

# **PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN (VIDEO) SECARA GLOBAL DAN ELEMENTER TERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR PENCAK SILAT JURUS TUNGGAL PADA MAHASISWA FIK UNP**

**Nurul Ihsan**  
**Padang State University (UNP), Indonesia**

Abstrak: Penelitian ini didasari atas pengamatan peneliti terhadap hasil belajar pencak silat, khususnya dalam hal penguasaan jurus tunggal yang masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas penggunaan media pembelajaran video dalam peningkatan hasil belajar pencak silat jurus tunggal.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu. Populasi penelitian adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah pencak silat yang berjumlah 280 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Teknik analisa data dengan menggunakan teknik uji t.

Berdasarkan perhitungan data yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa: 1) penggunaan media video secara global dapat meningkatkan hasil belajar pencak silat jurus tunggal, 2) penggunaan media video secara elementer dapat meningkatkan hasil belajar pencak silat jurus tunggal 3) penggunaan media video secara elementer lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar pencak silat jurus tunggal dibandingkan penggunaan media video secara global.

## **A. Pendahuluan**

Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Pendidikan Olahraga merupakan lembaga pendidikan formal yang bertugas menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, terutama yang berhubungan dengan pembelajaran. Mata kuliah Pencak silat merupakan salah satu mata kuliah inti dalam kurikulum Pendidikan Olahraga. Mata kuliah ini memberikan wawasan dan pengetahuan dasar tentang Pencak silat yang meliputi pemahaman tentang situasi-situasi yang terkandung dalam Pencak silat, teknik dasar, peraturan permainan. Salah satu materi tersebut adalah jurus tunggal yang merupakan jurus tunggal baku yang dipertandingan di berbagai pertandingan pencak silat.

Jurus tunggal merupakan rangkaian gerak teknik dan jurus pencak silat yang ditampilkan oleh seorang pesilat sesuai dengan urutan dan bentuk gerak yang telah ditentukan. Rangkaian gerak ini merupakan gerakan yang dibakukan oleh Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Dengan demikian untuk menguasai dan dapat menampilkannya dengan baik, maka rangkaian gerak ini harus dihafal dan dilatih secara rutin oleh pesilat.

Pada waktu-waktu terdahulu, pemberian materi jurus tunggal ini dalam perkuliahan pencak silat, disajikan oleh satu tim dosen secara konvensional, dalam arti keseluruhan rangkaian gerak diperagakan, kemudian dilatihkan dan dievaluasi oleh dosen. Dalam praktek perkuliahan seperti itu, terlihat bahwa banyak mahasiswa yang tidak dapat menguasainya dengan baik. Kesulitan ini terlihat dalam penampilan mereka pada waktu ujian praktek, banyak yang tidak hafal gerak dan tidak dapat menampilkan dengan dengan baik.

Kondisi di atas membawa pemikiran bagi penulis untuk merubah cara penyajian materi dengan memanfaatkan sarana yang ada. Sarana yang dimaksudkan tersebut adalah Video instruksional jurus tunggal. Dengan arti kata dalam pemberian materi jurus tunggal ini digunakan media elektronik (VCD) sebagai alat bantu pengajaran. Pada waktu-waktu terdahulu, pemberian materi jurus tunggal ini dalam perkuliahan pencak silat, disajikan oleh satu tim dosen secara konvensional, dalam arti keseluruhan rangkaian gerak diperagakan, kemudian dilatihkan dan dievaluasi oleh dosen. Dalam praktek perkuliahan seperti itu, terlihat bahwa banyak mahasiswa yang tidak dapat menguasainya dengan baik. Kesulitan ini terlihat dalam penampilan mereka pada waktu ujian praktek, banyak yang tidak hafal gerak dan tidak dapat menampilkan dengan dengan baik.

Kondisi di atas membawa pemikiran bagi penulis untuk merubah cara penyajian materi dengan memanfaatkan sarana yang ada. Sarana yang dimaksudkan tersebut adalah Video instruksional jurus tunggal. Dengan arti kata dalam pemberian materi jurus tunggal ini digunakan media elektronik (VCD) sebagai alat bantu pengajaran.

Dengan pemanfaatan media pembelajaran ini diharapkan dapat mempercepat proses transformasi ilmu dan dapat mempermudah mahasiswa dalam menghafal dan menguasai jurus tunggal. Namun demikian, permasalahan yang terjadi adalah bagaimana penyajian VCD tersebut secara efektif dan efisien. Sehingga diharapkan memberikan efek latihan yang baik. Dan oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mencoba mendisain pemanfaatan penyajian VCD tersebut secara elementer, yaitu pemanyajian video instruksional secara bagian demi bagian. Sehingga diharapkan mampu lebih memaksimalkan hasil yang diperoleh

## **B. Kajian Teori**

### **1. Hakikat Media Pembelajaran**

Pengertian media mengarah pada suatu yang mengantar atau meneruskan informasi antara sumber dan penerima pesan. Gerlach dan Ely dalam Azhar Arsyad (2002:25) menjelaskan bahwa pengertian media apabila dipahami secara garis besar dapat disimpulkan sebagai manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi yang memuat peserta didik mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan atau sikap. Sehubungan dengan hal tersebut, Jhon D (1988: 11) juga menyimpulkan bahwa "Media

adalah segala bentuk perantara yang digunakan manusia untuk menyampaikan atau menyebar ide, pendapat, gagasan, yang dikemukakan atau disampaikan itu sampai kepada si penerima.

Romiszowski (1988:8-9) mendefinisikan media sebagai pembawa pesan (*the carriers of messages*), dari beberapa sumber pengirim (*transmitting source*) meliputi orang atau objek benda kepada penerima pesan yaitu siswa. Media sebagai pembawa informasi berinteraksi dengan siswa melalui panca indera mereka. Pentingnya peranan media dalam pembelajaran dapat dilihat dari semakin banyaknya bukti bahwa penggunaan media berdampak positif terhadap kegiatan pembelajaran. Hal ini dapat terwujud jika media didesain dengan sungguh-sungguh, dan media akan berkualitas tinggi jika diintegrasikan ke dalam bagian kegiatan pembelajaran (Kemp & Daytone, 1985:3). Berbagai media pendidikan dapat digunakan dalam membantu proses pembelajaran di sekolah guna menunjang kegiatan pembelajaran agar mencapai tujuannya dengan cara yang efisien dan efektif. Adapun jenis-jenis media pendidikan seperti yang diuraikan oleh Azhar Arsyad, (2006:29) adalah sebagai berikut: berdasarkan perkembangan teknologi, media pendidikan dapat dikelompokkan ke dalam empat kelompok, yaitu; (1) media hasil teknologi cetak, (2) media hasil teknologi audio–visual, (3) media hasil teknologi yang berdasarkan komputer, dan (4) media hasil gabungan teknologi cetak dan komputer.

