa membutuhkan materi baru.
- Analisis Kondisi: Hasil dari analisis berupa kondisi kegiatan saat kegiatan serta model latihan pencak silat tapak suci yang kurang menarik.

- Analisis Karakteristik Siswa: Hasil dari analisis berupa karakteristik siswa mempunyai jiwa rasa ingin tahu yang tinggi, pemilih metode latihan dan cepat jenuh.

b. Tahap Desain

Jurus Bayuangga merupakan serangkaian jurus dasar pencak silat yang digabung atau dirangkai menjadi seni solo kreasi.

Jurus dasar pencak silat tapak suci merupakan jurus jurus dasar seperti sikap pasang, kuda kuda, tendangan, hindaran dan juga tangkisan.

Jurus 1: Sikap hormat

Jurus 2: Dari sikap siap, mengangkat tangan kedepan di silang (tangan kanan di kepal, tangan kiri lurus) lalu kaki kanan ditarik ke belakang sehingga membentuk sikap pasang serang.

Jurus 3: Melangkah maju serang pukulan lurus lalu kembali mundur sikap pasang serang.

Jurus 4: Melangkah maju serang sikut lalu membuka tangan dengan pukulan.

Jurus 5: Tangkisan dengan menghindar tangan kiri ke atas dan tangan kanan ke depan, kaki kanan di angkat. Kaki yang diangkat di silangkan ke belakang, lalu putar dengan menyerang tangan kanan ke atas dan tangan melindungi muka.

Jurus 6: Tangan kanan dan tangan kiri di putar lalu membentuk sikap pasang.

Jurus 7: Kaki kanan diangkat, lalu kaki di silangkan ke belakang dan kedua tangan direntangkan lalu memutar dan mengangkis kedua tangan.

Jurus 8: Menangkis ke bawah dengan kedua tangan lalu tangan di bentangkan ke atas bersama dengan kaki kanan diangkat.

Jurus 9: Kaki kanan diturunkan, menghadap ke kiri sambil menangkis tangan kiri dan tangan kanan menyerang ke atas. Lalu menghadap ke kanan, tangan kanan menangkis dan tangan kiri menyerang ke atas.

Jurus 10: Kaki kiri diangkat menepis lalu ditaruh kembali dan disusul kaki kanan menendang ke depan, kaki yang di tendangkan ditaruh disilangkan ke belakang lalu di putar, lalu sikap pasang.

Jurus 11: Kaki kanan di angkat, lalu di taruh sebelah kanan. Kaki kiri menendang kedepan lalu kaki kiri ditaruh ke depan disusul tangan tangan menyerang dari samping ke depan.

Jurus 12: Kaki ke belakang dan tangan menyerang ke bawah, lalu kaki kiri maju menyilang dan dilanjut kaki kanan menendang di susul tangan kanan menyerang serangan tapukan. Tangan kanan diturunkan lalu menyerang kembali menggunakan punggung tangan.

Jurus 13: Tangan kanan mengakis berada di depan muka. Lalu tangan kiri memegang tangan kanan, dan sikap duduk.

Jurus 14: Dari sikap duduk, berdiri tanpa merubahn posisi kaki, badan terus berputar sampai kaki menyilang dan tangan direntangkan.

Jurus 15: Melangkah maju kaki kanan, lalu memutar sampai kaki menyilang sedikit melintir, dan tangan di rentangkan.

Jurus 16: Melangkah maju kaki kiri, berputar dan dilanjutkan serangan tangan dari samping.

Jurus 17: Kedua tangan menusuk ke depan, dan setelah itu sikap siap berdiri.

Link Video: <https://youtu.be/mjVCD1VVpI4>

c. Tahap Pengembangan

Jurus dasar Pencak Silat Tapak Suci



Pukulan



Sikap Dasar Pasang



Sikap Pasang Kuda-kuda



Serang sikut Depan



Tangkisan



Tendangan



Tangkisan bawah



Sikap Kuda kuda



Sikap Serang

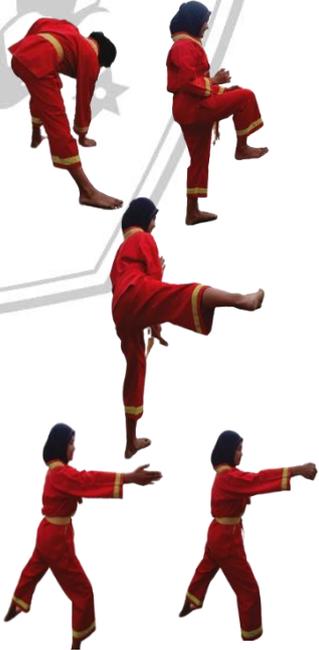
**Gambar 2 Jurus Dasar Pencak Silat**

Hasil Desain (Jurus Bayuangga)

Nama Jurus	Keterangan	Gambar
Jurus 1	Sikap hormat	
Jurus 2	Dari sikap siap, mengangkat tangan kedepan di silang (tangan kanan di kepal, tangan kiri lurus) lalu kaki kanan ditarik ke belakang sehingga membentuk sikap pasang serang.	
Jurus 3	Melangkah maju serang pukulan lurus lalu kembali mundur sikap pasang serang.	
Jurus 4	Melangkah maju serang sikut lalu membuka tangan dengan pukulan	

Nama Jurus	Keterangan	Gambar
Jurus 5	Tangkisan dengan menghindar tangan kiri ke atas dan tangan kanan ke depan, kaki kanan di angkat. Kaki yang diangkat di silangkan ke belakang, lalu putar dengan menyerang tangan kanan ke atas dan tangan melindungi muka	
Jurus 6	Tangan kanan dan tangan kiri di putar 360 derajat lalu membentuk sikap pasang	

Nama Jurus	Keterangan	Gambar
Jurus 7	Kaki kanan diangkat, lalu kaki di silangkan ke belakang dan kedua tangan direntangkan lalu memutar dan mengangkis kedua tangan.	
Jurus 8	Menangkis ke bawah dengan kedua tangan lalu tangan di bentangkan ke atas bersama dengan kaki kanan diangkat.	
Jurus 9	Kaki kanan diturunkan, menghadap ke kiri sambil menangkis tangan kiri dan tangan kanan menyerang ke atas. Lalu menghadap ke kanan, tangan kanan menangkis dan tangan kiri menyerang ke atas	
Jurus 10	Kaki kiri diangkat menepis lalu ditaruh kembali dan disusul kaki kanan menendang ke depan, kaki yang di	

Nama Juris	Keterangan	Gambar
	tendangan ditaruh disilangkan ke belakang lalu di putar, lalu sikap pasang	
Juris 11	Kaki kanan di angkat, lalu di taruh kesebelah kanan. Kaki kiri menendang kedepan lalu kaki kiri ditaruh ke depan disusul tangan tangan menyerang dari samping ke depan	
Juris 12	Kaki ke belakang dan tangan menyerang ke bawah, lalu kaki kiri maju menyilang dan dilanjut kaki kanan menendang di susul tangan kanan menyerang serangan tapukan. Tangan kanan diturunkan lalu menyerang kembali menggunakan punggung tangan.	

Nama Jurus	Keterangan	Gambar
Jurus 13	Tangan kanan mengakis berada di depan muka. Lalu tangan kiri memegang tangan kanan, dan sikap duduk	
Jurus 14	Dari sikap duduk, berdiri tanpa merubahn posisi kaki, badan terus berputar sampai kaki menyilang dan tangan direntangkan.	
Jurus 15	Melangkah maju kaki kanan, lalu memutar sampai kaki menyilang sedikit melintir, dan tangan di rentangkan.	
Jurus 16	Melangkah maju kaki kiri, berputar dan dilanjutkan serangan tangan dari samping.	

Nama Jurus	Keterangan	Gambar
Jurus 17	Kedua tangan menusuk ke depan, dan setelah itu sikap siap berdiri.	

**Gambar 3 Jurus Bayuangga**

Hasil Validasi Jurus Bayuangga oleh Penderkar

**Tabel 6 Hasil Validasi**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan	Validator 1	Validator 2	Tingkat Kevalidan
1.	Kemenarikan	a. Bagaimana kemenarikan latihan pukulan melalui jurus Bayuangga?	5	5	Sangat Valid
		b. Bagaimana kemenarikan latihan tendangan melalui jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		c. Bagaimana kemenarikan latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga?	3	3	Cukup Valid
		d. Bagaimana kemenarikan latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		e. Bagaimana kemenarikan latihan hindaran melalui jurus Bayuangga?	4	3	Valid
2.	Kesesuaian	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	4	Sangat Valid
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	4	4	Valid

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan	Validator 1	Validator 2	Tingkat Kevalidan
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
3.	Keefektifan	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	4	4	Valid
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	4	4	Valid
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	3	3	Cukup Valid
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	4	3	Valid
4.	Kemudahan	a. Bagaimana kemudahan latihan pukulan melalui Jurus Bayuangga?	4	5	Sangat Valid
		b. Bagaimana kemudahan latihan tendangan melalui Jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		c. Bagaimana kemudahan latihan tangkisan melalui Jurus Bayuangga?	3	4	Valid
		d. Bagaimana kemudahan latihan pola langkah melalui Jurus Bayuangga?	3	4	Sangat Valid
		e. Bagaimana kemudahan latihan hindaran melalui Jurus Bayuangga?	4	4	Sangat Valid
<b>ANALISIS KESELURUHAN</b>			<b>4,1</b>	<b>4,3</b>	<b>Sangat Valid</b>
			<b>4,2</b>		

Adapun hasil validasi oleh pendekar.

- a. Kemenarikan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan mejadi 7,8 Hal ini menunjukkan bahwa pada jurus bayuangga menarik pada siswa SMP.
- b. Kesesuaian pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 47 dan dirata-ratakan 9,4. Hal ini menunjukkan bahwa pada jurus bayuangga sangat sesuai dengan siswa SMP.
- c. Keefektifan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan 7,8. Hal ini menunjukkan bahwa jurus bayuangga efektif terhadap siswa SMP.
- d. Kemudahan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan menjadi 7,8. Hal ini menunjukkan bahwa jurus bayuangga mudah ditirukan oleh siswa SMP.

Secara keseluruhan, rata-rata validasi dari jurus Bayuangga adalah 4,2, yang menunjukkan tingkat kevalidan "Sangat Valid." Artinya, pengembangan jurus ini berhasil mencapai tujuan dalam meningkatkan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

- d. Tahap Implementasi

Hasil dari tahap berupa uji coba kepada siswa SMP yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat tapak suci terhadap kelompok kecil dan kelompok besar.

1. Uji kelompok kecil

Tahap uji coba kelompok kecil, diujicobakan terhadap 3 siswa. Uji coba kelompok kecil dilakukan untuk mengevaluasi keefektifan awal pengembangan jurus Bayuangga dalam pencak silat Tapak Suci terhadap keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa. Hasil dari uji coba kelompok kecil ini menunjukkan adanya peningkatan pada aspek keseimbangan, koordinasi, serta rasa percaya diri siswa setelah mengikuti latihan rutin.

**Tabel 7 Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kemampuan Motorik Kasar**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	3	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.	3	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.	3	0	100%	Sangat Tinggi
4.	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.	2	1	67%	Tinggi
5.	Saya mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat	3	0	100%	Sangat Tinggi
6.	Saya mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.	3	0	100%	Sangat Tinggi
7.	Saya mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	2	1	67%	Tinggi
8.	Saya mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	3	0	100%	Sangat Tinggi
<b>JUMLAH</b>		<b>22</b>	<b>2</b>	<b>734%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>91,75%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Berdasarkan analisis data, rata-rata tingkat kevalidan adalah 91,75% dengan kategori "Sangat Tinggi". Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa sudah memiliki kemampuan motorik kasar yang sangat baik, terutama dalam hal kecepatan, kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Latihan jurus Bayuangga telah membantu mereka mengembangkan kemampuan motorik dengan baik.

**Tabel 8 Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kepercayaan Diri Siswa**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya yakin mampu dalam memperagakan jurus Bayuangga	3	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya selalu berusaha dengan keras untuk menghafal gerakan Jurus Bayuangga	3	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mudah putus asa untuk menirukan gerakan jurus Bayuangga	0	3	100%	Sangat Tinggi
4.	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam mempelajari gerakan jurus Bayuangga	0	3	100%	Tinggi
5.	Saya tidak menyesal walaupun gerakan jurus Bayuangga tidak tepat	1	2	67%	Tinggi
6.	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga sampai hafal	3	0	100%	Sangat Tinggi
7.	Saya selalu unggul dari yang lain dalam latihan	2	1	67%	Tinggi
8.	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayuangga	0	3	100%	Tinggi
9.	Saya berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman teman	0	3	100%	Tinggi
10.	Saya gugup jika ditunjuk pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman	2	1	67%	Cukup
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>16</b>	<b>901%</b>	
<b>Rata-rata</b>			<b>90,1%</b>		<b>Sangat Tinggi</b>

Rata-rata tingkat kevalidan keseluruhan adalah 90,1%, yang termasuk kategori "Sangat Tinggi." Ini menunjukkan bahwa siswa secara umum memiliki keyakinan diri dan motivasi yang tinggi dalam memperagakan jurus Bayuangga.



**Gambar 4 Uji Coba Kelompok Kecil**

Dari hasil penilaian kedua angket diatas, hal ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa serta kepercayaan diri mereka. Siswa menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi dalam hal kecepatan, kekuatan, dan koordinasi gerakan. Dari sisi kepercayaan diri, mereka merasa yakin dengan kemampuan mereka untuk memperagakan jurus ini.

## 2. Uji Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan untuk mengukur efektivitas program secara lebih luas setelah uji coba kelompok kecil menunjukkan hasil yang positif. Pada tahap ini, program latihan pencak silat dengan jurus Bayuangga diterapkan kepada lebih banyak siswa dengan berbagai tingkat kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri.



**Gambar 5  
Uji Coba Kelompok Besar  
Kegiatan Mempraktikkan Jurus Bayuangga**

### e. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dalam pengembangan jurus Bayuangga bertujuan untuk mengukur efektivitasnya dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Evaluasi dilakukan melalui pengumpulan data menggunakan angket dan validasi oleh pendekar pencak silat, dengan hasil menunjukkan rata-rata tingkat kevalidan "Sangat Valid" (4,2). Pada uji coba

kelompok kecil, kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa masing-masing mencapai 91,75% dan 90,1%, sedangkan pada kelompok besar, masing-masing mencapai 84% dan 81,9%, yang keduanya tergolong kategori "Sangat Tinggi." Latihan ini dinilai menarik, sesuai, efektif, dan mudah diterapkan oleh siswa. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa jurus Bayuangga berhasil memenuhi tujuan pengembangan, meskipun perlu peningkatan pada kecepatan gerakan pukulan dan tendangan serta keberanian siswa untuk tampil di depan teman-teman melalui latihan kelompok yang lebih intensif.

**b. Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci jurus bayuangga?**

Setelah mengikuti program latihan pencak silat Tapak Suci dengan jurus Bayuangga, kemampuan motorik kasar siswa mengalami peningkatan, terutama dalam aspek keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi. Peningkatan ini terlihat dari kemampuan siswa dalam menguasai gerakan jurus serta kemampuan mereka untuk mengontrol gerakan tubuh secara lebih terarah dan stabil. Selain itu, kepercayaan diri siswa juga menunjukkan perkembangan yang positif, ditandai dengan keberanian yang lebih besar dalam berpartisipasi aktif selama latihan, serta peningkatan motivasi dan keyakinan dalam kemampuan diri sendiri saat melakukan berbagai teknik dalam pencak silat."

**Tabel 9 Hasil Penilaian Angket Motorik Kasar pada Siswa SMP**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	20	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.	15	13	54%	Cukup
c.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.	22	6	79%	Tinggi
d.	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.	23	5	82%	Sangat Tinggi
e.	Saya mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat	24	4	86%	Sangat Tinggi

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
f.	Saya mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.	28	0	100%	Sangat Tinggi
g.	Saya mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	23	5	82%	Sangat Tinggi
8.	Saya mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	25	3	89%	Sangat Tinggi
<b>JUMLAH</b>		<b>180</b>	<b>36</b>	<b>672%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>84%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Secara keseluruhan, latihan jurus Bayuangga telah berhasil meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa dalam berbagai aspek penting, seperti kekuatan, keseimbangan, mobilitas, dan koordinasi. Dengan rata-rata 84% dan kategori Sangat Tinggi, siswa menunjukkan hasil yang sangat positif dalam kemampuan motorik kasar mereka.

**Tabel 10 Hasil Penilaian Angket Kepercayaan Diri Siswa**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya yakin mampu dalam memperagakan jurus Bayuangga	28	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya selalu berusaha dengan keras untuk menghafal gerakan Jurus Bayuangga	28	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mudah putus asa untuk menirukan gerakan jurus Bayuangga	4	24	86%	Sangat Tinggi
4.	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam mempelajari gerakan jurus Bayuangga	6	22	79%	Tinggi
5.	Saya tidak menyesal walaupun gerakan jurus Bayuangga tidak tepat	22	6	79%	Tinggi
6.	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga sampai hafal	27	1	96%	Sangat Tinggi
7.	Saya selalu unggul dari yang lain dalam latihan	21	7	75%	Tinggi
8.	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayuangga	22	6	79%	Tinggi

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
9.	Saya berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman	19	9	68%	Tinggi
10.	Saya gugup jika ditunjuk pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman	12	16	57%	Cukup
<b>Jumlah</b>		<b>189</b>	<b>91</b>	<b>819%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>81,9%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Secara keseluruhan, siswa menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi dalam memperagakan dan mempelajari jurus Bayuangga, dengan rata-rata 81,9% kevalidan. Hal ini menandakan bahwa jurus ini telah berhasil meningkatkan keyakinan dan motivasi siswa dalam proses belajar.

**c. Keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?**

Hasil dari implementasi jurus bayuangga dan angket yang disebarkan kepada siswa SMP menunjukkan bahwa dengan metode latihan jurus bayuangga efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Sesuai dengan hasil angket 28 responden, pada angket kemampuan motorik kasar siswa menjawab “ya” sebanyak 180 responden dan siswa menjawab “tidak” sebanyak 36 responden sehingga memperoleh nilai rata-rata sebesar 84% dan hasil angket kepercayaan diri siswa siswa menjawab “ya” 189 responden dan siswa menjawab “tidak” sebanyak 91 responden, sehingga memperoleh nilai rata-rata sebesar 81,9%, maka dapat disimpulkan bahwa rangkaian pengembangan jurus bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

**B. Pembahasan Penelitian**

**a. Pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif?**

Pencak silat merupakan seni bela diri tradisional Indonesia yang tidak hanya bertujuan untuk menjaga kebugaran fisik, tetapi juga membangun karakter,

kepercayaan diri, serta kemampuan motorik individu. Salah satu aliran pencak silat yang berkembang di Indonesia adalah Tapak Suci. Dalam aliran ini, terdapat berbagai jurus yang dikembangkan untuk melatih kemampuan motorik kasar dan mental para pesertanya.

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini yaitu jurus Bayuangga sebagai media latihan pencak silat tapak suci untuk siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tapak suci maupun yang mengikuti organisasi tapak suci. Rangkaian ini dibuat untuk metode latihan yang baru supaya siswa yang mengikuti latihan tidak merasa bosan dan jenuh. Rangkaian gerak jurus bayuangga merupakan gabungan gerakan dasar pencak silat tapak suci yang di hubungkan menjadi satu, yaitu sikap pasang, pukulan, tendangan, tangkisan dan elakan/hindaran. Gerakan jurus ini dibuat sesuai dengan kebutuhan dan kondisi lingkungan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat tapak suci. Adapun hasil validasi oleh 2 pendekar.

a. Kemenarikan dan Kesesuaian Latihan

Data menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga memiliki tingkat kemenarikan yang baik. Latihan pukulan memiliki penilaian "Sangat Valid" dengan nilai 5, menunjukkan bahwa siswa merasa terstimulasi dan terlibat secara aktif selama latihan. Kemenarikan ini penting, karena motivasi yang tinggi akan berkontribusi pada efektivitas pembelajaran. Penelitian oleh (Hadiana, 2022; Johor, 2019) menunjukkan dengan metode pelatihan yang baru membuat siswa lebih bersemangat akan jurus-jurus baru dan rasa ingin tahu siswa lebih besar. Metode pelatihan menggunakan jurus baru lebih efektif daripada metode perintah dengan gerakan monoton, terutama untuk meningkatkan motorik kasar siswa sekaligus kepercayaan diri siswa.

Kesesuaian latihan dengan kebutuhan siswa SMP juga menunjukkan hasil yang sangat baik, dengan penilaian "Sangat Valid" pada semua latihan. Hal ini menunjukkan bahwa jurus Bayuangga dirancang sesuai dengan kemampuan fisik dan psikologis siswa SMP, sehingga membuat mereka lebih nyaman dan percaya diri saat berlatih. Penelitian oleh (Hidayat, 2023; Sugiharto & Rejeki, 2023) mendukung hal ini, menyatakan bahwa program yang sesuai dengan usia dan perkembangan siswa akan meningkatkan efektivitas pembelajaran.

b. Keefektifan Latihan dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri

Aspek keefektifan latihan menunjukkan hasil yang menggembirakan. Hasil validasi menyatakan bahwa latihan pukulan dan tendangan dinilai "Sangat Valid" untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa, masing-masing dengan nilai 5 untuk pukulan dan 4 untuk tendangan. Ini menunjukkan bahwa siswa mampu melakukan gerakan dengan baik dan percaya diri dalam keterampilan yang mereka pelajari.

Penelitian oleh (Arifin, 2022; Dharmadi, 2022; Sayfullah, 2023) menegaskan bahwa pencak silat dapat meningkatkan kekuatan otot, kelincahan, dan koordinasi motorik, yang merupakan elemen penting dalam kemampuan motorik kasar. Peningkatan keterampilan ini secara langsung berkontribusi pada rasa percaya diri siswa, karena mereka merasa lebih terampil dan mampu menghadapi tantangan fisik.

c. Kemudahan dan Aksesibilitas Latihan

Siswa juga menilai kemudahan latihan, dengan nilai 4 untuk latihan pukulan dan tendangan. Ini menunjukkan bahwa siswa merasa dapat dengan mudah memahami dan melaksanakan gerakan yang diajarkan. Kemudahan dalam belajar sangat penting untuk mempertahankan motivasi siswa. Penelitian oleh (Arifin, 2022; Dharmadi, 2022; Sayfullah, 2023) menyatakan bahwa kemudahan dalam teknik pengajaran dapat mempercepat proses pembelajaran dan membantu siswa merasa lebih percaya diri.

**b. Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci Jurus Bayuangga?**

Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti latihan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga menunjukkan hasil yang sangat positif, berdasarkan data yang telah disajikan. Kedua aspek ini, kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri sangat dipengaruhi oleh latihan fisik intensif yang melibatkan koordinasi gerakan tubuh, kekuatan, keseimbangan, dan respons motorik cepat.

a. Keterampilan Motorik Kasar

Berdasarkan hasil angket pada tabel 9 yaitu hasil angket kemampuan motorik kasar memperoleh presentase 84%. Data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sangat baik. Seluruh siswa memberikan respons "Ya" pada kriteria yang berhubungan dengan kekuatan pukulan dan tendangan, dengan persentase kevalidan mencapai 100%. Hal ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar, terutama dalam hal kekuatan otot dan koordinasi gerakan.

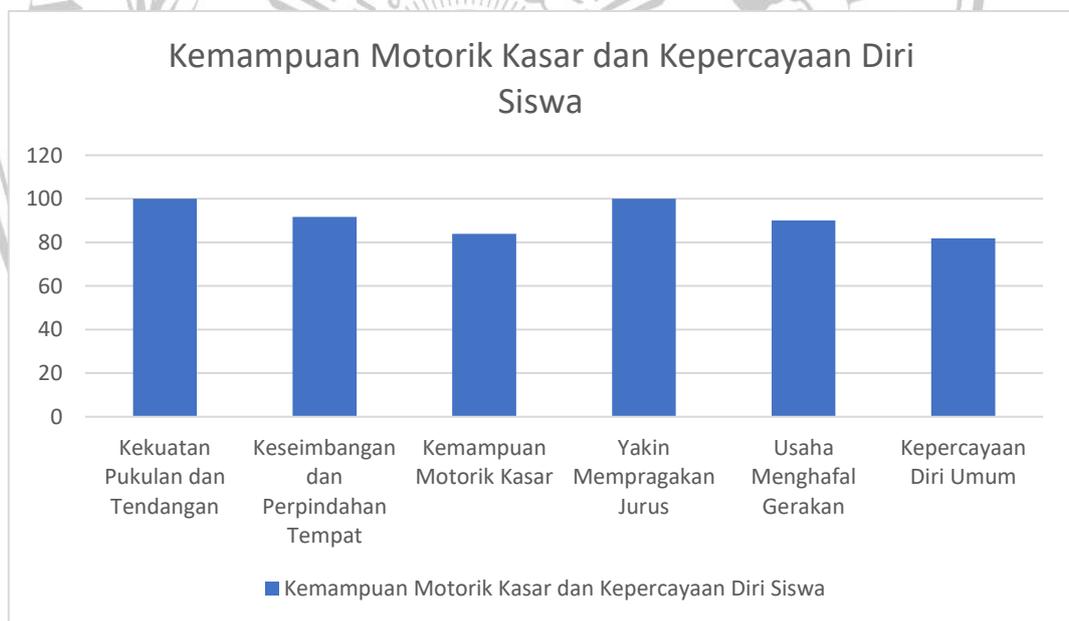
Selain itu, kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dan berpindah tempat secara cepat dan tepat juga mendapatkan respons yang positif, dengan persentase kevalidan rata-rata 91,75%. Ini sejalan dengan penelitian (Sugiharto & Rejeki, 2023) yang menyatakan bahwa latihan pencak silat meningkatkan stabilitas tubuh dan kecepatan dalam melakukan gerakan. Aspek seperti menahan tubuh dengan satu kaki (67%) dan menggerakkan sendi juga menunjukkan peningkatan, meskipun dengan nilai yang sedikit lebih rendah. Hal ini menandakan bahwa latihan fisik intensif dalam pencak silat berfokus pada penguatan otot inti dan fleksibilitas, yang sangat penting dalam pengembangan motorik kasar.

b. Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil angket pada tabel 10 yaitu hasil angket kepercayaan diri siswa memperoleh presentase 81,9%. Kepercayaan diri siswa juga meningkat setelah mengikuti latihan jurus Bayuangga. Rata-rata tingkat kevalidan untuk kepercayaan diri berada di 90,1%, yang merupakan hasil yang sangat tinggi. Misalnya, semua siswa merasa yakin mampu memperagakan jurus Bayuangga dengan nilai 100% dan selalu berusaha keras untuk menghafal gerakan jurus tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan tidak hanya mengembangkan kemampuan fisik tetapi juga memberikan dampak positif pada aspek psikologis siswa, seperti kepercayaan diri. Menurut penelitian (Fatimah Tuhzahroh, 2023), kegiatan yang melibatkan olahraga bela diri seperti pencak silat memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan rasa percaya diri melalui proses pembelajaran yang menekankan pada kemampuan individu dan pencapaian pribadi.

Namun, ada beberapa area di mana siswa masih menunjukkan keraguan, seperti dalam mengekspresikan diri di depan teman-teman dan pelatih. Sebanyak 67% siswa merasa gugup saat ditunjuk oleh pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman mereka. Meski demikian, hal ini masih menunjukkan kepercayaan diri yang relatif tinggi, mengingat siswa SMP biasanya masih berada dalam tahap perkembangan sosial.

Dari hasil presentase penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa jurus bayuangga mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa. Setelah mengikuti pencak silat tapak suci, siswa mampu melakukan gerakan dasar pencak silat tapak suci melalui rangkaian jurus bayuangga. Selain itu, dengan adanya metode latihan jurus bayuangga ini siswa mampu menghafal dan berani mempraktikkan didepan teman sebayanya. Dengan begitu, siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuannya sendiri dan tampil dengan percaya diri. Jika kepercayaan diri siswa sudah terbangun maka secara otomatis kemampuan motorik siswa meingkat (Handayani, 2022; Nurjanah, 2022).



**Grafik 1** Persentase Kemampuan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa

**c. Keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?**

Pengembangan jurus Bayuangga dalam pencak silat terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan dalam kedua aspek tersebut setelah mengikuti program latihan. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil angket pada tabel 9 dan 10. Kemampuan motorik dan kepercayaan diri siswa meningkat. Dengan demikian, pembelajaran pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP

Berikut adalah analisis mendalam mengenai keefektifan pengembangan jurus Bayuangga.

**a. Keterampilan Motorik Kasar**

Keterampilan motorik kasar merupakan fondasi penting dalam olahraga, termasuk pencak silat. Berdasarkan data yang diperoleh, siswa memiliki rata-rata kemampuan motorik kasar mencapai 84%, yang tergolong dalam kategori Sangat Tinggi. Ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga berhasil memperkuat komponen-komponen motorik dasar siswa, seperti kekuatan, kecepatan, dan koordinasi.

Siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga, yang terlihat dari 100% siswa yang menyatakan bahwa mereka mampu melakukan gerakan tersebut. Kemampuan ini tidak hanya bergantung pada kekuatan fisik, tetapi juga pada teknik yang baik, yang diajarkan melalui latihan jurus Bayuangga. Selain itu, banyak siswa yang mampu melakukan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras, mencapai 79% dalam validitas, menunjukkan bahwa mereka dapat mengaplikasikan teknik yang telah dipelajari dalam situasi nyata.

Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam hal kekuatan dan koordinasi, ada satu area yang memerlukan perhatian, yaitu kecepatan dalam melakukan gerakan pukulan dan tendangan. Hanya 54%

siswa yang mampu melakukan gerakan tersebut sebanyak dua kali dalam satu detik, yang menandakan bahwa ada potensi untuk meningkatkan kecepatan gerakan ini melalui latihan yang lebih terfokus dan berulang.

#### b. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri siswa dalam memperagakan jurus Bayuangga juga menunjukkan hasil yang sangat positif. Rata-rata tingkat validitas kepercayaan diri mencapai 81,9%, yang tergolong dalam kategori Sangat Tinggi. Sebagian besar siswa merasa yakin dalam kemampuan mereka untuk memperagakan jurus ini, dengan 100% siswa mengaku yakin mampu memperagakan jurus Bayuangga.

Siswa menunjukkan motivasi yang tinggi dalam berlatih. Sebanyak 96% siswa sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga hingga hafal. Ketekunan ini mencerminkan sikap positif dan dedikasi mereka dalam proses belajar, yang penting untuk membangun kepercayaan diri. Siswa juga tidak mudah putus asa saat mengalami kesulitan dalam menirukan gerakan, yang terlihat dari 86% siswa yang merasa tidak mudah putus asa. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki mental yang kuat dan siap menghadapi tantangan.

Meski demikian, masih ada tantangan yang perlu diatasi, terutama terkait keberanian siswa untuk tampil di depan teman-teman. Hanya 68% siswa yang merasa berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus di depan umum, dan 57% siswa merasa gugup saat ditunjuk pelatih. Hal ini menunjukkan perlunya dukungan lebih lanjut untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saat tampil di hadapan orang lain. Latihan yang lebih sering dalam situasi kelompok atau teknik untuk mengurangi rasa gugup dapat membantu siswa merasa lebih nyaman saat berlatih atau tampil.