Para ahli media dan pendidik menyetujui bahwa memilih teknologi dan media yang tepat merupakan tugas yang cukup berat, mengingat sangat banyak aturan yang ada pada sumber-sumber, keberagaman pebelajar, dan diikuti oleh tujuan pembelajaran yang spesifik. Video, misalnya, menimbulkan persoalan pada langkah-langkah presentasi, sedangkan ini tidak akan sesuai jika menggunakan transparansi *overhead*. Pada metode belajar sambil bermain, satu untuk mencari kesesuaian dengan praktek dan buku cerita remedial, tetapi ini tidak akan digunakan pada buku cerita audio.

Bila dihubungkan dengan olahraga khususnya dalam cabang pencak silat, maka penentuan dan pemilihan media sangatlah menentukan keberhasilan atlet dalam menguasai materi latihan. Karena sebagaimana diketahui bahwa dalam pencak silat yang lebih dituntut penguasaannya adalah kemampuan motorik. . Berkenaan dengan hal tersebut, Azhar Arsyad (2002) menyimpulkan beberapa keuntungan penggunaan video sebagai media pengajaran, yaitu: 1) melengkapi pengalaman-pengalaman dasar dari anak didik ketika membaca, berdiskusi, praktek dan lain-lain, 2) menggambarkan suatu proses secara tepat dan dapat disaksikan secara berulang-ulang jika diperlukan. Sejalan dengan pendapat Azhar Arsyad, Setijadi (1986) menyimpulkan beberapa tujuan dari penggunaan video dalam proses belajar mengajar, yaitu tujuan kognitif, afektif dan psikomotor. Ini artinya, video merupakan salah satu alternative pilihan yang tepat dalam pembelajaran gerak, khususnya pencak silat.

Namun demikian, penggunaan video sebagai media pendidikan juga memiliki beberapa keterbatasan, seperti pengadaan video yang umumnya memerlukan biaya mahal dan waktu yang lama. Pada saat gambar dipertunjukkan gambar-gambar bergerak terus, sehingga tidak semua siswa dapat mengikutinya secara cermat. Selain itu video yang tersedia tidak selalu sesuai dengan kebutuhan belajar, kecuali video yang diproduksi sendiri atau secara khusus. Permasalahan yang lebih penting adalah bagaimana pelatih menerapkan serta mempertontonkan isi dari video tersebut pada atlet.

Dalam penelitian ini, penulis mencoba mendisain penggunaan video kepada atlet sedemikian rupa (secara elementer dan global), sehingga diharapkan atlet dapat memahami dan menguasai materi yang diberikan dengan cepat dan mudah. Berikut ini akan dijelaskan satu persatu metode belajar (elementer dan global) dari latihan pencak silat.

## **2. Penerapan Video Secara Elementer pada Proses perkuliahan Pencak Silat Jurus Tunggal.**

Metode elementer adalah cara berlatih teknik (gerakan) yang dilakukan secara bertahap (berantai atau bagian demi bagian). Metode bagian adalah metode latihan yang bertitik tolak dari pandangan bahwa suatu latihan dapat diberikan menurut bagian-bagiannya (Budiono; 2000). Selanjutnya Supandi (1986) berpendapat bahwa belajar mengacu pada suatu rencana dan pelaksanaan tugas-tugas secara bertahap. Senada dengan pendapat di atas, Setijadi (1970) menyimpulkan bahwa belajar dan mengajar menggunakan metode bertahap disebut juga dengan metode berantai (*chain learning*). Metode berantai maksudnya adalah pemberian materi kepada siswa dilakukan melalui tahapan-tahapan atau urutan-urutan yang telah ditentukan sebelumnya, sehingga dapat mengurangi sekecil mungkin tingkat kesalahan. Tingkah laku yang berantai dari cara belajar siswa dapat berupa serentetan perbuatan motorik, seperti belajar sepeda dan lain sebagainya. Suatu mata rantai pada dasarnya terdiri dari serentetan yang terdiri atas dua atau lebih gerakan yang terpisah-pisah, namun pada dasarnya adalah satu gerakan yang utuh. Dengan demikian untuk melanjutkan pada tingkat dua, siswa harus menguasai tingkat satu. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa metode elementer, bertahap atau berantai adalah penyampaian materi latihan yang dijabarkan dalam bagian-bagian secara terpisah. Setelah atlet menguasai dan memahami elemen-elemen pertama dilanjutkan pada gerakan berikutnya. Selanjutnya elemen-elemen tersebut digabungkan sehingga menjadi suatu gerakan yang utuh. Pada cabang olahraga pencak silat khususnya jurus tunggal, penggunaan video secara elementer dapat diterapkan dalam upaya penyampaian materi. Jurus tunggal merupakan suatu rangkaian gerak baku yang terdiri atas 14 jurus. Jurus-jurus tersebut akan disajikan dalam penggalan-penggalan yang sedemikian rupa sehingga diharapkan atlet dapat menguasai materi dengan baik.

### **3. Penerapan Video secara Global pada Proses perkuliahan Pencak Silat Jurus Tunggal.**

Metode global adalah penyajian materi latihan yang diberikan secara serentak atau secara keseluruhan (Asnaldi; 2004). Senada dengan pendapat tersebut, Setijadi (1970) mengatakan bahwa latihan secara keseluruhan dapat mengakibatkan adanya hubungan antara stimulus dan respon. Sambil meneruskan latihan, isyarat-isyarat bantu harus dihilangkan secara bertahap, sehingga siswa dapat latihan bertahap secara mandiri.

Belajar dengan metode global sangat bermanfaat dalam pengajaran motorik, hal ini disebabkan atlet dapat mengulang langsung secara terus-menerus materi yang diberikan, sehingga atlet diharapkan dapat menguasai materi yang diberikan. Dalam cabang olahraga pencak silat khususnya jurus tunggal, penerapan metode ini video akan diperlihatkan setelah atlet melakukan gerakan secara keseluruhan yang terdapat dalam jurus tunggal. Namun demikian terdapat kekurangan dari metode ini, yaitu pengajaran dengan metode global harus mengutamakan daya ingat yang tinggi, karena materi-materi ajarkan disajikan secara langsung, serentak dan tidak terpenggal-penggal. Kelemahan lain dari metode ini adalah faktor kebenaran gerakan kurang terkontrol. Hal ini disebabkan ketelitian dari peragaan gerakan kurang dapat diperhatikan dengan baik oleh instruktur atau pelatih (Setijadi; 1970).

### **C. Metodologi Penelitian**

Menggunakan metode eksperimen semu. Populasi penelitian adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah pencak silat yang berjumlah 280 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Teknik analisa data dengan menggunakan teknik uji t.