## **E. Kesimpulan dan Saran**

### **1. Kesimpulan**

- a. Proses pengembangan jurus Bayuangga mengikuti alur yang terstruktur, mulai dari identifikasi kebutuhan, penyusunan gerakan, validasi, hingga implementasi. Alur ini memastikan bahwa latihan tidak hanya relevan dengan kebutuhan fisik siswa, tetapi juga berdampak positif pada aspek psikologis, seperti rasa percaya diri. Jurus Bayuangga terbukti menjadi inovasi yang efektif dalam pembelajaran pencak silat Tapak Suci untuk siswa SMP.
- b. Setelah mengikuti latihan jurus Bayuangga, siswa menunjukkan peningkatan dalam kemampuan motorik kasar, seperti kekuatan, kecepatan, dan keseimbangan gerakan. Siswa juga melaporkan peningkatan kepercayaan diri dalam memperagakan jurus, baik di hadapan pelatih maupun teman.
- c. Berdasarkan hasil angket dengan nilai rata-rata kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa meningkat. Nilai rata-rata kemampuan motorik kasar sebesar 84% dan nilai rata-rata kepercayaan diri sebesar 81,9%. Pengembangan jurus Bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dan kepercayaan diri. Model latihan ini sangat membantu pelatih dalam menyampaikan materi pencak silat secara efisien dan memudahkan siswa dalam memahami serta melaksanakan latihan.

### **2. Saran**

- a. Untuk pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa:
  - 1) Terus melakukan pengkajian dan penyempurnaan terhadap kurikulum pembelajaran jurus Bayuangga agar sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan siswa SMP.
  - 2) Meningkatkan kualitas instruktur atau pelatih pencak silat dengan memberikan pelatihan-pelatihan untuk meningkatkan kompetensi mengajar dan kemampuan membina siswa.
  - 3) Menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung proses pembelajaran pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga
- b. Untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga:

- 1) Memberikan motivasi dan penguatan yang berkelanjutan kepada siswa untuk terus berlatih dan mengembangkan kemampuan pencak silatnya.
  - 2) Mengadakan berbagai kompetisi atau pertandingan pencak silat internal sekolah untuk memberikan kesempatan kepada siswa menampilkan kemampuannya.
  - 3) Melibatkan orang tua dan masyarakat untuk mendukung dan memberikan apresiasi terhadap prestasi siswa dalam bidang pencak silat.
- c. Untuk meningkatkan keefektifan pengembangan jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP:
- 1) Melakukan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan pembelajaran jurus Bayuangga dan mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu ditingkatkan.
  - 2) Menjalin kerja sama dengan perguruan pencak silat Tapak Suci untuk terus mengembangkan dan memperkaya materi pembelajaran jurus Bayuangga.
  - 3) Mengintegrasikan pembelajaran jurus Bayuangga dengan mata pelajaran lain yang terkait, seperti Pendidikan Jasmani, untuk meningkatkan keterkaitan dan kebermanfaatannya bagi siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Aly, F. (2023). Education & Professional Development. *Egyptian Journal of Nursing and Health Sciences*, 4(1), 11–18. <https://doi.org/10.21608/ejnhs.2023.292136>
- Alawiyah, P., Hendriana, H., Irmayanti, R., & Studi Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi, P. (2023). *Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA KELAS X IPA*. 6(3). <https://doi.org/10.22460/fokusv6i3.10446>
- Aleksov, E. (2022). Extracurricular Activities in the Function of Intellectual Education. *Reflexia*, 2(1), 9–18. <https://doi.org/10.32591/refl.2022.0201.02009a>
- Amri, S., Kandang, J. W. S., & Bengkulu, L. (2019). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. In *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia* (Vol. 03, Issue 02). <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jpmr>
- An'nisa, F. G., & Rahmawati, I. (2023). Peran Komunitas Indonesia Pintar dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Anak di Kampung Pemulung Pondok Labu Jakarta Selatan. *Jurnal Kommunity Online*, 3(2), 187–200. <https://doi.org/10.15408/jko.v3i2.30920>
- Arifin, A., Amiq, F., & Fitriady, G. (2022). Survei Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate. *Sport Science and Health*, 2(8), 395–400. <https://doi.org/10.17977/um062v2i82020p395-400>
- Barnett, L. M., Lai, S. K., Veldman, S. L. C., Hardy, L. L., Cliff, D. P., Morgan, P. J., Zask, A., Lubans, D. R., Shultz, S. P., Ridgers, N. D., Rush, E., Brown, H. L., & Okely, A. D. (2016). Correlates of Gross Motor Competence in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. In *Sports Medicine* (Vol. 46, Issue 11, pp. 1663–1688). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0495-z>
- Bray, A., Byrne, P., & O'Kelly, M. (2020). A Short Instrument for Measuring Students' Confidence with 'Key Skills' (SICKS): Development, Validation and Initial Results.' *Thinking Skills and Creativity*, 37. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2020.100700>
- Budiman, A. (2018). Student motor ability analysis primary school. ~ 29 ~ *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 5(6), 29–33. [www.kheljournal.com](http://www.kheljournal.com)
- Catherine Mamaid Capio, Cynthia Sin Yi Choi, R. S. W. M. (2022). Association of working memory with gross motor skills in early childhood. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1612197X.2022.2098355>

- Dharmadi, M. A. (2022). The Use of Junior Weight Vest on Arm Strength in Junior Pencak Silat Athletes. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 5(3), 614–623. <https://doi.org/10.23887/ijerr.v5i3.52391>
- Dody Prastyo Utomo, & Nanik Indahwati. (2019). Perbandingan Kemampuan Motorik Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga (*Studi Pada Siswa SMPN 22 Surabaya*). <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Dr. Mahdiansyah, M., Drs. Malem Sendah Sembiring, M., Teguh Supriyadi, S. Si., M. Si., Ikhya Ulumudin, S. Pd., M. Pd., & Sisca Fujianita, S. P. (2017). Penilaian Pendidikan Sistem Penilaian Hasil Belajar. In M. Sc. : Dra. Ida Kintamani Dewi Hermawan & M. Si. Ir. Yendri Wirda (Eds.), *Kemendikbud* (Vol. 103, pp. 1–151).
- Ediyono, S., Nugraha, R. S., Al, A., Ahmad, H., Hukmi, R., Mahaswa, R. K., Khasri, M. R. K., D, P. L., Ediyono, S., Nugraha, R. S., Al, A., & Ahmad, H. (2023). Digital Press Social Sciences and Humanities Indigenous Knowledge and Philosophy in Pencak Silat Tradition Indigenous Knowledge and Philosophy in Pencak Silat Tradition. *Social Sciences and Humanities*, 9, 00019. <https://doi.org/https://doi.org/10.29037/digitalpress.409451>
- Faradillah Firdaus, N. A. J. R. N. N. A. A. (2022). Penerapan Permainan Sirkuit Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Pada Anak di Sentra Wirajaya Makassar. *Pengabdian Masyarakat Global*, 1(2), 43–48.
- Fatimah Tuhzahroh, Dwi Junianti Lestari, & Alis Triena Permanasari. (2023). Mengembangkan Rasa Percaya Diri Remaja melalui Kegiatan Pencak Silat di Padepokan Bandrong Kp. Legok dalam Kota Serang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21544–21556.
- Fauziah, S. N., & Irmayanti, R. (2022). Bimbingan Kelompok Daring Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII Berbantuan Aplikasi Zoom Meeting.. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(6), 507. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i6.9334>
- Genita Permata, D., Laily, F. N., Febriana, S., Probowati, D., Dan, B., & Fakultas, K. (2023). *Keefektifan Permainan Simulasi Monopoli Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Kuliner Smkn 3 Blitar*.
- Hadiana, O., Subarjah, H., Mamun, A., Mulyana, M., Yuliardi, R., & Nur, L. (2022). Life Skill Development through Pencak Silat Martial Arts Training: An Intentionally Structured Positive Youth Development Program. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10(4), 660–667. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100405>
- Hadiyati, & Fatkhurahman. (2021). Dampak Kepercayaan Diri Mahasiswa Berwirausaha Melalui Lingkungan Keluarga dan Kemandirian. *Urnal Inovasi Bisnis Dan Manajemen Indonesia*, 5(1).

- Handayani, H. Y., Purwoto, S. P., & Nurul Jahsy, A. V. (2022). Sosialisasi Pembelajaran Pencak Silat Pada Anak Sekolah Dasar. *Abdi Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4548>
- Hariyanti, W., Ketut Budaya Astra, I., Gede Suwiwa, I., Studi Pendidikan Jasmani, P., & dan Rekreasi, K. (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkay Pemula Dalam Pembelajaran Pencak Silat (Vol. 6, Issue 1).
- Heron, P. J., & Williams, J. A. (2022). Building confidence in STEM students through breaking (unseen) barriers. *Geoscience Communication*, 5(4), 355–361. <https://doi.org/10.5194/gc-5-355-2022>
- Heron, P., & Williams, J. (2023). *Building confidence in STEM students through breaking (unseen) barriers*. <https://doi.org/10.5194/egusphere-egu23-8581>
- Hidayanti, M. (2019). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Bakiak.
- Hidayat, S., Haryanto, A. I., Suardika, I. K., & Nugroho, H. (2023). Latihan total body resistance exercise pencak silat. *Jurnal Patriot*, 5(4), 186–196. <https://doi.org/10.24036/patriot.v5i4.988>
- Hoch, K. E. A.; J. E. (2020). *The Importance of Motor Skills for Development*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000511511>
- Hussain, B., & Cheong, J. P. G. (2022). Improving gross motor skills of children through traditional games skills practiced along the contextual interference continuum. *Frontiers in Psychology*, 13(November), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.986403>
- Itsna Asyara Rizki. (2020). Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.
- Izzati, I. (2019). *Stimulation of Gross Motor Development in Early Childhood*. 382(Icet), 407–409. <https://doi.org/10.2991/icet-19.2019.102>
- Jafar, M., Rinaldy, A., & Yunus, M. (2023). Improving Student Motor Skills through a Structured Physical Training Program. *Journal of Advances in Sports and Physical Education*, 6(05), 82–95. <https://doi.org/10.36348/jaspe.2023.v06i05.003>
- Jati, H. S., & Soebagyo, J. (2023). The Influence Of Self-Confidence On The Mathematical Reasoning Ability Of Junior High Scholl Students. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 7(1), 67–76.
- Johor, Z. (2019). Pengaruh Metode dan Kemampuan Motorik Terhadap Keterampilan Jurus Tunggal Pencak Silat. *Jurnal MensSana*, 4(1), 76. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.37>
- Kamal, R. A., Sibarani, R., & Purwoko, A. (2023). The Role of Tapak Suci Pencak Silat Martial Arts Teacher in The Development of Youth in Medan City. *East Asian Journal of Multidisciplinary Research*, 2(2), 643–648. <https://doi.org/10.55927/eajmr.v2i2.3269>

- Kaminska, S. (2022). Structure Of Extracurricular Activity Is The Component Of The Formation Of Foreign Language Communication Of The Future Seaman. *Science and Education*, 2021(4), 55–62. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-4-7>
- Khairul Sasmita, Eri Barlian, P. P. (2023). Pencak Silat Wajah Budaya Bangsa Indonesia. *Journal on Education*, 5(2), 2869–2880. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.935>
- Li, Q., Wang, Q., Xin, Z., & Gu, H. (2022). The Impact of Gross Motor Skills on the Development of Emotion Understanding in Children Aged 3–6 Years: The Mediation Role of Executive Functions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22). <https://doi.org/10.3390/ijerph192214807>
- Linggar Eka Prasetya, M., Rahayuni, K., Widiawati, P., Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, P., & Ilmu Keolahragaan, F. (2021). Pengembangan latihan imagery untuk meningkatkan kepercayaan diri pada atlet pencak silat kategori tanding di Padepokan Aji Soko Sidoarjo Development of imagery exercises to increase confidence in pencak silat athletes in the competing category at Padepokan Aji Soko Sidoarjo. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga* (Vol. 1, Issue 2).
- M. Akbar Husein Allsabab, S. H. (2022). Survey of Gross Motor Skills on Students of State Elementary School 2 Mojoroto, Kediri City. *Kediri*, 14(2), 273–273.
- Midona, R., Oktavia, R., Negeri, S., Selatan, S., & Kapas, B. (2022). Pengaruh Renang Gaya Dada Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Siswa SMP Kelas VII (Vol. 11, Issue 1).
- Monicha, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Sirkuit.
- Ningrum, E. C., Nurhasan, N., & Indahwati, N. (2022). The Influence of the Development of Modified Teaching Materials for Kids Athletics Games on Gross Motor Learning Outcomes of Preschoolers. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 14(2), 196. <https://doi.org/10.26858/cjpk.v14i2.34374>
- Nur Amalah Firman. (2023). Pengaruh Kegiatan Senam Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Taman Kanak-kanak Dharma Wanita SMP Negeri 1 Majauleng Kabupaten Wajo.
- Nur Azizah, I. S., & Dheasari, A. E. (2023). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Aba 2 Pendil. *As-Sabiqun*, 5(1), 330–346. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v5i1.2828>
- Nurjanah, D. S., Subarjah, H., & Safari, I. (2022). The Effect of Physical Fitness and Self-Confidence on the Martial Arts of Pencak Silat. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 7(3), 774–779. <https://doi.org/10.33222/juara.v7i3.2433>
- Oman Hadiana, Herman Subarjah, Amung Ma'mun, Mulyana Mulyana, Didik Rilastiyo Budi, A. R. (2022). Pencak Silat Tapak Suci: Overview in a Historical Perspective of Muhammadiyah Autonomic Organizations in Indonesia.

- Pardilla, H., Hanif, A. S., Humaid, H., Dlis, F., Henjilito, R., & Jufrianis, M. (2019). Effect of Motor Ability and Self-Confidence on Triple Jump Skills in Youth Aged 18–20: Path Analysis Study Among Students at University College. *Physical Education Theory and Methodology*, 19(2), 69–75. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2019.2.03>
- Purwa Ningsih, S., Warmi, A., FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang, M., Ronggo Waluyo, J. H., Telukjambe Timur, K., Karawang, S., & Karawang, K. (2021). Analisis Kepercayaan Diri (Self-Confidence) Pada Pembelajaran Matematika Siswa SMP (Vol. 8, Issue 2).
- Putu Gde Caesar Renddy Wicaksana, I., Agung Gede Agung, A., Nyoman Jampel, I., & Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan Prodi Teknologi Pendidikan, J. (2019). Pengembangan Pengembangan E-Komik Dengan Model Addie Untuk Meningkatkan Minat Belajar Tentang Perjuangan Persiapan Kemerdekaan Indonesia. In *Jurnal EDUTECH Universitas Pendidikan Ganesha* (Vol. 7, Issue 2).
- Rahmadani, A., Qamaria, E., Nurmaniati, N., & Ananda, R. (2023). Sistem Pendidikan Negara Indonesia yang Tertinggal dari Negara Korea Selatan dan Perbandingan Sistem Pendidikannya. *Al-DYAS*, 2(2), 359–368. <https://doi.org/10.58578/aldyas.v2i2.1169>
- Rahmawati, C., Suhardi, S., & Mustadi, A. (2021). Is it important to overcome motor problems of elementary school-age students? *Fizicko Vaspitanje i Sport Kroz Vekove*, 8(1), 94–104. <https://doi.org/10.5937/spes2101094r>
- Rechtik, Z. (2017). Motor skills in context of popularity in a group of school classes in children. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 4(6), 122–129. <https://doi.org/10.18844/prosoc.v4i6.2921>
- Ridwan. (2023). The Effectiveness of Blended Learning Model on Students' Psychomotor Skills in Pencak Silat. *JTP - Jurnal Teknologi Pendidikan*, 25(1), 131–139. <https://doi.org/10.21009/jtp.v25i1.35516>
- Rizal, Y. K., Hidayat, S., & Suryana, Y. (2021). Model Pengembangan Karakter Percaya Diri Siswa Sekolah Dasar Melalui Program Ekstrakurikuler Pencak Silat Tapak Suci. *Pedagogik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(1). <https://doi.org/10.17509/pedagogik.v8i1.32894>
- Samodra, Y. T. J., Suryadi, D., Wati, I. D. P., Supriatna, E., Santika, I. G. P. N. A., Suganda, M. A., & Dewi, P. C. P. (2023). Analysis of gross motoric analysis of elementary school students: A comparative study of students in hill and coastal areas. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 27(2), 139–145. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0206>
- Sasmitha, W., Suwirman, Arifan, I., & Dessi Purnama, S. (2020). Pencak Silat Basic Motion Learning Through Tactical Approach for Junior High School Students.