### **D. Hasil Penelitian**

#### **1. Pengujian Hipotesis**

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah Melalui penggunaan media video secara elementer dapat meningkatkan hasil latihan pencak silat jurus tunggal. Setelah dilakukan perhitungan dengan menggunakan  $t_{hitung}$  di dapat nilai sebesar 4.871. Nilai  $t_{hitung}$  tersebut kemudian akan dibandingkan  $t_{tabel}$  dengan nilai  $t_{tabel}$  yaitu sebesar 2.048, ini berarti bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dari pada nilai  $t_{tabel}$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis berbunyi melalui penggunaan media video secara elementer dapat meningkatkan hasil latihan pencak silat jurus tunggal dapat diterima.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini adalah Melalui penggunaan media video secara global dapat meningkatkan hasil latihan pencak silat jurus tunggal. Setelah dilakukan perhitungan dengan menggunakan  $t_{hitung}$ , di dapat nilai sebesar 4.266. Nilai  $t_{tes}$  tersebut kemudian akan dibandingkan

dengan nilai  $t_{\text{tabel}}$  yaitu sebesar 2.048. dari perbandingan tersebut diketahui nilai  $t_{\text{tes}}$  lebih besar dari pada nilai  $t_{\text{tabel}}$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan di terima, yaitu berbunyi melalui penggunaan media video secara global dapat meningkatkan hasil latihan pencak silat jurus tunggal.

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini adalah Hasil latihan pencak silat jurus tunggal melalui media pendidikan (video) secara elementer lebih efektif bila dibandingkan dengan penggunaan media pendidikan (video) secara global. Pada tes akhir yang dilakukan, di dapat nilai  $t_{\text{hitung}}$  sebesar 3.377, sedangkan nilai  $t_{\text{tabel}}$  sebesar 2,048. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini di terima, dimana menyebutkan bahwa hasil latihan pencak silat jurus tunggal melalui media pendidikan (video) secara elementer lebih efektif bila dibandingkan dengan penggunaan media pendidikan (video) secara global. Selanjutnya akan dilihat peningkatan hasil latihan kedua metode tersebut melalui selisih *mean* antara tes pertengahan dengan tes akhir yang dilakukan. Selisih *mean* ini di dapat dengan jalan pengurangan antara nilai *mean* tes akhir dengan nilai *mean* tes awal.

Nilai *mean* kelompok A pada tes akhir di dapat sebesar 408.13, sedangkan pada tes pertengahan di dapat sebesar 247.66. Dari pengurangan tersebut di dapat nilai sebesar 160.47, nilai tersebut merupakan nilai dari peningkatan hasil latihan yang diperoleh oleh kelompok A. Selanjutnya, untuk kelompok B pada tes akhir di dapat nilai *mean* sebesar 380.20, sedangkan pada tes pendahuluan sebesar 246,80. Dari pengurangan tersebut di dapat nilai sebesar 133.40, nilai tersebut merupakan nilai peningkatan hasil latihan yang diperoleh oleh kelompokB.

Dengan telah diperolehnya selisih *mean* antara tes pendahuluan dan tes akhir dari kedua kelompok yaitu kelompok A sebesar 160.47 dan kelompok B sebesar 133.80, maka dapat disimpulkan masing-masing kelompok menunjukkan adanya peningkatan hasil latihan. Namun demikian, berdasarkan selisih *mean* tersebut ternyata kelompok video secara elementer menunjukkan peningkatan yang lebih baik bila dibandingkan dengan kelompok video secara global

## **2. Pembahasan**

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada masing-masing tes dimana menunjukkan peningkatan hasil latihan, maka dapat dikatakan bahwa dalam pelatihan pencak silat jurus tunggal dapat dilakukan dengan menggunakan video sebagai media pembantu. Media video tersebut dapat diterapkan secara elementer dan global. Hal ini dikarenakan masing-masing metode (elementer dan global) memiliki berbagai keunggulan.

Bila di lihat dari hasil akhir yang diperoleh dalam latihan pencak silat jurus tunggal yang dilakukan, maka hasil latihan pencak silat jurus tunggal dengan menggunakan video secara elementer menunjukkan hasil yang lebih baik bila dibandingkan dengan menggunakan video secara global.

Hal ini dikarenakan dalam kriteria penilaian jurus tunggal yang menjadi perhatian utama ialah pelaksanaan gerak yang dilakukan yang meliputi rincian gerak, urutan gerak, kematapan gerak dan lain sebagainya. Artinya, dengan menerapkan video secara elementer maka setiap gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal dapat dilatih secara keseluruhan. Selain itu, dengan menggunakan video secara elementer, setiap unsur-unsur dalam masing-masing gerakan dapat diperlihatkan secara rinci, jelas dan akurat.

Penerapan media video secara global dalam pelatihan jurus tunggal yang inti dari penerapan metode ini adalah penyajian gerak secara serentak, maka di sini atlet dituntut untuk memiliki daya ingat tinggi. Disamping itu, segi negatif yang akan ditimbulkan ialah kebosanan dalam diri atlet. Selain itu, penerapan media secara global kurang memperhatikan setiap unsur-unsur gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal. Sehingga pada akhirnya atlet hanya mampu gerakan dalam jurus tunggal secara asal-asalan.

Dari deskripsi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan media video secara elementer memiliki beberapa keuntungan. Dengan mempertontonkan isi dari video secara bertahap, maka mahasiswa tidak mudah merasa bosan. Selain itu, penerapan video secara elementer atlet tidak dituntut untuk menghafal gerakan secara serentak dari keseluruhan gerak yang terdapat dalam jurus tunggal. Penerapan secara video elementer dalam latihan pencak silat jurus tunggal dapat dilatih secara lebih jelas dan rinci. Dengan seringnya atlet memperhatikan materi di dalam video, terdapat kemungkinan atlet akan lebih termotivasi untuk lebih menggiatkan latihannya. Karena di dalam video tersebut terdapat gerakan jurus tunggal yang diperagakan oleh seorang atlet yang telah sukses dalam berbagai kejuaran pencak silat.

Dengan memperhatikan berbagai kelebihan dalam penerapan media video secara elementer serta melihat aspek-aspek penilaian yang terdapat dalam jurus tunggal, maka hasil latihan dengan menggunakan video secara elementer lebih baik jika dibandingkan dengan menggunakan video secara global. Untuk itu hendaknya dalam pelatihan yang dilakukan menggunakan media video sebagai alat bantu dengan cara elementer.

Temuan ini membuktikan bahwa karakteristik media video mampu untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang dapat mengakomodasi keragaman karakteristik siswa termasuk gaya belajar. Hal ini dikarenakan media video mampu menampilkan materi dan informasi dalam berbagai format termasuk video, sehingga mampu menyajikan informasi yang kaya pesan. Temuan ini sejalan dengan temuan Smaldino dkk, (2008:310) bahwa banyak guru menggunakan video untuk memperkenalkan suatu topik baru, menyajikan materi pelajaran, mengadakan remediasi, serta menyajikan informasi yang kaya dengan pesan.

### **Implikasi Hasil Penelitian**

Media pendidikan adalah alat bantu yang digunakan dalam proses belajar mengajar. Tujuan dari penggunaan media pendidikan tersebut adalah sebagai sarana penunjang keberhasilan dalam pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Berbagai macam jenis media pendidikan yang dapat dimanfaatkan dalam dunia pendidikan, salah satunya video. Video merupakan alat elektronik yang berbasis audio visual. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, audio visual adalah seperangkat alat elektronik yang dapat menampilkan suara dan gambar secara serentak dalam suatu waktu. Selain dapat dimanfaatkan dalam dunia pendidikan, video juga dapat dipakai dalam dunia olahraga untuk mencapai prestasi yang optimal.

Terdapat banyak manfaat serta keuntungan yang didapat dengan menerapkan video dalam latihan. Seperti yang diungkapkan oleh para ahli pendidikan. Memperkecil tingkat kesalahan, meningkatkan motivasi, bervariasinya teknik latihan, menambah pengalaman belajar merupakan sebagian kecil dari beberapa keuntungan dari penggunaan media video dalam latihan. Namun demikian, selain memiliki kelebihan video juga memiliki keterbatasan penggunaannya dalam proses pembelajaran atau latihan, diantaranya adalah memerlukan biaya yang besar, membutuhkan ruangan yang khusus, keterbatasan video, serta gambar yang bergerak secara terus menerus. Sehingga video tersebut perlu diciptakan serta didisain sesuai dengan kebutuhan, dan pada akhirnya dapat meminimalisir kesalahan dalam pemanfaatan video.

Dalam hal ini, khususnya dalam olahraga prestasi pencak silat jurus tunggal, pemanfaatan video dapat diterapkan secara elementer dan global. Dalam penerapannya secara elementer, gambar-gambar yang terdapat di dalam video disajikan dengan cara terpisah-pisah. Setelah atlet menguasai gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal, barulah pada akhir pertemuan atlet akan melihat gerakan yang sebenarnya, yang dalam hal ini adalah gambar yang terdapat di dalam video tersebut. Selanjutnya, apabila atlet telah menguasai gerakan pertama, barulah atlet tersebut mempelajari gerakan kedua. Kemudian pada akhir latihan atlet dibantu dengan memperlihatkan gambar yang terdapat dalam video dan begitu seterusnya. Inti dari penerapan media pendidikan secara elementer ialah memperlihatkan bagian demi bagian. Sedangkan penerapan video secara global dapat dilakukan dengan memperlihatkan video kepada mahasiswa setelah mempelajari secara keseluruhan gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal.

Pada intinya, kedua teknik atau cara penerapan video dalam latihan jurus tunggal dapat meningkatkan hasil belajar, namun berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan yang mana menyatakan bahwa latihan dengan media video secara elementer lebih baik dari pada dengan menggunakan video secara global. Untuk itu, dalam latihan pencak silat jurus tunggal hendaknya menggunakan video secara global.

Penggunaan video dalam latihan pencak silat baik itu secara elementer dan global dapat dilakukan dalam rangka meningkatkan hasil latihan. Namun yang menjadi permasalahan adalah kapan waktu yang tepat untuk menggunakan video (elementer dan global) dalam latihan. Kemudian siapa saja yang dapat menggunakan video dalam latihan tersebut serta bagaimana cara mengatasi apabila video (yang diciptakan atau diproduksi sendiri) tersebut tidak tersedia atau tidak memiliki fasilitas yang lengkap dalam menayangkan video. Berikut ini penulis mencoba menjawab atas pertanyaan yang telah diajukan. Jawaban berikut ini akan disesuaikan dengan kejian teori serta hasil penelitian yang telah dilakukan:

1. Penerapan video secara elementer dan global dapat digunakan pada saat dilaksanakan latihan. Baik itu latihan yang terprogram atau tidak terprogram. Artinya penggunaan video dalam latihan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.
2. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan dimana menjelaskan bahwa penerapan media video secara elementer lebih baik dari pada secara global, maka dalam melatih yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi lebih baik menggunakan media video secara elementer. Ini dapat dilakukan pada saat training center (TC) dalam rangka persiapan menghadapi suatu kejuaraan, misalnya PORDA, PON dan sebagainya. Selain itu, latihan dengan menggunakan video secara elementer lebih baik diterapkan kepada atlet-atlet yang khusus menekuni atau yang memiliki spesialisasi jurus tunggal. Hal ini mengingat tuntutan yang diberikan kepada mereka adalah dapat melakukan gerakan-gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal secara benar dan mantap.
3. Sedangkan penerapan video secara global dapat diterapkan pada saat latihan di perguruan-perguruan. Hal ini dilakukan mengingat keterbatasan waktu, biaya dan sebagainya yang dimiliki. Penggunaan video yang tidak begitu sering dapat menghemat waktu, biaya dan sebagainya. Selain itu dari sisi satuan latihan, penggunaan video secara global lebih baik diterapkan kepada atlet-atlet pemula. Hal ini mengingat, pada atlet-atlet pemula hanya dituntut untuk dapat melakukan gerakan yang terdapat dalam jurus tunggal. Namun demikian, apabila faktor-faktor (biaya, fasilitas dan lain sebagainya) yang menjadi kendala seperti yang dikemukakan di atas terpenuhi, maka penggunaan video secara elementer dan global dapat diterapkan secara serentak dengan memperhatikan tujuan yang ingin dicapai.
4. Pada hakekatnya video adalah alat bantu atau penunjang keberhasilan dalam pencapaian prestasi yang optimal. Dalam hal ini, peran seorang dosen tidak tergantikan oleh video. Tidak dapat dipungkiri, seorang dosen lebih memahami kebutuhan-kebutuhan atlet dari pada video. Dosen lebih jeli terhadap psikologi mahasiswanya. Sementara video perannya hanya sebatas media penunjang. Artinya, video hanya benda mati yang dimanfaatkan guna kelancaran proses

dalam berlatih. Dengan demikian, apabila dana tidak tersedia, sarana prasarana kurang menunjang serta lain sebagainya yang pada akhirnya video tidak dapat digunakan dalam latihan, maka ini bukanlah sesuatu hal yang dapat menghentikan proses latihan. Hal ini dikarenakan peran video dapat digantikan oleh pelatih sendiri. Maksudnya disini adalah, pelatih dijadikan model yang dapat ditiru oleh atletnya. Dalam pelaksanaannya, setelah pelatih memberikan materi latihan (jurus tunggal) kepada atlet, dosen sendiri akan memperlihatkan gerakan yang sesungguhnya.

### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan perhitungan statistik ternyata nilai  $t_{\text{hitung}}$  yang diperoleh pada tes pendahuluan lebih kecil dari pada nilai  $t_{\text{tabel}}$ , ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara kedua hal yang dibandingkan. Namun demikian pada tes akhir, nilai  $t_{\text{hitung}}$  yang diperoleh lebih besar dari pada nilai  $t_{\text{tabel}}$ , hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hal-hal yang dibandingkan. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Penerapan video secara elementer sebagai media latihan yang digunakan dalam latihan pencak silat jurus tunggal dapat meningkatkan hasil latihan.
2. Penerapan video secara global sebagai media latihan yang digunakan dalam latihan pencak silat jurus tunggal dapat meningkatkan hasil latihan.
3. Hasil latihan pencak silat jurus tunggal dengan menggunakan media video secara elementer menunjukkan hasil yang lebih baik dari pada latihan dengan menggunakan media video secara global.

### **Daftar Rujukan**

- Azhar, Arsyad. (2002). *Media Pembelajaran*. Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Azhar Arsyad. 2006. *Media Pembelajaran*. Cetakan ke-7. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Asnaldi, Arie. (2004). *Perbedaan Hasil Latihan Kata Jion Dengan Metode Elementer Dengan Metode Global* (Laporan Hasil Penelitian). Padang. FIK UNP
- Budiono. (2000). *Perbandingan Pengaruh Hasil Latihan Dengan Metode Bagian Dengan Metode Bagian Terhadap Peningkatan Prestasi Renang Gaya Kupu-Kupu 50 Meter* (Laporan Hasil Penelitian). Padang. FIK UNP
- Jhon, D. 1988. *Media Pembelajaran Dalam PBM Masa Kini*. P dan K. Jakarta

- Kemp, Jerrold E. & Dayton, Deane K. 1985. *Planning and Producing Instructional Media*. New York: Harper & Row, Publishers, Inc.
- Romiszowski, Alexander Joseph. 1988. *The Selection and Use of Instructional Media: for improved classroom teaching and interactive, individualized instruction*. New York: Nichols Publishing.
- Setijadi. 1970. *Pengelolaan Belajar*. Raja Grafindo Perkasa. Jakarta
- Supandi. 1986. *Pengelolaan Interaksi Belajar Menagajar Inrakulikuler dan Ekstrakulikuler*. Tarsito. Jakarta

**KETERAMPILAN RENANG GAYA DADA**  
**”Studi Eksperimen Tentang Gaya Mengajar dan Motivasi**  
**Berprestasi Terhadap Mahasiswa Jurusan PJKR FIK UNP**  
**Tahun 2013”**

**Pringgo Mardesia**  
**Universitas Negeri Padang (UNP), Indonesia**  
**Achmad Sofyan Hanif**  
**Universitas Negeri Jakarta (UNJ), Indonesia**

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang perbedaan pengaruh gaya mengajar dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan renang gaya dada. Sampel diambil dengan cara pengambilan sampel bertujuan atau *purposive sampling* dengan jumlah 32 orang mahasiswa jurusan PJKR FIK UNP Untuk menganalisa data di dalam penelitian ini digunakan teknik analisis varians (anava) dua jalur dengan desain faktorial 2 x 2 pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Sebelum melakukan analisa varian, sebagai syarat memenuhi persyaratan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas sampel dengan *Liliefors*, sedangkan untuk mencari tingkat homogenitas varians populasi dengan menggunakan uji *Barlett*. Selanjutnya, jika terdapat interaksi (hasil dari perhitungan anava) dilanjutkan dengan uji Tukey yang bertujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi F hitung dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan data yang diperoleh, hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa (1) Secara keseluruhan gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap keterampilan renang gaya dada. (2) Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan renang gaya dada. (3) Gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap keterampilan renang gaya dada bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi. (4) Tidak terdapat perbedaan antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan renang gaya dada bagi mahasiswa yang memiliki motivasi rendah.

### **1. Pendahuluan**

Dalam kurikulum Jurusan PJKR, mata kuliah renang merupakan salah satu dari lima kelompok besar matakuliah praktik yang menjadi bagian dari wajah Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Matakuliah renang bermaterikan empat gaya (gaya dada, gaya crawl, gaya kupu-kupu dan gaya punggung).

Keterampilan renang sangat dibutuhkan bagi alumni Jurusan PJKR, selain untuk mengajar di sekolah, juga sebagai nilai plus yang dapat di jadikan modal untuk membuka sebuah industri olahraga di bidang akuatik.

Matakuliah renang mencakup pembahasan mengenai; 1). Pengenalan air (*breathing*) 2). Meluncur (*front float*) 3). Mengapung (*floating*) 4). Gerakan tungkai (*kicking action*) 5). Gerakan lengan (*arm action*) 6). Gerakan mengambil nafas (*breathing*) 7). Koordinasi gerakan tungkai, lengan dan nafas (*arm breath and kick coordination*) 8). Start 9). Pembalikan 10). Menyentuh finish 11). Injak-injak air (*water trappen*) 12). Loncat Indah dan 13). Peraturan pertandingan dan sistem organisasi pertandingan (PRSI 2003).

Mata kuliah renang di bagi menjadi dua yaitu; 1). renang dasar yang mempelajari renang gaya dada serta gaya crawl, (2) renang lanjut, yang mempelajari renang gaya punggung dan gaya kupu-kupu, mempelajari renang pertolongan dan metode mengajar. Renang dasar, mahasiswa diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku yang salah satunya adalah memiliki keterampilan berenang gaya dada dan gaya bebas. serta memahami tentang sejarah renang. Keterampilan renang diharapkan mengarah kepada perubahan keterampilan gerak (motorik). Perubahan gerak tersebut merupakan perubahan dari yang belum bisa berenang menjadi bisa berenang.

Pelaksanaan pengajaran renang mengalami perubahan dari satu masa ke masa berikutnya. Bentuk materi berkembang dengan tujuan agar bentuk-bentuk gerakan dan bentuk gaya yang dipelajari dapat berhasil dengan baik dan sempurna.

Begitu juga bentuk materi yang diajarkan pada jurusan PJKR FIK UNP Padang. Namun demikian, hasil kuliah keterampilan renang tersebut masih tergolong rendah. Sebagai gambaran, dalam lima tahun terakhir hasil nilai praktek renang dasar mahasiswa PJKR. Tingkat penguasaan keterampilan renang dasar mahasiswa dapat dilihat dari nilai yang mereka peroleh. Hasil nilai yang belum memuaskan karena masih banyaknya mahasiswa yang mendapat nilai C dan masih ada mahasiswa yang mendapat nilai D dan E.