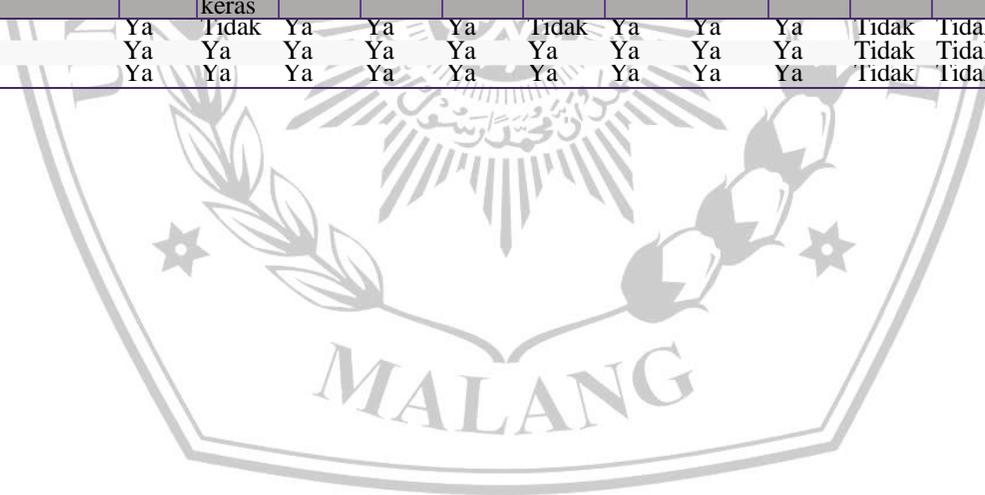
- Proceedings of the 1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200805.052>
- Sayfullah, S., G. Simanjuntak, V., Triansyah, A., Puspa Hidasari, F., & Fachrurrozi Bafadal, M. (2023). Hubungan Power Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit Pencak Silat. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 10(2), 56–69. <https://doi.org/10.46368/jpjk.v10i2.1295>
- Sihombing, A. S., Sari, L., & Fadhilah, R. (2023). Journal Of Digital Learning And Distance Education (Jdlde) Optimizing Students' Self-Confidence Through Inquiry Learning Model in Class Ii Sdn 102052 Chart Kuala Tanjung Beringin District, Serdang Bedagai District. *Journal of Digital Learning and Distance Education*, 1(12). <https://www.rjupublisher.com>
- Sofradzija, H., Sehic, S., Alibegovic, A., Bakic, S., & Camo, M. (2021). Education as a Process and Result. *International Journal of Contemporary Education*, 4(1), 56. <https://doi.org/10.11114/ijce.v4i1.5190>
- Sugiharto, A. F., & Rejeki, H. S. (2023a). Inovasi model latihan gerak pencak silat untuk anak usia 9 – 12 tahun. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 167. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16576>
- Sugiharto, A. F., & Rejeki, H. S. (2023b). Inovasi model latihan gerak pencak silat untuk anak usia 9 – 12 tahun. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 167. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16576>
- Sunani Ariyanti, Zulfan Saam, & Elni Yakub. (2022). *Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru* (Vol. 4).
- Suryadin, T., Rudi, R., & Faisal, I. M. (2020). Pengembangan model latihan gerak jurus tunggal baku pencak silat pada siswa ekstrakurikuler di smp 2 n plumbon. *Journal respects*, 2(2), 85. <https://doi.org/10.31949/jr.v2i2.2254>
- Susilawati, E. (2023). Bermain Aktif untuk Tingkatkan Percaya Diri Anak Usia Dini Pada Masa New Normal. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 8(1), 95–102. <https://doi.org/10.33369/jip.8.1>
- Yusuf Effendi, N. U. (2021). Strategy to Increase Professionalism of Teacher to Increasu Education Quality in Indonesia. *Education*, 1(1), 578–589.
- Zahara, E. (2022). *Hubungan kemampuan motorik kasar anak dini dengan teknik dasar pencak silat di perguruan tapak suci masjid taqwa muhammadiyah kota padang*.



# LAMPIRAN

INSTRUMEN KELOMPOK KECIL

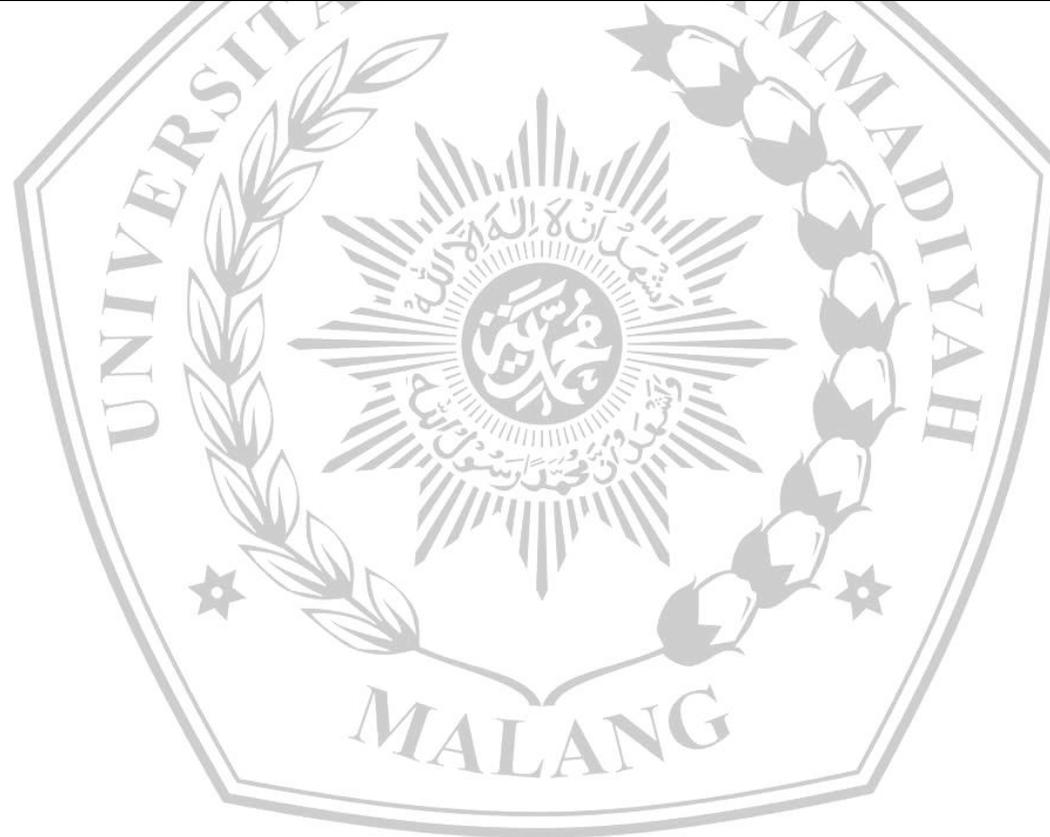
Nama Lengkap	Kelas	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki	Saya mampu berpin dah dari satu tempat yang lain secara cepat dan tepat	Saya mampu memertakan tubuh agar tidak goyah atau roboh	Saya mampu menggerakkan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	Saya mampu menggerakkan tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	Saya yakin mampu dalam mengerjakan jurus Bayu ngga	Saya selalu berusaha dengan keras untuk mengalahkan jurus Bayu ngga	Saya mudah putus asa untuk mengerjakan jurus Bayu ngga	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam mempelajari gerakan jurus Bayu ngga	Saya tidak menyalahkan jurus Bayu ngga tidak tepat	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayu ngga sampai hafal	Saya selalu unggul dari lain dalam latihan	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayu ngga	Saya gugup jika ditunjuk pelatih untuk mem erakan jurus Bayu ngga di depan teman-teman
MLP	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya
ACNA	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya
MDI	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak



INSTRUMEN KELOMPOK BESAR

Nama Lengkap	Kelas	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	Saya mampu melakukan gerakan tendangan pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan mengguncakan satu kaki	Saya mampu berpin dah dari satu tempat yang lain secara cepat dan tepat	Saya mampu mempe rta tubuh agar tidak goyah atau roboh	Saya mampu menggerak kan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	Saya mampu menggerak kan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	Saya yakin mampu dalam menggerak kan jurus Bayuanga	Saya selalu berusaha dengan keras untuk menggerak kan Jurus Bayuanga	Saya mudah putus asa untuk menggerak kan jurus Bayuanga	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam menggerak kan jurus Bayuanga	Saya tidak menyela walaupun gerakan jurus Bayuanga tidak tepat	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuanga sampai hafal	Saya selalu unggul dari yang lain dalam latihan	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayuanga	Saya berani maju saat ditunjuk untuk mempe ragakan jurus Bayuanga di depan teman	Saya gugup jika ditunjuk untuk mempe ragakan jurus Bayuanga di depan teman
AF	VIII	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak
UP	VIII	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
KA	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
AMM	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
LPA	VII	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya
WLM	VII	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya
NPP	IX	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya
LM	VII	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak
BSH	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
AP	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya
NAA	VII	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
MKT	IX	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya
AHP	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
AN	VII	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak
MA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
RPAN	IX	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya
DS	IX	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya
ZMA	VII	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya

FH	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak
AR	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya
ARN	VIII	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak
IKRS	VIII	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya
ICRD	VIII	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya
ADPR	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
RI	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
AM	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
NA	IX	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak
ZA	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Ya



Nama Lengkap	Kelas	Jurus Bayuanga mudah di pelajari	Jurus Bayuanga membuat saya bersemangat untuk berlatih lebih lanjut	Jurus Bayuanga memiliki gerakan yang estesis dan indah dilihat	Saya merasa terinspirasi saat mempelajari jurus bayuanga	Jurus Bayuanga cocok dengan kemampuan fisik saya.	Jurus Bayuanga sesuai dengan level keterampilan saya saat ini	Jurus Bayuanga sesuai dengan situasi pertarungan nyata	Jurus Bayuanga sesuai dengan jurus Tapak Suci yang saya pelajari	Jurus Bayuanga efektif dalam pertahanan diri	Jurus Bayuanga memberikan hasil yang baik saat diterapkan dalam sparing maupun lomba.	Jurus Bayuanga memaksimalkan penggunaan energi dan tenaga secara efisien.	Jurus Bayuanga dapat meningkatkan performa saya secara keseluruhan dalam latihan ekstrakurikuler	Jurus Bayuanga mudah di pelajari	Gerakan dalam jurus Bayuanga mudah dipelajari dan diingat	Jurus Bayuanga tidak membutuhkan banyak waktu untuk dikuasai	Jurus Bayuanga bisa dilakukan tanpa memerlukan peralatan tambahan
AF	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
UP	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
KA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
AMM	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
LPA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya
WLM	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
NPP	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
LM	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak
BSH	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ya
AP	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
NAA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya
MKT	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya
AHP	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
AN	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya
MA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
RPAN	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
DS	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
ZMA	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Tidak
FH	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
AR	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
ARN	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya
IKRS	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
ICRD	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
ADPR	VII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
RI	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
AM	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
NA	VIII	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya
ZA	IX	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Tidak

# Turnitin Instructor

## IVO\_SINDIA

-  Kelas 2
-  MAGISTER PEDAGOGI
-  University of Muhammadiyah Malang

---

### Document Details

Submission ID

trn:oid::1:3121589889

Submission Date

Dec 24, 2024, 7:32 AM GMT+7

Download Date

Dec 24, 2024, 7:41 AM GMT+7

File Name

TESIS\_IVO\_SINDIA\_CEK\_PLAGIASI\_-\_Ivo\_Sindia\_Nur\_Azizah.docx

File Size

3.3 MB

38 Pages

8,721 Words

55,185 Characters

# 7% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

## Filtered from the Report

- Bibliography

---

## Top Sources

- 7%  Internet sources
- 0%  Publications
- 2%  Submitted works (Student Papers)

---

## Integrity Flags

### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

## Top Sources

- 7%  Internet sources
- 0%  Publications
- 2%  Submitted works (Student Papers)

---

## Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

<b>1</b>	Internet	
ejournal.unibabwi.ac.id		2%
<b>2</b>	Internet	
journal.unj.ac.id		2%
<b>3</b>	Internet	
id.scribd.com		2%
<b>4</b>	Internet	
eprints.uny.ac.id		2%

# EFEKTIVITAS PENGEMBANGAN PENCAK SILAT TAPAK SUCI JURUS BAYUANGGA TERHADAP KETERAMPILAN MOTORIK KASAR DAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP

## A. Pendahuluan

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan pondasi utama dalam pembentukan generasi masa akan datang yang lebih kompeten dan berkualitas (A. Aly, 2023; Sofradzija et al., 2021). Sistem pendidikan di Indonesia telah mengalami perubahan dalam pengembangan kurikulum, dari KTSP menjadi K13 dan sekarang menjadi kurikulum pembelajaran mandiri (Rahmadani et al., 2023). Namun, ada kekhawatiran di kalangan guru dan siswa tentang perubahan ini (An'nisa & Rahmawati, 2023). Pemerintah memainkan peran penting dalam menyediakan fasilitas dan sumber daya yang diperlukan bagi siswa, sementara orang tua dan pendidik perlu menanamkan antusiasme yang tinggi untuk belajar pada anak-anak (Yusuf Effendi, 2021). Kurikulum 2013 menerapkan penilaian autentik untuk menilai kemajuan belajar peserta didik yang meliputi sikap (sosial emosional), pengetahuan (kognitif), dan keterampilan (psikomotor) (Dr. Mahdiansyah et al., 2017).

Pengembangan keterampilan motorik kasar sangat penting untuk pertumbuhan dan kesejahteraan anak-anak secara keseluruhan (Hussain & Cheong, 2022; Samodra et al., 2023). Perkembangan keterampilan motorik kasar anak penting bagi seluruh aspek perkembangannya secara keseluruhan. Mengembangkan keterampilan motorik kasar pada siswa memiliki beberapa manfaat. Meningkatkan keterampilan motorik dapat menyebabkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan yang lebih baik pada anak-anak dan remaja (Barnett et al., 2016; Rehtik, 2017). Keterampilan motorik adalah dasar untuk pengembangan perilaku dan membuka peluang baru untuk belajar (Hoch, 2020). Keterampilan motorik kasar anak berkembang melalui berbagai faktor dan intervensi. Meningkatkan keterampilan ini memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Keterampilan motorik kasar memungkinkan siswa untuk terlibat dalam aktivitas fisik, seperti berlari, melompat, dan melempar, yang penting untuk kebugaran fisik dan koordinasi mereka (M. Akbar Husein Allsabab, 2022; Ningrum et al., 2022; Samodra et al., 2023).

Ketika siswa memasuki jenjang sekolah menengah pertama dari sekolah dasar atau berpindah dari masa kanak-kanak ke masa pubertas, maka tingkat bakat mesin bersih siswa masih dalam batas perubahan, dimana kemampuan bersih siswa di sekolah dasar belum terbentuk secara baik.(ITSNA ASYARA RIZKI, 2020). Pengembangan keterampilan motorik kasar melibatkan koordinasi dan pergerakan bagian tubuh besar, seperti lengan dan kaki, dan dapat dinilai menggunakan ukuran standar. Selain itu, kegiatan keterampilan motorik dapat meningkatkan kesiapan sekolah dengan mempromosikan berbagai aspek perkembangan anak, termasuk kompetensi motorik, fungsi eksekutif, keterampilan berhitung dan juga dapat mengembangkan keterampilan motorik dapat berkontribusi pada kepercayaan diri dan harga diri mereka (Budiman, 2018; Rahmawati et al., 2021).

Membangun kepercayaan diri pada siswa sangat signifikan karena beberapa alasan. Peningkatan kepercayaan memiliki implikasi positif bagi kesejahteraan, aspirasi, dan pengalaman siswa di sekolah. Secara keseluruhan, membangun kepercayaan diri pada siswa sangat penting untuk pertumbuhan pribadi mereka, kesuksesan akademik, dan upaya profesional masa depan (Bray et al., 2020). Membangun kepercayaan pada siswa memiliki beberapa manfaat. Ini dapat meningkatkan minat siswa dalam teknik dan meningkatkan retensi di kursus selanjutnya. Hal ini juga dapat mengoptimalkan keterlibatan siswa, retensi, dan keberhasilan dalam pendidikan tinggi (P. J. Heron & Williams, 2022; P. Heron & Williams, 2023). Kepercayaan diri mempengaruhi keterampilan motorik kasar siswa. Mengapa demikian? Karena saat siswa tidak percaya diri atau tidak berani tampil secara otomatis kasarnya juga tidak berkembang secara ideal (Pardilla et al., 2019).

Banyak cara untuk mengembangkan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yaitu salah satu cara yang unik yaitu dengan kegiatan ekstra pencak silat Tapak Suci. Kegiatan ekstrakurikuler melayani beberapa fungsi utama, mereka memberi siswa kesempatan untuk menerapkan pengetahuan mereka dan memperoleh pengetahuan baru melalui pendidikan mandiri (Kaminska, 2022). kegiatan ekstrakurikuler berperan dalam pendidikan intelektual dengan meningkatkan kemampuan kognitif dan menghubungkan perkembangan intelektual dengan bidang pendidikan lainnya (Aleksov, 2022). Pencak Silat Tapak Suci memainkan peran penting sebagai bentuk seni bela diri. Ini berfungsi sebagai sarana pendidikan jasmani dan spiritual, menanamkan disiplin, toleransi, kerja keras, agama, dan cinta perdamaian(Kamal et al., 2023). Pencak Silat juga bertujuan untuk mengembangkan karakter mulia dan identitas nasional melalui latihan latihan pernapasan, puasa, dan

ritual tertentu(Khairul Sasmita, Eri Barlian, 2023). Ini adalah warisan budaya yang perlu dilestarikan dan diturunkan dari generasi ke generasi(Ediyono et al., 2023). Pencak Silat Tapak Suci mengajarkan tidak hanya gerakan dan teknik dasar tetapi juga nilai-nilai Islam seperti ibadah, aqidah, dan moralitas(Oman Hadiana, Herman Subarjah, Amung Ma'mun, Mulyana Mulyana, Didik Rilastiyo Budi, 2022). Pencak Silat Tapak Suci juga berperan dalam menjaga kesehatan melalui olahraga, berkontribusi pada keseimbangan fisik dan spiritual serta meningkatkan produktivitas(Jafar et al., 2023; Oman Hadiana, Herman Subarjah, Amung Ma'mun, Mulyana Mulyana, Didik Rilastiyo Budi, 2022).

Kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci yang telah diberikan pada siswa di SMP N 1 Banyuwangi dalam rangkaian gerakan umum di Tapak Suci yaitu gerakan pukulan, tendangan, tangkisan serta bantingan. Namun dalam perkembangan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa kurang maksimal karena kepercayaan diri untuk berani maju menggerakkan badannya masih merasa malu sehingga perlu di tingkatkan lagi dalam model latihan pengembangan rangkaian gerak baru yang menarik dan mudah ditirukan oleh siswa.

Dilihat dari hasil pengamatan, keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP N 1 Banyuwangi perlu ditingkatkan lagi. Kegiatan ekstrakurikuler yang sudah terlaksana di SMP seharusnya mampu mengembangkan keterampilan serta kepercayaan diri pada siswa. Namun faktanya belum berkembang secara ideal.

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, penelitian ini dipilih karena dalam pengembangan kemampuan motorik kasar di SMP N 1 Banyuwangi kurang berkembang secara ideal. Oleh karena itu peneliti bertujuan meneliti kemampuan motorik kasar sekaligus kepercayaan diri melalui kegiatan pengembangan jurus baru yaitu rangkaian jurus Bayuangga pada Pencak Silat Tapak Suci sebagai metode pelatihan, sehingga memberikan kontribusi positif bagi pendidikan dan perkembangan anak di masa depan.

Penelitian yang ditulis oleh (Midona et al., 2022) yang berjudul Pengaruh Renang Gaya Dada Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Siswa SMP KELAS VII. Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan tujuan untuk mencari pengaruh renang gaya dada terhadap kemampuan motorik kasar pada siswa SMP. Berdasarkan hasil analisis data adanya pengaruh yang signifikan renang gaya dada terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar yaitu  $U_{hitung} < U_{tabel}$   $10 < 11$ .

3 Penelitian yang ditulis oleh (Nur Amalah Firman, 2023) yang berjudul Pengaruh Kegiatan Senam Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai kemampuan motorik kasar anak pada posttest lebih tinggi dari nilai pretest. Hasil dari uji teori dengan menggunakan uji beda wilcoxon ternyata terdapat pengaruh terhadap kemampuan mesin neto anak TK Dharma Wanita SMP Negeri 1 Majauleng dengan memanfaatkan latihan akrobatik.

3 3 Penelitian yang ditulis oleh (Sunani Ariyanti et al., 2022) yang berjudul Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian ini *pre-eskperimental design*. Penelitian ini menggunakan rancangan dengan bentuk *one group pretest -post test design*. Hasil dari penelitian tersebut adanya peningkatan rata-rata kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan tindakan, dengan demikian hipotesis penelitian dapat diterima yaitu konseling kelompok melalui teknik play therapy efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

3 Penelitian yang ditulis oleh (Genita Permata et al., 2023) yang berjudul Keefektifan Permainan Simulasi Monopoli Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Kuliner SMKN 8 Blitar. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan one group design pretest dan posttest. Hasil dari penelitian ini yaitu bahwa permainan simulasi monopoli efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas X Kuliner di SMKN 3 Blitar.

2 2 Berdasarkan dari peneletian terdahulu tentang keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri pada siswa SMP, novelty penelitian *Efektivitas Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP melalui Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga* yaitu metode pengembangan kepercayaan diri dan keterampilan motorik kasar melalui pencak silat tapak suci dengan pengemabangan rangkaian jurus baru yang menarik dan mudah ditirukan oleh siswa.

## 1.2 Rumusan Masalah

- 2
1. Bagaimana pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif?

2. Bagaimana kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci Jurus Bayuangga?
3. Bagaimana keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?

### 1.3 Tujuan Masalah

1. Untuk mengembangkan gerakan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif.
2. Untuk mengetahui kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci jurus Bayuangga.
3. Untuk mengetahui keefektivan pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

### 1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis:
  - Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pendidikan jasmani, khususnya dalam metode pembelajaran pencak silat untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa.
  - Memperluas wawasan mengenai aplikasi model pengembangan ADDIE dalam pembelajaran seni bela diri tradisional.
2. Manfaat Praktis:
  - Bagi Guru dan Pelatih: Sebagai pedoman dalam mengintegrasikan latihan jurus Bayuangga ke dalam pembelajaran atau pelatihan olahraga di sekolah.
  - Bagi Siswa: Meningkatkan keterampilan motorik kasar, kepercayaan diri, dan kedisiplinan melalui latihan pencak silat.
  - Bagi Sekolah: Meningkatkan kualitas program ekstrakurikuler pencak silat sebagai bagian dari pengembangan karakter siswa.

## **B. Kajian Teori**

### **2.1 Keterampilan Motorik Kasar**

Keterampilan motorik kasar sangat penting untuk kompetensi motorik, pengembangan, kesehatan, dan keunggulan atletik. Namun, ada bukti penurunan tingkat keterampilan motorik kasar secara global, terutama pada anak-anak. Studi yang berbeda telah mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi pengembangan keterampilan motorik kasar. Satu studi yang dilakukan di Pakistan menemukan bahwa mempraktikkan keterampilan permainan budaya tradisional dengan gangguan kontekstual tinggi menghasilkan akuisisi dan retensi keterampilan motorik kasar yang lebih baik dibandingkan dengan jadwal latihan rendah dan sedang (Hussain & Cheong, 2022). Motorik kasar mengacu pada pengembangan dan kontrol gerakan otot besar dalam tubuh. Ini melibatkan koordinasi dan penggunaan anggota badan dan bagian tubuh untuk kegiatan seperti berlari, melompat, dan melempar (Izzati, 2019).

Hurlock (1998) dalam (Hidayanti, 2019) menjelaskan kemampuan motorik kasar sebagai pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan spinal cord, yaitu kemampuan yang dibutuhkan sejak usia dini sebagai bagian dari pertumbuhan dan peningkatan anak. Hampir semua anak usia 2 tahun sudah bisa duduk, berdiri, berjalan, menendang, naik turun tangga, berlari dan melompat. Kemampuan motorik dibangun dari usia anak kecil dan akan semakin unggul seiring bertambahnya usia hingga dewasa. Sementara itu menurut Sage (1984) dalam (Monicha, 2020) menjelaskan pentingnya perkembangan motorik kasar anak sebagai salah satu aspek perkembangan yang sangat penting bagi anak, bahwa keterampilan seseorang berkaitan dengan eksekusi dalam melaksanakan berbagai kemampuan yang diperoleh sejak masa kanak-kanak.

Keterampilan motorik kasar adalah komponen penting dari perkembangan anak. Mereka termasuk keterampilan lokomotor seperti berlari, melompat, dan melompat dan keterampilan kontrol objek seperti melempar, menangkap, dan menendang (Catherine Mamaid Capio, Cynthia Sin Yi Choi, 2022; Faradillah Firdaus, 2022; Li et al., 2022). Komponen-komponen tersebut penting untuk perkembangan keseluruhan anak-anak dan berkontribusi pada kemampuan fisik dan kesehatan mereka. Oleh karena itu, mendorong pengembangan keterampilan motorik kasar sangat penting untuk mempromosikan perkembangan dan kesejahteraan secara keseluruhan pada anak-anak.

Indikator pencapaian perkembangan siswa adalah penanda perkembangan terukur khusus yang digunakan untuk memantau atau menilai perkembangan anak pada usia tertentu. Menurut Sugiyono dan Decaprio dalam (Dody Prastyo Utomo & Nanik Indahwati, 2017; Nur Azizah & Dheasari, 2023) menjelaskan bahwa keterampilan motoric memiliki 8 komponen yaitu kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, kelenturan/fleksibilitas, dan koordinasi.

Pada komponen kekuatan, kekuatan adalah elemen gerakan yang tidak terpisahkan, dan kekuatan adalah prasyarat terpenting untuk keterampilan motorik. Dalam olahraga anak, kekuatan merupakan unsur penting dari keterampilan motorik, karena berkaitan dengan otot-otot tubuh yang menyebabkan terjadinya gerakan tubuh. Komponen kecepatan, tidak semua gerakan membutuhkan kecepatan, namun keberhasilan gerakan tubuh juga bergantung pada faktor kecepatan. Kecepatan gerak motor. Kecepatan biasanya digunakan dalam keterampilan motorik untuk mengukur keberhasilan atletik siswa. Komponen power, power sebagai komponen dasar dari suatu elemen motor. Force digunakan oleh anak saat melakukan gerakan maksimal. Atau, gaya adalah gerakan untuk menghasilkan kecepatan dan gaya maksimum. Ketika seorang siswa melakukan gerakan keterampilan motorik, gaya menjadi prinsip yang terkait dengan dorongan tubuh atau bagian dari kekuatan penuh. Komponen ketahanan, ketahanan merupakan hasil dari kemampuan psikologis seorang siswa untuk mendukung gerakan-gerakan yang dilakukan oleh seorang anak. Ketahanan dapat dibagi menjadi dua. Yang pertama adalah resistensi yang terkait dengan kekuatan kedua yang terkait dengan pernapasan. Komponen kelincahan, keberhasilan seorang anak dalam melakukan olahraga juga sangat bergantung pada mobilitasnya. Kelincahan merupakan faktor penting yang mempengaruhi gerakan. Kelincahan adalah ukuran tes kinerja atletik anak. Komponen keseimbangan, keseimbangan adalah aspek

efisien menanggapi gerakan dan faktor dasar gerakan. Kemampuan untuk menyeimbangkan ini membantu menjaga sistem saraf tetap stabil dan dapat bereaksi secara efisien untuk mengontrol gerakan tubuh secara efektif selama berolahraga. Komponen kelenturan (fleksibilitas), fleksibilitas sangat penting dalam keterampilan motorik karena merupakan faktor kemampuan seseorang untuk bergerak. Fleksibilitas didefinisikan sebagai gerakan sendi yang berhubungan dengan gerakan tubuh dan pengekangan yang bergantung pada kelenturan dan regangan otot-otot di sekitarnya. Komponen koordinasi, koordinasi merupakan elemen penting sebagai elemen utama terakhir dari keterampilan motorik. Ketukan yang terkoordinasi menjadi dasar pelaksanaan latihan yang dilakukan oleh anak. Dalam keterampilan motorik, koordinasi didefinisikan sebagai kemampuan pelaku untuk mengintegrasikan jenis-jenis latihan. Bentuk yang lebih spesifik.

Pada penelitian ini, indikator keterampilan motorik kasar yang digunakan disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 1.1 Indikator Variabel Kemampuan Motorik Kasar**

No	Variabel	Indikator
1.	Kekuatan	Siswa mampu menggunakan sekelompok ototnya untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban.
1.	Kecepatan	Siswa mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.
2.	Power	Siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.
3.	Ketahanan	Siswa mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.
4.	Kelincahan	Siswa mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat
5.	Keseimbangan	Siswa mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.
6.	Kelenturan	Siswa mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh

7.	Koordinasi	Siswa mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi
----	------------	---

## 2.2 Kepercayaan Diri

Salah satu aspek penting untuk anak miliki yaitu percaya diri. Percaya diri ialah sesuatu keahlian dalam berperan dimana anak mempunyai kepercayaan hendak kemampuan diri, tidak pasif, kepemimpinan serta inisiatif (Susilawati, 2023). Ini memainkan peran penting dalam berbagai aspek pengembangan siswa, seperti kinerja akademik, kemampuan penalaran matematika, keterampilan berbicara, dan kemampuan beradaptasi dalam proses pembelajaran. Para ahli telah menemukan bahwa kepercayaan diri dapat dikembangkan melalui berbagai metode, termasuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, penerapan metode presentasi kelompok, dan pendekatan inovatif untuk pembelajaran online. Namun, telah diamati bahwa tingkat kepercayaan diri siswa bervariasi, dengan beberapa siswa menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang moderat. Untuk mengoptimalkan kepercayaan diri siswa, penelitian lebih lanjut direkomendasikan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi tambahan dan untuk mendorong siswa untuk merefleksikan perkembangan kepercayaan diri mereka selama proses pembelajaran (Fauziah & Irmayanti, 2022; Jati & Soebagyo, 2023; Sihombing et al., 2023). Kepercayaan diri siswa mengacu pada sikap dan perilaku positif yang memungkinkan siswa untuk memiliki penilaian positif terhadap diri mereka sendiri dan kemampuan mereka, serta lingkungan dan situasi yang mereka hadapi (Alawiyah et al., 2023). Kepercayaan diri dapat dikembangkan melalui berbagai metode, termasuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, penerapan metode presentasi kelompok, dan dorongan siswa untuk mengekspresikan pendapat mereka dan mengajukan pertanyaan.

Indikator pencapaian perkembangan siswa adalah penanda perkembangan terukur khusus yang digunakan untuk memantau atau menilai perkembangan anak pada usia tertentu. Menurut Lauster dalam Maulida, S. R., & Dhania, D. R. dalam (Hadiyati & Fatkhurahman, 2021; Purwa Ningsih et al., 2021) indikator kepercayaan diri yaitu: percaya pada kemampuan sendiri; mandiri dalam mengambil keputusan; memiliki rasa positif terhadap diri sendiri; berani mengungkapkan pendapat. Menurut Lauster (2003) dalam (Amri et al., 2019), ada beberapa aspek

dari kepercayaan diri yakni sebagai berikut: (1) Kepastian akan kemampuan seseorang, khususnya sikap positif seseorang terhadap dirinya bahwa ia benar-benar memahami apa yang dilakukannya; (2) Idealis, yaitu sikap positif seseorang yang senantiasa mempunyai pandangan yang baik dalam mengatur segala sesuatu tentang dirinya, kepercayaan dan kemampuannya; (3) Objektif, yaitu individu yang yakin dalam memandang suatu persoalan atau segala sesuatu; (4) sesuatu yang sesuai dengan kebenaran yang tepat, tidak sesuai dengan kebenaran individual; (5) Kewajiban, yaitu keinginan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang mempunyai akibat dan (6) Rasional yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka pada penelitian ini, indikator keterampilan motorik kasar yang digunakan disajikan pada tabel berikut

**Tabel 1.2 Tabel Indikator Variabel Kepercayaan Diri**

No	Variabel	Indikator
1.	Yakin pada kemampuannya sendiri	Siswa mampu meyakinkan diri sendiri bahwa dia bisa dalam materi pencak silat.
2.	Optimis	Siswa mampu mempunyai harapan yang ada pada dirinya sendiri.
3.	Mandiri dalam mengambil keputusan	Siswa mampu mandiri terhadap apa yang akan dilakukan sesuai yang di latihkan
4.	Berani mengemukakan pendapat	Siswa mampu berani tampil maju di depan.