Pencapaian tujuan pembelajaran tidak dapat terlepas dari faktor diri mahasiswa sendiri, guru/ dosen, sarana dan prasarana serta lingkungannya, termasuk diantaranya mengenai gaya seorang guru/ dosen dalam menyampaikan materi pelajaran. Memahami berbagai macam gaya mengajar menjadi satu kebutuhan seorang dosen/ guru untuk (a). menghadapi jumlah mahasiswa/ mahasiswa yang berbeda-beda, (b). tujuan pembelajaran yang mencakup ketiga ranah psikomotor, kognitif dan sosial, dan (c). Pokok masalah dan konteks yang pada waktu memberikan tugas pada suatu pendekatan yang spesifik.

Hasil dari pengamatan peneliti yang didukung oleh masukan dosen pengampu matakuliah renang, bahwa mengajar mahasiswa di daerah Sumatera Barat (Padang) berbeda dengan mengajar mahasiswa di daerah lain. Dengan memperhatikan karakter yang dimiliki mahasiswanya, dosen pengampu lebih banyak menerapkan atau menggunakan gaya mengajar latihan dengan alasan keselamatan, keseragaman, efektif dan efisiensi waktu dan tercapainya tujuan pembelajaran matakuliah renang.

Selain gaya mengajar latihan, juga dikenal beberapa gaya mengajar lainnya. Salah satu gaya mengajar tersebut adalah gaya mengajar inklusi. Dalam gaya mengajar inklusi, dosen dalam menyajikan materi pembelajaran secara keseluruhan secara rinci dipaparkan tingkat kesulitannya, sebab mahasiswa diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan mana mahasiswa mulai belajar, serta diberi kebebasan untuk menentukan berapa kali mahasiswa harus mengulangi gerakan dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan. Sehingga dengan gaya mengajar inklusi ini mahasiswa diberi kebebasan untuk kreatif dan menentukan tingkat kesulitan sesuai dengan kemampuannya. Kenyataan di lapangan gaya mengajar inklusi masih jarang dipergunakan dengan berbagai macam alasan.

Efisiensi dan efektivitas pembelajaran renang juga terkait dengan masalah konsep diri, motivasi, sikap, minat, dan aktivitas belajar mahasiswa. Berprestasi adalah idaman setiap individu, baik itu prestasi dalam bidang pekerjaan, pendidikan, sosial, seni, politik, budaya dan lain-lain. Pencapaian prestasi membutuhkan suatu proses panjang dan membutuhkan motivasi yang biasanya didefinisikan sebagai proses yang menstimulasi perilaku atau menggerakkan kita untuk bertindak.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas peneliti tertarik dengan gaya mengajar latihan dan inklusi terhadap hasil belajar keterampilan renang yang berbeda, hal ini memerlukan pemahaman yang jelas dan motivasi berprestasi, yang dapat dibedakan atas (a) motivasi berprestasi tinggi, dan (b) motivasi berprestasi rendah terhadap peningkatan prestasi hasil belajar renang.

## **2. Kajian Teoretik**

### **A. Hakikat Keterampilan Renang Gaya Dada (*breaststroke*)**

- 1) Keterampilan
  - a. Belajar Gerak

Keterampilan merupakan kata yang sering kita dengar dalam kehidupan sehari-hari. Seperti yang dikatakan Ricard A Magil (1998), keterampilan adalah kata yang biasa digunakan untuk menandakan suatu tugas yang mempunyai suatu tujuan spesifik yang akan dicapai. Sebagai contoh, kita katakan "meluncur adalah suatu keterampilan yang pokok dari renang," atau "berenang adalah suatu praktek keterampilan." Dua contoh ini merupakan ketrampilan gerak, karena ketrampilan ini memerlukan gerakan tubuh untuk mencapai tujuan dengan tidak ada paksaan. Keterampilan motorik dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu; keterampilan motorik halus dan keterampilan motorik kasar. Seperti yang dinyatakan oleh Robert N. Singer (1980) bahwa keterampilan motorik dapat dikategorikan dengan keterampilan kasar dan keterampilan halus. Lebih lanjut dinyatakan bahwa: keterampilan olahraga hampir seluruhnya menggunakan keterampilan kasar. Penguasaan keterampilan teknik dasar renang gaya dada tidak terlepas dari peran tahapan belajar gerak. Belajar

motorik itu sendiri menurut Richard A. Schmidt (1991) adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil. Terdapat tiga tahapan dalam belajar motorik yaitu: 1) tahapan kognitif, 2) tahap asosiasi dan, 3) otomatisasi.

Dari pendapat-pendapat di atas dapat diuraikan bahwa untuk mendapat suatu keterampilan yang dapat bertahan lama diperlukan sekali proses pembelajaran motorik.

#### b. Taksonomi Tujuan Pendidikan

Menurut pendapat Richard I. Arends (2008), taksonomi adalah alat yang mengklasifikasikan dan menunjukkan hubungan diantara berbagai hal. Sehubungan dengan masalah tujuan pembelajaran keterampilan renang gaya dada tersebut, ada konsep-konsep yang telah dikembangkan oleh para ahli. Salah satu konsep yang diambil dari Sugiyanto Sujarwo (1991) yang sudah lazim digunakan adalah konsep taksonomi untuk tujuan pendidikan (*Taxonomy for Educational Objectives*), taksonomi ini di kenal dengan taksonomi Bloom karena taksonomi ini pertamakali dikembangkan oleh Benjamin S. Bloom. Bloom mengklasifikasikan tujuan pendidikan ke dalam tiga domain yaitu; kognitif, afektif dan psikomotor yang ini semua didasarkan pada aspek-aspek fungsi yang membentuk perilaku manusia.

Sehingga dalam kegiatan pendidikan dan tujuan pendidikan tidak dapat terlepas dari pencakupan ketiga ranah tersebut. Pendidikan merupakan suatu proses, yang di dalamnya terdapat proses belajar dan pembelajaran. Pengertian belajar bukanlah sekedar mengumpulkan pengetahuan. Belajar merupakan proses mental yang berada dalam diri seseorang, yang artinya menurut Wina Sanjaya (2008) bahwa belajar merupakan proses yang terjadi dalam diri seseorang yang tidak bisa kita amati, kita hanya bisa amati dari perubahan tingkah laku yang terlihat.

Taksonomi Bloom Baru-baru ini telah direvisi oleh sekelompok siswa Bloom, Anderson et al (2001) dengan nama baru *taxonomy for learning, teaching and assessing* (taksonomi untuk belajar, mengajar dan mangases), ranah yang direvisi adalah ranah kognitif yang dibagi menjadi dua dimensi yaitu dimensi pengetahuan dan dimensi proses kognitif.

#### 2) Renang Gaya Dada (*breaststroke*)

Renang merupakan sebuah kegiatan fisik (tubuh) yang sudah dilakukan oleh manusia jauh berabad-abad yang silam, sebelum manusia mengenal dan mempergunakan kolam renang seperti sekarang ini sebagai tempat untuk mengembangkan kemampuan manusia dalam berolahraga. Menurut Geoffrey Corlett (1972) renang merupakan suatu pendidikan yang sangat baik bagi seseorang dalam mempertahankan diri pada saat di dalam air dan dapat menjadikan aktivitas ini suatu hal yang penting terutama untuk beraktivitas dalam mengisi waktu luang.

sedangkan Donlan dan P. Cox (1999) menyebutkan alasan seseorang melakukan aktivitas renang adalah bermacam-macam, seperti; *survival/*

keselamatan (bertahan agar tidak tenggelam), rekreasi, terapi dan untuk kompetisi (bertanding).

Gaya dada merupakan gaya renang kuno yang sudah ada sejak zaman dahulu. Gaya ini tidak punah dan pada saat ini merupakan satu dari empat gaya renang yang di perlombakan dalam pertandingan-pertandingan internasional. Gaya dada memiliki batasan dan peraturan yang lebih lengkapserta didefenisikan lebih rinci daripada gaya-gaya yang lain dalam buku peraturan.

Meskipun didefenisikan lebih rinci, gaya dada adalah gaya yang mudah dan nyaman untuk dilakukan. Jika dilakukan dengan benar, gaya dada memerlukan pernafasan yang teratur dengan wajah terbenam pada waktu meluncur. Namun, gaya dada dapat mengadaptasi ke posisi semi vertikal dengan sangat mudah, sehingga dengan kepala terangkat memungkinkan perenang untuk melihat ke depan dan bercakap-cakap dengan perenang lain. Oleh karena itu, gaya ini sering disebut sebagai gaya “sosial” atau gaya “percakapan”.

## **B. Gaya Mengajar**

Aspek pendidikan memiliki beberapa aspek yang perlu dikembangkan melalui penelitian, salah satunya adalah proses pengajaran dalam upaya untuk menghasilkan model-model pengajaran yang efektif dan efisien. Pada dasarnya diperlukan suatu teori pengajaran yang bersifat universal yang difokuskan pada pengajaran sebagai satu aspek yang berdiri sendiri. Teori pengajaran tersebut hendaknya selalu menyertakan semua fenomena dan kondisi dari semua unsur yang berintegrasi dalam kegiatan yang sebenarnya.

Menurut Mosston, M and Ashwort, S (2006) memahami berbagai macam gaya mengajar menjadi satu kebutuhan seorang guru/ dosen untuk (a). menghadapi jumlah peserta didik/ mahasiswa yang berbeda-beda, (b). tujuan pembelajaran yang mencakup ketiga ranah psikomotor, kognitif dan sosial, dan (c). Pokok masalah dan konteks yang pada waktu memberikan tugas pada suatu pendekatan yang spesifik.

Mosston, M and Ashwort, S (2006) mengemukakan sebelas gaya mengajar, sebagai berikut: (1) gaya komando (*the command style*), (2) gaya latihan (*the practice style*), (3) gaya resiprokal (*reciprocal style*), (4) gaya periksa diri (*the self-check style*), (5) gaya inklusi (*the inclusion style*), (6) gaya penemuan terpimpin (*the guided discovery style*), (7) gaya penemuan konvergen (*the convergent discovery style*), (8) gaya produk divergen (*the divergent production style*), (9). gaya program individual (*the individual program-learner design style*), (10). gaya inisiatif mahasiswa (*the learner initiated style*), (11). gaya mengajar sendiri/ diri (*the self-teaching style*).

Dari keseluruhan gaya mengajar di atas dan berdasarkan dari latar belakang masalah serta batasan permasalahan, dalam penelitian ini dipilih

dua gaya mengajar dijadikan bahan penelitian, yaitu gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inkulsi.

### **C. Motivasi Berprestasi**

Didalam belajar keterampilan renang, faktor psikis juga sangat mempengaruhi para mahasiswa dalam setiap proses belajar mengajar terutama pada materi-materi yang memiliki tingkat kesulitan yang kompleks. Kepribadian mahasiswa akan sangat besar sekali pengaruhnya terhadap kinerja dan pencapaian prestasi dalam belajar.

Seperti yang dikemukakan oleh Sudibyo (2001) bahwa kepribadian tidak mudah tampak dan diketahui karena kepribadian adalah kesatuan kebulatan jiwa yang kompleks; kepribadian akan tercermin dalam cita-cita, watak, sikap, sifat-sifat, dan perbuatan. Berdasarkan dari pendapatnya tersebut lebih diperjelas lagi bahwa kalau berbicara masalah mental dan kepribadian mahasiswa, maka ada beberapa gejala psikologik yang pengaruhnya terhadap kinerja mahasiswa dapat dipahami dan diprediksi secara langsung, yaitu khususnya yang berkaitan dengan motivasi dan sikap atlit.

J.P. Chaplin (2001) menyatakan suatu variabel yang ikut campur tangan yang digunakan untuk menimbulkan faktor-faktor tertentu di dalam organisme, yang membangkitkan, mengelola, mempertahankan, dan menyalurkan tingkah laku menuju satu sasaran.

Istilah motivasi didefinisikan sebagai proses yang menstimulasi perilaku kita atau menggerakkan kita untuk bertindak, jadi motivasilah yang menggerakkan kita untuk bertindak. Harsono (2000) mengatakan bahwa motivasi adalah ujud yang tidak nampak pada orang dan tidak bisa kita amati secara langsung. Selanjutnya dikatakan bahwa yang dapat diamati adalah tingkah lakunya yang merupakan akibat atau manifestasi dari adanya motivasi pada diri orang itu.

Jadi pendapat di atas dapat kita pahami bahwa motivasi adalah merupakan suatu keinginan atau hasrat yang terdapat pada diri seseorang terhadap suatu kegiatan tertentu. Hasrat tersebutlah yang menjadi faktor utama yang menentukan dari pada dirinya, apakah dia akan bertindak atau tidak. Dan motivasi itu sendiri tak akan dapat diamati oleh orang lain, namun biasanya motivasi tersebut akan tercermin pada tingkahlakunya.

### **3. Metodologi Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang perbedaan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Terdapat dua variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu gaya mengajar dan motivasi berprestasi. Sebagai variabel terikat adalah keterampilan renang gaya dada (*breaststroke*) mahasiswa Program Studi PO (Pendidikan Olahraga) pada Jurusan PJKR FIK Universitas Negeri Padang.

Secara operasional penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Perbedaan pengaruh gaya mengajar secara keseluruhan terhadap keterampilan renang gaya dada
2. Interaksi antara gaya mengajar dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan renang gaya dada.
3. Perbedaan pengaruh antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi, bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi terhadap keterampilan renang gaya dada.
4. Perbedaan pengaruh antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi, bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah terhadap keterampilan renang gaya dada.