### 2.3 Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga

Pencak silat adalah salah satu budaya asli indonesia, para ahli pencak silat dan ahli pencak silat dengan tegas menyatakan bahwa orang melayu pada zaman itu menciptakan menggunakan pencak silat sejak abad ke 7 (Ridwan, 2023). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pencak silat diartikan sebagai permainan pertahanan diri dengan kemahiran menangkis, menyerang, dan bertahan dengan atau tanpa senjata. Pencak silat juga merupakan seni bela diri, sehingga memiliki unsur keindahan dan aksi (Zahara, 2022). Pencak Silat berfungsi sebagai metode pelatihan yang efektif karena berbagai teori yang didukung oleh penelitian. Salah satu teorinya

adalah Pencak Silat mengajarkan karakter yang tinggi dan refleksi diri melalui ritual dan latihan fisik dan mental, sehingga mengarah pada pemahaman yang lebih baik tentang kemampuan seseorang dan keindahan gerakan dan semangat (Ediyono et al., 2023).

Dalam pertandingan pencak silat terdapat empat cabang, yaitu: tanding, tunggal, ganda, beregu dan solo kreatif. Terdapat tiga aspek yang harus disiapkan untuk mencapai prestasi dalam cabang olahraga pencak silat, yaitu: fisik, teknik dan mental. Diantara ke tiga aspek tersebut saling berkesinambungan dan tidak dapat dipisahkan (Hariyanti et al., 2019; Linggar Eka Prasetya et al., 2021). Gerakan fisik adalah perkembangan tubuh akibat kerja otot rangka yang terjadi dalam penggunaan vitalitas. Terdapat beberapa komponen fisik yang harus disiapkan yaitu: kecepatan, kelincahan, ketepatan, keseimbangan, fleksibilitas, power, kekuatan dan koordinasi. Salah satu komponen fisik yang penting ialah fleksibilitas. “Fleksibilitas adalah efektivitas seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh yang luas” (Hariyanti et al., 2019; Nur Azizah & Dheasari, 2023; Pardilla et al., 2019).

Gerakan dasar dalam pencak silat yaitu pukulan, tendangan, hindaran, bantingan dan jatuhan (Sasmitha et al., 2020; Sugiharto & Rejeki, 2023a). Mengidealkan dominasi perkembangan pencak silat harus dimulai dari awal persiapan, khususnya ketika seorang pelatih mendidik muridnya perkembangan perkembangan pencak silat. “Persiapan yang baik adalah persiapan yang mengkondisikan segala sesuatu yang harus diambil setelah koordinat.” Pelatihan yang terburu-buru dalam mengajarkan suatu teknik dengan tidak memperhatikan teknik gerak secara detail, hanya akan menciptakan seorang pesilat yang hanya hapal jurus saat mengikuti perlombaan. Karena ia sudah terbiasa melakukan jurus-jurus pencak silat yang bersifat *off-base*. Hal inilah yang menjadi permasalahan kelak sebab pembetulan gerakannya sulit dilakukan (Suryadin et al., 2020).

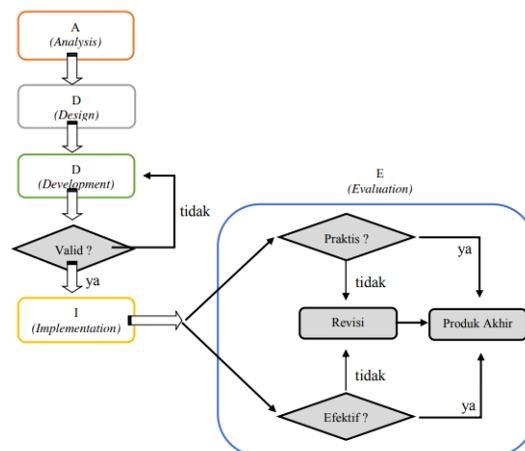
Model latihan yang digunakan saat ini yaitu gerak jurus Bayuangga yang mana pelatih memperagakan di depan siswa dan diikuti oleh siswa, karena gerakan tersebut mudah di tiru oleh siswa dan mencakup semua gerakan dasar pencak silat. Jurus bayuangga adalah jurus yang dikembangkan oleh peneliti sebagai metode latihan yang mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa seta kemampuan motorik kasarnya. Jurus bayuangga tergolong jurus solo kreatif, yaitu gerakan seni pencak silat mengandung filosofi logis yang dibuat oleh pesilat itu sendiri dan bukan

gerakan baku IPSI. Rangkaian gerak jurus bayuangga adalah gabungan gerakan dasar pencak silat tapak suci yang di hubungkan menjadi satu, yaitu pukulan, tendangan, tangkisan, serta bantingan. Dengan adanya gerakan baru ini, gerakan siswa akan terkoordinasi dengan baik sehingga membuat siswa menjadi percaya diri terhadap gerakan yang mereka tirukan.

### C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *research and development* untuk menghasilkan produk dan menguji efektivitasnya. Penelitian *research and development* menggunakan model ADDIE yaitu, analisis (*analysis*), desain (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*). Model pengembangan ini dipilih karena relevan dengan produk yang akan dikembangkan dalam penelitian ini. Adapun penilaian kualitas pada penelitian ini mengacu pada *validity* (kevalidan), *practically* (kepraktisan), dan *effectiveness* (keefektifan). Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

#### 3.1 Tahap Pengembangan Produk



Gambar 1. Prosedur pengembangan berdasarkan model pengembangan ADDIE

Penjelasan lebih detail mengenai kegiatan pada setiap fase model pengembangan ADDIE adalah sebagai berikut.

#### 1. Tahap *Analysis* (Analisis)

Pada tahap ini adalah tahap awal persiapan sebelum merancang untuk membuat metode latihan. Pada tahap ini dilakukan analisis perlunya pengembangan metode latihan. Prosedur umum pada tahap analisis adalah analisis permasalahan, analisis kebutuhan siswa, analisis kondisi, analisis karakteristik siswa dan analisis rencana kerja yang akan dijelaskan sebagai berikut.

##### a. Analisis permasalahan

3 Pada tahap ini, peneliti melakukan analisis mengenai masalah yang timbul dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa SMP. Analisis didasarkan pada informasi yang dikumpulkan melalui survei lapangan. Analisis dilakukan untuk mengetahui penyebab terjadinya masalah serta membatasi ruang lingkup kajian sebagai solusi penyelesaian masalah tersebut

#### b. Analisis Kebutuhan (*need assessment*)

3 Pada tahap ini, dilakukan dengan mengidentifikasi kebutuhan siswa yaitu siswa SMP dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci. Adapun langkah-langkah yang dilakukan untuk mengidentifikasi karakteristik siswa tersebut sebagai berikut.

- (1) Menganalisis sarana dan prasarana saat latihan
- (2) Mengumpulkan informasi mengenai cara yang disukai siswa dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler

Hasil dari kegiatan ini selanjutnya digunakan sebagai pedoman rancangan untuk mengembangkan metode latihan.

#### c. Analisis Kondisi

4 Analisis kondisi bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai kondisi yang dibutuhkan siswa dalam proses kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci. Analisis kondisi pembelajaran dilakukan dengan mengkaji berbagai kondisi saat kegiatan, sarana prasarana, serta pendekatan/metode/model latihan yang dibutuhkan oleh siswa.

#### d. Analisis Karakteristik Siswa

4 Analisis karakteristik siswa, yaitu mengenal ciri-ciri siswa dan mengetahui media pembelajaran mana yang layak digunakan dengan ciri-ciri siswa tertentu. Dari analisis karakteristik siswa, siswa akan dapat memperoleh kapasitas keilmuan dan kapasitas awal, melihat inspirasi siswa, tertarik dalam belajar dan terlibat. Data diperoleh dari observasi terhadap siswa.

#### e. Analisis Rencana Kerja

4 Pada tahap ini dibuat suatu rencana kerja lanjutan mulai dari penyusunan perencanaan sampai dengan diperolehnya hasil akhir. Adapun rencana kerja pada penelitian ini adalah sebagai berikut.;1) menyusun tujuan pengembangan, 2) membuat desain metode latihan jurus bayuangga 3) Validasi produk 4) Implementasi (uji coba), 5) menguji kepraktisan dan keefektifan produk 6) Evaluasi.

4 Berdasarkan hasil observasi ditunjukkan bahwa perkembangan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa di SMP Muhammadiyah 3 Gending belum

berkembang secara optimal. Masalah penyebab belum berkembangnya keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yaitu siswa masih malu dan belum berani tampil menggerakkan tubuhnya. Karena jurus yang diterapkan susah ditirukan sehingga kegiatan ekstrakurikuler kurang efektif, membuat siswa merasa cepat bosan, tidak termotivasi untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan keterampilan motorik kasar siswa juga belum berkembang.

## 2. Tahap *Design* (Desain)

Untuk mengatasi permasalahan yang ada di kegiatan ekstrakurikuler Pencak Silat Tapak Suci, peneliti mencari solusi dan mulai merancang pengembangan jurus baru yang mudah ditiru oleh siswa. Rangkaian jurus yang dibuat merupakan rangkaian jurus dasar yang ada pada Tapak Suci. Jurus dasar Tapak Suci yaitu sikap pasang, pukulan, tendangan dan elakan/hindaran. Rancangan jurus Bayuangga tersebut yang nantinya akan dijadikan sebuah produk berupa seni solo kreatif baru yang diharapkan dapat membantu pelatih dan siswa dalam proses kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa.

## 3. Tahap *Development* (Pengembangan)

Setelah jurus Bayuangga jadi dan sebelum di ujicobakan ke siswa, peneliti melakukan validasi kepada para ahli yaitu ahli jurus dasar pencak silat yang ada di Tapak Suci untuk mengetahui kelayakan dari jurus yang sudah dibuat. Selain itu, jika ada rekomendasi dan masukan dari pakar, analisis harus mengubah item sesuai dengan rekomendasi dan masukan tersebut agar item yang dibuat lebih ideal dan layak untuk digunakan.

## 4. Tahap *Impelementaion* (Implementasi)

Tahap ini peneliti menerapkan media jurus Bayuangga yang sudah direncanakan dan dikembangkan untuk diuji cobakan kepada siswa, untuk mengetahui apakah media jurus Bayuangga yang dikembangkan ini sudah sesuai dengan apa yang direncanakan dan membantu dalam proses kegiatan ekstrakurikuler. Tahap uji coba produk ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu uji coba perorangan dilakukan oleh 3 siswa, uji coba kelompok kecil dilakukan oleh 10 siswa dan uji coba kelompok besar dilakukan oleh 28 orang peserta didik.

## 5. Tahap *Evaluation* (Evaluasi)

Tahap evaluasi merupakan rangkaian akhir dari suatu penelitian, tahap ini dilakukan untuk melihat apakah tujuan dan sasaran dari item ini telah tercapai atau belum dengan cara menyimpulkan dan melihat hasil yang dicapai dari angket yang telah disebarikan kepada para ahli dan peserta didik.

## 3.2 Desain Uji Coba Produk

### 1. Desain Uji Coba

Desain uji coba dilakukan validasi produk dan pengujian produk Sebelum dilakukan uji coba, produk jurus Bayuangga divalidasi terlebih dahulu oleh pendekar.

### 2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu 3 bulan, yakni Februari sampai April di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

### 3. Subjek Uji Coba

Subjek dalam penelitian ini adalah 28 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Gending.

### 4. Jenis Data

Jenis data yang diperoleh dari penelitian dan pengembangan ini yaitu, data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berupa wawancara dan observasi yang berkaitan dengan produk yang dikembangkan. Sedangkan data kuantitatif berupa data-data yang berasal dari pengisian angket atau kuisisioner.

### 4. Instrumen Pengumpulan Data

Data yang didapatkan dari penelitian dan pengembangan ini menggunakan instrumen pengumpulan data berupa angket atau kuisisioner yang akan diisi oleh validator ahli dan siswa.

### 5. Teknis Analisis Data

3 Analisis yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan mengumpulkan jenis informasi yang diperoleh sehingga analis dapat dengan mudah memperoleh informasi tersebut dan menarik kesimpulan. Kegiatan dalam tahap analisis dapat meliputi.

a. Kevalidan

Menurut (Putu Gde Caesar Renddy Wicaksana et al., 2019) rumus untuk mengelola data per kelompok dari keseluruhan item, menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Presentase = \frac{\sum \text{Skor yang diberikan validator}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

**Tabel 1.3 Interval Rata-rata Penilaian**

No	Interval Rata-rata Penilaian Ahli	Kriteria Ahli	Kriteria Peserta Didik
1.	$81 \leq \text{skor} \leq 100$	Sangat Layak	Sangat Layak
2.	$61 \leq \text{skor} \leq 80$	Layak	Layak
3.	$41 \leq \text{skor} \leq 60$	Cukup Layak	Cukup Layak
4.	$21 \leq \text{skor} \leq 40$	Tidak Layak	Tidak Layak
5.	$0 \leq \text{skor} \leq 20$	Sangat Tidak Layak	Sangat Tidak Layak

Sumber : (Putu Gde Caesar Renddy Wicaksana et al., 2019)

b. Efektiv

Efektivitas metode latihan yaitu tingkat keefektivan yang dilampaui dalam penerapan metode latihan baik dan sesuai dengan yang telah diterapkan.

Berdasarkan nilai validitas yang ditetapkan, penggunaan kriteria dalam penelitian ini sebagai standar pengukuran dapat dianggap efektif dengan kategori sebagai berikut:

- 81% hingga 100% : Sangat Efektif
- 61% hingga 80% : Efektif
- 41% hingga 60% : Cukup Efektif
- 21% sampai 40% : Kurang Efektif
- Dibawah 20% : Tidak Efektif

Instrumen validasi yang digunakan untuk mengukur keefektifan dan daya tarik pengembangan jurus Bayuangga akan divalidasi oleh seorang Pendekar.

**Tabel 1.4**  
**Instrumen Uji Coba Kemenarikan dan Keefektivan**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
1.	Kemenarikan	a. Bagaimana kemenarikan latihan pukulan melalui jurus Bayuangga?
		b. Bagaimana kemenarikan latihan tendangan melalui jurus Bayuangga?
		c. Bagaimana kemenarikan latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga?
		d. Bagaimana kemenarikan latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga?
		e. Bagaimana kemenarikan latihan hindaran melalui jurus Bayuangga?
2.	Kesesuaian	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?
3.	Keefektifan	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?
4.	Kemudahan	a. Bagaimana kemudahan latihan pukulan melalui Jurus Bayuangga?
		b. Bagaimana kemudahan latihan tendangan melalui Jurus Bayuangga?
		c. Bagaimana kemudahan latihan tangkisan melalui Jurus Bayuangga?
		d. Bagaimana kemudahan latihan pola langkah melalui Jurus Bayuangga?
		e. Bagaimana kemudahan latihan hindaran melalui Jurus Bayuangga?

**Tabel 1.5**  
**Instrumen Responden Siswa Keefektifan Jurus Bayuangga**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan
1.	Kemenarikan	a. Jurus Bayuangga mudah di pelajari
		b. Jurus Bayuangga membuat saya bersemangat untuk berlatih lebih lanjut
		c. Jurus Bayuangga memiliki gerakan yang estesis dan indah dilihat
		d. Saya merasa terinspirasi saat mempelajari jurus bayuangga

2.	Kesesuaian	a. Jurus Bayuangga cocok dengan kemampuan fisik saya.
		b. Jurus Bayuangga sesuai dengan level keterampilan saya saat ini
		c. Jurus Bayuangga sesuai dengan situasi pertarungan nyata
		d. Jurus Bayuangga sesuai dengan jurus Tapak Suci yang saya pelajari
3.	Keefektifan	a. Jurus Bayuangga efektif dalam pertahanan diri
		b. Jurus Bayuangga memberikan hasil yang baik saat diterapkan dalam sparing maupun lomba.
		c. Jurus Bayuangga memaksimalkan penggunaan energi dan tenaga secara efisien.
		d. Jurus Bayuangga dapat meningkatkan performa saya secara keseluruhan dalam latihan ekstrakurikuler
4.	Kemenarikan	a. Jurus Bayuangga mudah di pelajari
		b. Gerakan dalam jurus Bayuangga mudah dipelajari dan diingat
		c. Jurus Bayuangga tidak membutuhkan banyak waktu untuk dikuasai
		d. Jurus Bayuangga bisa dilakukan tanpa memerlukan peralatan tambahan

## D. Hasil dan Pembahasan

### a. Hasil Penelitian

Deskripsi hasil dari penelitian yang berjudul Efektivitas Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa SMP melalui Pencak Silat Tapak Suci Jurus Bayuangga.

#### 1. Pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif?

Hasil pengembangan media latihan yang berupa gerakan pencak silat ini menggunakan model ADDIE dalam proses pengembangannya. Adapun pengembangan yang dilakukan berdasarkan langkah-langkah yang telah diadaptasi dari langkah-langkah ADDIE dalam proses pengembangannya akan dipaparkan sebagai berikut.

##### a. Tahap Analisis

Hasil dari tahap analisis berupa hasil identifikasi kebutuhan siswa SMP saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah yang didapatkan dari hasil study lapangan.

- Analisis permasalahan: Hasil dari analisis berupa siswa yang masih kurang percaya diri terhadap kemampuannya sehingga secara otomatis kemampuan motorik kasarnya tidak berkembang secara optimal.
- Analisis kebutuhan: Hasil dari analisis berupa siswa merasa bosan dengan metode latihan yang monoton (fisik dan teknik). Siswa membutuhkan materi baru.
- Analisis Kondisi: Hasil dari analisis berupa kondisi kegiatan saat kegiatan serta model latihan pencak silat tapak suci yang kurang menarik.
- Analisis Karakteristik Siswa: Hasil dari analisis berupa karakteristik siswa mempunyai jiwa rasa ingin tahu yang tinggi, memilih metode latihan dan cepat jenuh.

b. Tahap Desain

Jurus Bayuanga merupakan serangkaian jurus dasar pencak silat yang digabung atau dirangkai menjadi seni solo kreasi.

Jurus dasar pencak silat tapak suci merupakan jurus jurus dasar seperti sikap pasang, kuda kuda, tendangan, hindaran dan juga tangkisan.

Jurus 1: Sikap hormat

Jurus 2: Dari sikap siap, mengangkat tangan kedepan di silang (tangan kanan di kepal, tangan kiri lurus) lalu kaki kanan ditarik ke belakang sehingga membentuk sikap pasang serang.

Jurus 3: Melangkah maju serang pukulan lurus lalu kembali mundur sikap pasang serang.

Jurus 4: Melangkah maju serang sikut lalu membuka tangan dengan pukulan.

Jurus 5: Tangkisan dengan menghindar tangan kiri ke atas dan tangan kanan ke depan, kaki kanan di angkat. Kaki yang diangkat di silangkan ke belakang, lalu putar dengan menyerang tangan kanan ke atas dan tangan melindungi muka.

Jurus 6: Tangan kanan dan tangan kiri di putar lalu membentuk sikap pasang.

Jurus 7: Kaki kanan diangkat, lalu kaki di silangkan ke belakang dan kedua tangan direntangkan lalu memutar dan mengangkis kedua tangan.

Jurus 8: Menangkis ke bawah dengan kedua tangan lalu tangan di bentangkan ke atas bersama dengan kaki kanan diangkat.

Jurus 9: Kaki kanan diturunkan, menghadap ke kiri sambil menangkis tangan kiri dan tangan kanan menyerang ke atas. Lalu menghadap ke kanan, tangan kanan menangkis dan tangan kiri menyerang ke atas.

Jurus 10: Kaki kiri diangkat menepis lalu ditaruh kembali dan disusul kaki kanan menendang ke depan, kaki yang di tendangkan ditaruh disilangkan ke belakang lalu di putar, lalu sikap pasang.

Jurus 11: Kaki kanan di angkat, lalu di taruh sebelah kanan. Kaki kiri menendang kedepan lalu kaki kiri ditaruh ke depan disusul tangan tangan menyerang dari samping ke depan.

Jurus 12: Kaki ke belakang dan tangan menyerang ke bawah, lalu kaki kiri maju menyilang dan dilanjut kaki kanan menendang di susul tangan kanan menyerang serangan tapukan. Tangan kanan diturunkan lalu menyerang kembali menggunakan punggung tangan.

Jurus 13: Tangan kanan mengakis berada di depan muka. Lalu tangan kiri memegang tangan kanan, dan sikap duduk.

Jurus 14: Dari sikap duduk, berdiri tanpa merubahn posisi kaki, badan terus berputar sampai kaki menyilang dan tangan direntangkan.

Jurus 15: Melangkah maju kaki kanan, lalu memutar sampai kaki menyilang sedikit melintir, dan tangan di rentangkan.

Jurus 16: Melangkah maju kaki kiri, berputar dan dilanjutkan serangan tangan dari samping.

Jurus 17: Kedua tangan menusuk ke depan, dan setelah itu sikap siap berdiri.

### c. Tahap Pengembangan

Jurus dasar Pencak Silat Tapak Suci





**Gambar 1.1**  
**Jurus Dasar Pencak Silat**

Hasil Desain (Jurus Bayuangga)

Jurus 1



Jurus 2



Jurus 3



Jurus 4



Jurus 5



Jurus 6



Jurus 7



Jurus 8



Jurus 9



Jurus 10



Jurus 11



Jurus 12



Jurus 13



Jurus 14



Jurus 15



Jurus 16



Jurus 17



## Gambar 1.2 Jurus Bayuangga

Hasil Validasi Jurus Bayuangga oleh Penderkar

**Tabel 1.6 Hasil Validasi**

No	Aspek Penilaian	Butir Pertanyaan	Validasi 1	Validasi 2	Tingkat Kevalidan
1.	Kemenarikan	a. Bagaimana kemenarikan latihan pukulan melalui jurus Bayuangga?	5	5	Sangat Valid
		b. Bagaimana kemenarikan latihan tendangan melalui jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		c. Bagaimana kemenarikan latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga?	3	3	Cukup Valid
		d. Bagaimana kemenarikan latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		e. Bagaimana kemenarikan latihan hindaran melalui jurus Bayuangga?	4	3	Valid
2.	Kesesuaian	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	4	Sangat Valid
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	4	4	Valid
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga sesuai untuk siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
3.	Keefektifan	a. Apakah latihan pukulan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	5	5	Sangat Valid
		b. Apakah latihan tendangan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan	4	4	Valid

		keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?			
		c. Apakah latihan tangkisan melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	4	4	Valid
		d. Apakah latihan pola langkah melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	3	3	Cukup Valid
		e. Apakah latihan hindaran melalui jurus Bayuangga efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?	4	3	Valid
4.	Kemudahan	a. Bagaimana kemudahan latihan pukulan melalui Jurus Bayuangga?	4	5	Sangat Valid
		b. Bagaimana kemudahan latihan tendangan melalui Jurus Bayuangga?	4	4	Valid
		c. Bagaimana kemudahan latihan tangkisan melalui Jurus Bayuangga?	3	4	Valid
		d. Bagaimana kemudahan latihan pola langkah melalui Jurus Bayuangga?	3	4	Sangat Valid
		e. Bagaimana kemudahan latihan hindaran melalui Jurus Bayuangga?	4	4	Sangat Valid
<b>ANALISIS KESELURUHAN</b>			<b>4,1</b>	<b>4,3</b>	<b>Sangat Valid</b>
			<b>4,2</b>		

Adapun hasil validasi oleh pendekar.

- a. Kemenarikan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan mejadi 7,8 Hal ini menunjukkan bahwa pada jurus bayuangga menarik pada siswa SMP.
- b. Kesesuaian pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 47 dan dirata-ratakan 9,4. Hal ini menunjukkan bahwa pada jurus bayuangga sangat sesuai dengan siswa SMP.
- c. Keefektifan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan 7,8. Hal ini menunjukkan bahwa jurus bayuangga efektif terhadap siswa SMP.
- d. Kemudahan pada jurus bayuangga memperoleh nilai dengan total 39 dan dirata-ratakan menjadi 7,8. Hal ini menunjukkan bahwa jurus bayuangga mudah ditirukan oleh siswa SMP.

Secara keseluruhan, rata-rata validasi dari jurus Bayuangga adalah 4,2, yang menunjukkan tingkat kevalidan "Sangat Valid." Artinya, pengembangan jurus ini berhasil mencapai tujuan dalam meningkatkan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

a. Tahap Implementasi

Hasil dari tahap berupa uji coba kepada siswa SMP yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat tapak suci terhadap kelompok kecil dan kelompok besar.

1. Uji kelompok kecil

Tahap uji coba kelompok kecil, diujicobakan terhadap 3 siswa. Uji coba kelompok kecil dilakukan untuk mengevaluasi keefektifan awal pengembangan jurus Bayuangga dalam pencak silat Tapak Suci terhadap keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa. Hasil dari uji coba kelompok kecil ini menunjukkan adanya peningkatan pada aspek keseimbangan, koordinasi, serta rasa percaya diri siswa setelah mengikuti latihan rutin.

**Tabel 1.7**  
**Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kemampuan Motorik Kasar**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	3	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.	3	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.	3	0	100%	Sangat Tinggi
4.	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.	2	1	67%	Tinggi
5.	Saya mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat	3	0	100%	Sangat Tinggi
6.	Saya mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.	3	0	100%	Sangat Tinggi
7.	Saya mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	2	1	67%	Tinggi

8.	Saya mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	3	0	100%	Sangat Tinggi
<b>JUMLAH</b>		<b>22</b>	<b>2</b>	<b>734%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>91,75%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Berdasarkan analisis data, rata-rata tingkat kevalidan adalah 91,75% dengan kategori "Sangat Tinggi". Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa sudah memiliki kemampuan motorik kasar yang sangat baik, terutama dalam hal kecepatan, kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Latihan jurus Bayuangga telah membantu mereka mengembangkan kemampuan motorik dengan baik.

**Tabel 1.8**  
**Hasil Penilaian Angket Uji Coba Kelompok Kecil Kepercayaan Diri Siswa**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya yakin mampu dalam memperagakan jurus Bayuangga	3	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya selalu berusaha dengan keras untuk menghafal gerakan Jurus Bayuangga	3	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mudah putus asa untuk menirukan gerakan jurus Bayuangga	0	3	100%	Sangat Tinggi
4.	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam mempelajari gerakan jurus Bayuangga	0	3	100%	Tinggi
5.	Saya tidak menyesal walaupun gerakan jurus Bayuangga tidak tepat	1	2	67%	Tinggi
6.	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga sampai hafal	3	0	100%	Sangat Tinggi
7.	Saya selalu unggul dari yang lain dalam latihan	2	1	67%	Tinggi
8.	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayuangga	0	3	100%	Tinggi
9.	Saya berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman teman	0	3	100%	Tinggi
10.	Saya gugup jika ditunjuk pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman	2	1	67%	Cukup
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>16</b>	<b>901%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>90,1%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Rata-rata tingkat kevalidan keseluruhan adalah 90,1%, yang termasuk kategori "Sangat Tinggi." Ini menunjukkan bahwa siswa secara umum memiliki keyakinan diri dan motivasi yang tinggi dalam memperagakan jurus Bayuangga.



**Gambar 1.3**  
**Uji Coba Kelompok Kecil**

Dari hasil penilaian kedua angket diatas, hal ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa serta kepercayaan diri mereka. Siswa menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi dalam hal kecepatan, kekuatan, dan koordinasi gerakan. Dari sisi kepercayaan diri, mereka merasa yakin dengan kemampuan mereka untuk memperagakan jurus ini.

## 2. Uji Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan untuk mengukur efektivitas program secara lebih luas setelah uji coba kelompok kecil menunjukkan hasil yang positif. Pada tahap ini, program latihan pencak silat dengan jurus Bayuangga diterapkan kepada lebih banyak siswa dengan berbagai tingkat kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri.



**Gambar 1. 4**  
**Uji Coba Kelompok Besar**  
**Kegiatan Mempraktikkan Jurus Bayuangga**

## 2. Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci jurus bayuangga?

Setelah mengikuti program latihan pencak silat Tapak Suci dengan jurus Bayuangga, kemampuan motorik kasar siswa mengalami peningkatan, terutama

dalam aspek keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi. Peningkatan ini terlihat dari kemampuan siswa dalam menguasai gerakan jurus serta kemampuan mereka untuk mengontrol gerakan tubuh secara lebih terarah dan stabil. Selain itu, kepercayaan diri siswa juga menunjukkan perkembangan yang positif, ditandai dengan keberanian yang lebih besar dalam berpartisipasi aktif selama latihan, serta peningkatan motivasi dan keyakinan dalam kemampuan diri sendiri saat melakukan berbagai teknik dalam pencak silat."

**Tabel 1.9 Hasil Penilaian Angket Motorik Kasar pada Siswa SMP**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga	20	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya mampu melakukan gerakan tendangan atau pukulan sebanyak 2 kali dalam 1 detik.	15	13	54%	Cukup
3.	Saya mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras.	22	6	79%	Tinggi
4.	Saya mampu menahan tubuh dengan baik dan menahan badan menggunakan satu kaki.	23	5	82%	Sangat Tinggi
5.	Saya mampu berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara cepat dan tepat	24	4	86%	Sangat Tinggi
6.	Saya mampu mempertahankan tubuh agar tidak goyah atau roboh.	28	0	100%	Sangat Tinggi
7.	Saya mampu menggerakkan gerakan sendi yang berhubungan dengan gerak tubuh	23	5	82%	Sangat Tinggi
8.	Saya mampu menggerakkan mata, tangan, dan kaki atau seluruh tubuh secara terkoordinasi	25	3	89%	Sangat Tinggi
<b>JUMLAH</b>		<b>180</b>	<b>36</b>	<b>672%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>84%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Secara keseluruhan, latihan jurus Bayuangga telah berhasil meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa dalam berbagai aspek penting, seperti kekuatan, keseimbangan, mobilitas, dan koordinasi. Dengan rata-rata 84% dan kategori Sangat Tinggi, siswa menunjukkan hasil yang sangat positif dalam kemampuan motorik kasar mereka.

**Tabel 1.10 Hasil Penilaian Angket Kepercayaan Diri Siswa**

No	Kriteria	Ya	Tidak	%	Tingkat Kevalidan
1.	Saya yakin mampu dalam memperagakan jurus Bayuangga	28	0	100%	Sangat Tinggi
2.	Saya selalu berusaha dengan keras untuk menghafal gerakan Jurus Bayuangga	28	0	100%	Sangat Tinggi
3.	Saya mudah putus asa untuk menirukan gerakan jurus Bayuangga	4	24	86%	Sangat Tinggi
4.	Saya tidak yakin dengan kemampuan dalam mempelajari gerakan jurus Bayuangga	6	22	79%	Tinggi
5.	Saya tidak menyesal walaupun gerakan jurus Bayuangga tidak tepat	22	6	79%	Tinggi
6.	Saya sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga sampai hafal	27	1	96%	Sangat Tinggi
7.	Saya selalu unggul dari yang lain dalam latihan	21	7	75%	Tinggi
8.	Saya merasa gagal dalam menirukan gerakan Jurus Bayuangga	22	6	79%	Tinggi
9.	Saya berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman teman	19	9	68%	Tinggi
10.	Saya gugup jika ditunjuk pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman	12	16	57%	Cukup
<b>Jumlah</b>		<b>189</b>	<b>91</b>	<b>819%</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>81,9%</b>			<b>Sangat Tinggi</b>

Secara keseluruhan, siswa menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi dalam memperagakan dan mempelajari jurus Bayuangga, dengan rata-rata 81,9% kevalidan. Hal ini menandakan bahwa jurus ini telah berhasil meningkatkan keyakinan dan motivasi siswa dalam proses belajar.

### 3. Keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?

Hasil dari implementasi jurus bayuangga dan angket yang disebarkan kepada siswa SMP menunjukkan bahwa dengan metode latihan jurus bayuangga efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Sesuai dengan hasil angket 28 responden, pada angket kemampuan motorik kasar siswa menjawab “ya” sebanyak 180 responden dan siswa menjawab “tidak” sebanyak 36 responden sehingga memperoleh nilai rata-rata sebesar 84% dan hasil

2 angket kepercayaan diri siswa siswa menjawab “ya” 189 responden dan siswa menjawab “tidak” sebanyak 91 responden, sehingga memperoleh nilai rata-rata sebesar 81,9%, maka dapat disimpulkan bahwa rangkaian pengembangan jurus bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP.

## b. Pembahasan Penelitian

### 2 1. Pengembangan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa yang efektif?

Pencak silat merupakan seni bela diri tradisional Indonesia yang tidak hanya bertujuan untuk menjaga kebugaran fisik, tetapi juga membangun karakter, kepercayaan diri, serta kemampuan motorik individu. Salah satu aliran pencak silat yang berkembang di Indonesia adalah Tapak Suci. Dalam aliran ini, terdapat berbagai jurus yang dikembangkan untuk melatih kemampuan motorik kasar dan mental para pesertanya.

3 Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini yaitu jurus Bayuangga sebagai media latihan pencak silat tapak suci untuk siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tapak suci maupun yang mengikuti organisasi tapak suci. Rangkaian gerak jurus bayuangga merupakan gabungan gerakan dasar pencak silat tapak suci yang di hubungkan menjadi satu, yaitu sikap pasang, pukulan, tendangan, tangkisan dan elakan/hindaran. Gerakan jurus ini dibuat sesuai dengan kebutuhan dan kondisi lingkungan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat tapak suci. Adapun hasil validasi oleh 2 pendekar.

#### a. Kemenarikan dan Kesesuaian Latihan

Data menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga memiliki tingkat kemenarikan yang baik. Latihan pukulan memiliki penilaian "Sangat Valid" dengan nilai 5, menunjukkan bahwa siswa merasa terstimulasi dan terlibat secara aktif selama latihan. Kemenarikan ini penting, karena motivasi yang tinggi akan berkontribusi pada efektivitas pembelajaran. Penelitian oleh (Hadiana et al., 2022; Johor, 2019) menunjukkan dengan metode pelatihan yang baru membuat siswa lebih bersemangat akan jurus-jurus baru dan rasa ingin tahu siswa lebih besar. Metode pelatihan menggunakan jurus baru lebih efektif daripada metode perintah dengan gerakan monton, terutama untuk meningkatkan motorik kasar siswa sekaligus kepercayaan diri siswa.

Kesesuaian latihan dengan kebutuhan siswa SMP juga menunjukkan hasil yang sangat baik, dengan penilaian "Sangat Valid" pada semua latihan. Hal ini menunjukkan bahwa jurus Bayuangga dirancang sesuai dengan kemampuan fisik dan psikologis siswa SMP, sehingga membuat mereka lebih nyaman dan percaya diri saat berlatih. Penelitian oleh (Hidayat et al., 2023; Sugiharto & Rejeki, 2023b) mendukung hal ini, menyatakan bahwa program yang sesuai dengan usia dan perkembangan siswa akan meningkatkan efektivitas pembelajaran.

2 b. Keefektifan Latihan dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri

Aspek keefektifan latihan menunjukkan hasil yang menggembirakan. Hasil validasi menyatakan bahwa latihan pukulan dan tendangan dinilai "Sangat Valid" untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa, masing-masing dengan nilai 5 untuk pukulan dan 4 untuk tendangan. Ini menunjukkan bahwa siswa mampu melakukan gerakan dengan baik dan percaya diri dalam keterampilan yang mereka pelajari.

Penelitian oleh (Arifin et al., 2022; Dharmadi, 2022; Sayfullah et al., 2023) menegaskan bahwa pencak silat dapat meningkatkan kekuatan otot, kelincahan, dan koordinasi motorik, yang merupakan elemen penting dalam kemampuan motorik kasar. Peningkatan keterampilan ini secara langsung berkontribusi pada rasa percaya diri siswa, karena mereka merasa lebih terampil dan mampu menghadapi tantangan fisik.

c. Kemudahan dan Aksesibilitas Latihan

Siswa juga menilai kemudahan latihan, dengan nilai 4 untuk latihan pukulan dan tendangan. Ini menunjukkan bahwa siswa merasa dapat dengan mudah memahami dan melaksanakan gerakan yang diajarkan. Kemudahan dalam belajar sangat penting untuk mempertahankan motivasi siswa. Penelitian oleh (Arifin et al., 2022; Dharmadi, 2022; Sayfullah et al., 2023) menyatakan bahwa kemudahan dalam teknik pengajaran dapat mempercepat proses pembelajaran dan membantu siswa merasa lebih percaya diri.

2. Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pencak silat tapak suci Jurus Bayuangga?

Kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti latihan pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga menunjukkan hasil yang sangat positif, berdasarkan data yang telah disajikan. Kedua aspek ini, kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri sangat dipengaruhi oleh latihan fisik intensif yang melibatkan koordinasi gerakan tubuh, kekuatan, keseimbangan, dan respons motorik cepat.

#### a. Keterampilan Motorik Kasar

Berdasarkan hasil angket pada tabel 1.9 yaitu hasil angket kemampuan motorik kasar memperoleh presentase 84%. Data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sangat baik. Seluruh siswa memberikan respons "Ya" pada kriteria yang berhubungan dengan kekuatan pukulan dan tendangan, dengan persentase kevalidan mencapai 100%. Hal ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar, terutama dalam hal kekuatan otot dan koordinasi gerakan.

Selain itu, kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dan berpindah tempat secara cepat dan tepat juga mendapatkan respons yang positif, dengan persentase kevalidan rata-rata 91,75%. Ini sejalan dengan penelitian (Sugiharto & Rejeki, 2023b) yang menyatakan bahwa latihan pencak silat meningkatkan stabilitas tubuh dan kecepatan dalam melakukan gerakan. Aspek seperti menahan tubuh dengan satu kaki (67%) dan menggerakkan sendi juga menunjukkan peningkatan, meskipun dengan nilai yang sedikit lebih rendah. Hal ini menandakan bahwa latihan fisik intensif dalam pencak silat berfokus pada penguatan otot inti dan fleksibilitas, yang sangat penting dalam pengembangan motorik kasar.

#### b. Kepercayaan Diri

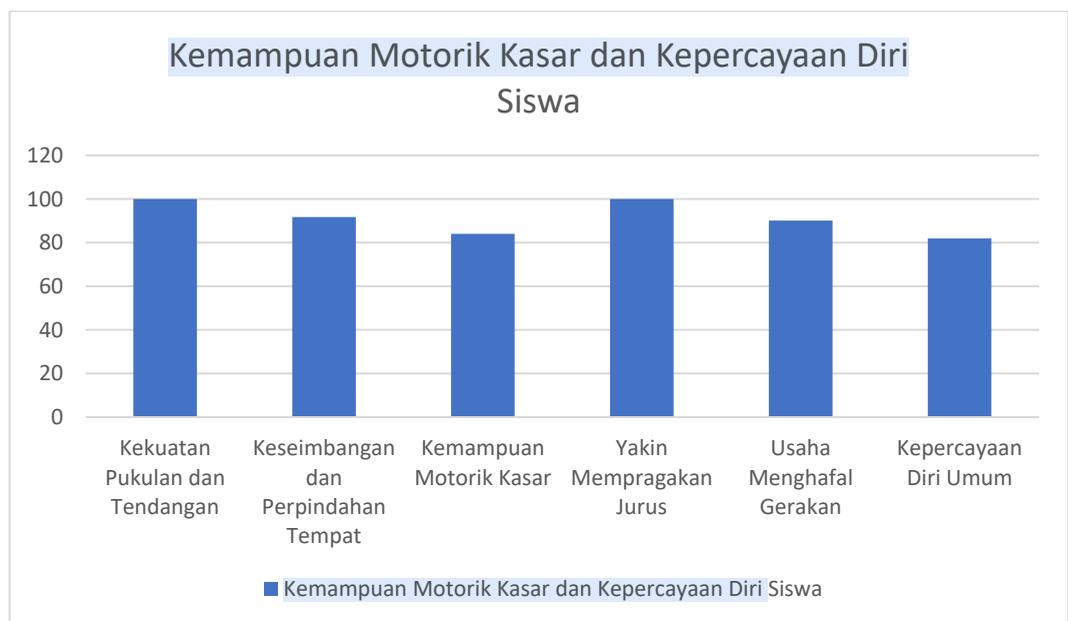
Berdasarkan hasil angket pada tabel 1.10 yaitu hasil angket kepercayaan diri siswa memperoleh presentase 81,9%. Kepercayaan diri siswa juga meningkat setelah mengikuti latihan jurus Bayuangga. Rata-rata tingkat kevalidan untuk kepercayaan diri berada di 90,1%, yang merupakan hasil yang sangat tinggi. Misalnya, semua siswa merasa yakin mampu memperagakan jurus Bayuangga dengan nilai 100% dan selalu berusaha keras untuk menghafal gerakan jurus tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan tidak hanya mengembangkan kemampuan fisik tetapi juga memberikan dampak positif pada aspek psikologis siswa, seperti kepercayaan diri. Menurut penelitian (Fatimah Tuhzahroh et al.,

2023), kegiatan yang melibatkan olahraga bela diri seperti pencak silat memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan rasa percaya diri melalui proses pembelajaran yang menekankan pada kemampuan individu dan pencapaian pribadi.

Namun, ada beberapa area di mana siswa masih menunjukkan keraguan, seperti dalam mengekspresikan diri di depan teman-teman dan pelatih. Sebanyak 67% siswa merasa gugup saat ditunjuk oleh pelatih untuk memperagakan jurus Bayuangga di depan teman-teman mereka. Meski demikian, hal ini masih menunjukkan kepercayaan diri yang relatif tinggi, mengingat siswa SMP biasanya masih berada dalam tahap perkembangan sosial.

Dari hasil presentase penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa jurus bayuangga mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa. Setelah mengikuti pencak silat tapak suci, siswa mampu melakukan gerakan dasar pencak silat tapak suci melalui rangkaian jurus bayuangga. Selain itu, dengan adanya metode latihan jurus bayuangga ini siswa mampu menghafal dan berani mempraktikkan didepan teman sebayanya. Dengan begitu, siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuannya sendiri dan tampil dengan percaya diri. Jika kepercayaan diri siswa sudah terbangun maka secara otomatis kemampuan motorik siswa meingkat (Handayani et al., 2022; Nurjanah et al., 2022).

## **Persetase Kemampuan Motorik Kasar dan Kepercayaan Diri Siswa**



### 3. Keefektivas pengembangan jurus bayuangga dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP?

Pengembangan jurus Bayuangga dalam pencak silat terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan dalam kedua aspek tersebut setelah mengikuti program latihan. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil angket pada tabel 1.9 dan 1.10. Kemampuan motorik dan kepercayaan diri siswa meningkat. Dengan demikian, pembelajaran pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP

Berikut adalah analisis mendalam mengenai keefektifan pengembangan jurus Bayuangga.

#### a. Keterampilan Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar merupakan fondasi penting dalam olahraga, termasuk pencak silat. Berdasarkan data yang diperoleh, siswa memiliki rata-rata kemampuan motorik kasar mencapai 84%, yang tergolong dalam kategori Sangat Tinggi. Ini menunjukkan bahwa latihan jurus Bayuangga berhasil memperkuat komponen-komponen motorik dasar siswa, seperti kekuatan, kecepatan, dan koordinasi.

Siswa mampu melakukan gerakan pukulan dan tendangan dengan sekuat tenaga, yang terlihat dari 100% siswa yang menyatakan bahwa mereka mampu melakukan gerakan tersebut. Kemampuan ini tidak hanya bergantung pada kekuatan fisik, tetapi juga pada teknik yang baik, yang diajarkan melalui

latihan jurus Bayuangga. Selain itu, banyak siswa yang mampu melakukan pukulan dan tendangan terhadap sasaran dengan cepat dan keras, mencapai 79% dalam validitas, menunjukkan bahwa mereka dapat mengaplikasikan teknik yang telah dipelajari dalam situasi nyata.

Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam hal kekuatan dan koordinasi, ada satu area yang memerlukan perhatian, yaitu kecepatan dalam melakukan gerakan pukulan dan tendangan. Hanya 54% siswa yang mampu melakukan gerakan tersebut sebanyak dua kali dalam satu detik, yang menandakan bahwa ada potensi untuk meningkatkan kecepatan gerakan ini melalui latihan yang lebih terfokus dan berulang.

#### b. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri siswa dalam memperagakan jurus Bayuangga juga menunjukkan hasil yang sangat positif. Rata-rata tingkat validitas kepercayaan diri mencapai 81,9%, yang tergolong dalam kategori Sangat Tinggi. Sebagian besar siswa merasa yakin dalam kemampuan mereka untuk memperagakan jurus ini, dengan 100% siswa mengaku yakin mampu memperagakan jurus Bayuangga.

Siswa menunjukkan motivasi yang tinggi dalam berlatih. Sebanyak 96% siswa sangat giat dalam menirukan gerakan jurus Bayuangga hingga hafal. Ketekunan ini mencerminkan sikap positif dan dedikasi mereka dalam proses belajar, yang penting untuk membangun kepercayaan diri. Siswa juga tidak mudah putus asa saat mengalami kesulitan dalam menirukan gerakan, yang terlihat dari 86% siswa yang merasa tidak mudah putus asa. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki mental yang kuat dan siap menghadapi tantangan.

Meski demikian, masih ada tantangan yang perlu diatasi, terutama terkait keberanian siswa untuk tampil di depan teman-teman. Hanya 68% siswa yang merasa berani maju saat ditunjuk untuk memperagakan jurus di depan umum, dan 57% siswa merasa gugup saat ditunjuk pelatih. Hal ini menunjukkan perlunya dukungan lebih lanjut untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saat tampil di hadapan orang lain. Latihan yang lebih sering dalam situasi kelompok atau teknik untuk mengurangi rasa gugup dapat membantu siswa merasa lebih nyaman saat berlatih atau tampil.

## E. Kesimpulan dan Saran

### Kesimpulan

1. Pengembangan gerak pencak silat Tapak Suci jurus Bayuangga terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kepercayaan diri siswa SMP. Latihan yang terstruktur membantu siswa mengembangkan koordinasi gerak, keseimbangan, dan kontrol tubuh dengan signifikan. Selain itu, penguasaan jurus ini juga meningkatkan rasa percaya diri siswa saat mempraktikkan pencak silat di depan teman-teman.
2. Setelah mengikuti latihan jurus Bayuangga, siswa menunjukkan peningkatan dalam kemampuan motorik kasar, seperti kekuatan, kecepatan, dan keseimbangan gerakan. Siswa juga melaporkan peningkatan kepercayaan diri dalam memperagakan jurus, baik di hadapan pelatih maupun teman.
3. Berdasarkan hasil angket dengan nilai rata-rata 81,9%, pengembangan jurus Bayuangga efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dan kepercayaan diri. Model latihan ini sangat membantu pelatih dalam menyampaikan materi pencak silat secara efisien dan memudahkan siswa dalam memahami serta melaksanakan latihan.