Penelitian ini dilaksanakan di Kolam Renang Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Provinsi Sumatera Barat tahun 2013. Pelaksanaan penelitian selama kurang lebih 5 minggu.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain Faktorial 2 x 2. Penentuan desain merujuk pada pendapat Sudjana (1994), yaitu unit-unit eksperimen dikelompokkan dalam sel sedemikian rupa sehingga unit-unit eksperimen di dalam sel relatif homogen dan banyak unit eksperimen di dalam sel sama dengan banyak perlakuan yang sedang diteliti.

Untuk menganalisa data di dalam penelitian ini digunakan teknik analisis varians (anava) dua jalur dengan desain faktorial 2 x 2 pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Sebelum melakukan analisa varian, sebagai syarat memenuhi persyaratan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas sampel dengan *Liliefors*, sedangkan untuk mencari tingkat homogenitas varians populasi dengan menggunakan uji *Barlett*. Selanjutnya, jika terdapat interaksi (hasil dari perhitungan anava) dilanjutkan dengan uji Tukey yang bertujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi F hitung dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

#### **4. Hasil Dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan keterampilan antara gaya mengajar latihan dengan gaya mengajar inklusi gagal/ ditolak. Hal ini berarti bahwa metode gaya mengajar latihan ternyata tidak lebih baik dalam pencapaian tujuan pembelajaran keterampilan renang gaya dada jika dibandingkan dengan menggunakan gaya mengajar inklusi atau dengan kata lain penggunaan gaya mengajar inklusi lebih baik jika dibandingkan dengan menggunakan gaya mengajar latihan dalam pencapaian pembelajaran keterampilan renang gaya dada. Hasil pembuktian hipotesis ke-3 (tiga) menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan dan inklusi dalam keterampilan renang gaya dada. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil renang gaya dada pada

mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi dipengaruhi oleh variasi kedua gaya mengajar tersebut.

Hasil pembuktian hipotesis ke-4 (empat) jika di lihat dari rata-rata, skor mahasiswa yang memiliki motivasi rendah yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan lebih tinggi dibandingkan yang menggunakan gaya mengajar inklusi, tetapi jika di uji taraf signifikannya menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa yang memiliki motivasi rendah yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan dan inklusi dalam keterampilan renang gaya dada. Hasil pengolahan data yang terkumpul menunjukkan bahwa hipotesis ketiga tidak terbukti atau belum dapat teruji kebenarannya. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil renang gaya dada pada mahasiswa yang memiliki motivasi rendah tidak dipengaruhi oleh variasi kedua gaya mengajar tersebut.

Jika merujuk pada kajian teori dan kerangka berpikir yang telah dikemukakan pada bab 2, terjadi ketidaksesuaian dengan yang diduga sebelumnya. Hal ini bisa saja terjadi karena adanya berbagai kemungkinan yang terjadi dalam pengambilan perumusan hipotesis, proses penelitian dan faktor-faktor lainnya.

Secara rinci kemungkinan tersebut dapat dibahas sebagai berikut;

1. Kerangka berpikir yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan antara gaya mengajar latihan dengan gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan renang gaya dada pada mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah, pada kenyataannya tidak mampu di optimalkan oleh mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah. Pola pembelajaran yang cenderung klasikal atau dengan gaya mengajar latihan yang selama ini diterapkan secara regular kurang tepat dilakukan pada mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah sekalipun. Sedangkan pola pembelajaran yang cenderung klasikal tersebut membuat mahasiswa merasa aneh jika pola pembelajaran membimbing ke arah yang lebih mandiri.
2. Ketergantungan mahasiswa terhadap kehadiran sosok dosen yang sedemikian besar dalam pembelajaran mata kuliah renang, seolah-olah merupakan sesuatu yang tidak tergantikan. Hal ini mengakibatkan mahasiswa kurang memiliki rasa percaya diri yang cukup dalam pengambilan keputusan untuk kemudian mempelajari materi berikutnya yang tentu akan membutuhkan alokasi waktu dan pengulangan lebih banyak.
3. Kecenderungan mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah mengatribusikan kesuksesannya pada kurangnya kemampuan. Hal ini terlihat masih melekat kuat pada sebagian mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah (meskipun dalam penelitian ini mereka dikondisikan untuk tidak menyadari bahwa mereka tidak cukup memiliki kemauan keras untuk

mengembangkan diri) sehingga wajar jika hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan dugaan sebelumnya. Bagaimanapun juga motivasi sangatlah penting dalam suatu proses pembelajaran tidak terkecuali dalam pembelajaran renang gaya dada.

Sementara pada pengujian hipotesis ke-2 (dua) menunjukkan adanya interaksi antara gaya mengajar dan motivasi berprestasi terhadap hasil keterampilan renang gaya dada mahasiswa Jurusan PJKR FIK UNP. Dengan demikian dapatlah dinyatakan bahwa secara keseluruhan gaya mengajar inklusi memiliki pengaruh yang lebih baik jika dibandingkan dengan gaya mengajar latihan. Sedangkan bagi yang memiliki tingkat motivasi berprestasi rendah, dapat melakukan latihan/ belajar untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada, akan tetapi cenderung akan lebih baik jika melakukan proses belajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan.

## **5. Kesimpulan**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh, hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Secara keseluruhan gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap keterampilan renang gaya dada.
2. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan renang gaya dada.
3. Gaya mengajar inklusi lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap keterampilan renang gaya dada bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi.
4. Tidak terdapat perbedaan antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi terhadap keterampilan renang gaya dada bagi mahasiswa yang memiliki motivasi rendah.

### **B. Saran**

Memperhatikan kesimpulan hasil penelitian dan implikasi temuan-temuan yang diuraikan sebelumnya, maka disarankan;

1. Gaya mengajar dan motivasi berprestasi perlu dipahami oleh setiap tenaga pendidik (dosen) agar dalam mengajar dapat menerapkan gaya mengajar yang disesuaikan dengan kondisi motivasi berprestasi yang dimiliki mahasiswanya dengan karakteristik masing-masing.
2. Disarankan kepada para tenaga pengajar khususnya dosen renang, dalam memberikan materi keterampilan renang gaya dada agar dapat menggunakan gaya mengajar inklusi, dikarenakan memiliki dampak yang lebih baik dari pada gaya mengajar latihan. Hasil penelitian ini memberikan masukan khususnya mengembangkan potensi mahasiswa dalam perkuliahan renang agar dapat

berkembang secara maksimal dengan cara memilih gaya mengajar yang tepat, seperti dengan gaya mengajar inklusi.

3. Motivasi berprestasi rendah yang di ajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan dan inklusi tidak menunjukkan perbedaan hasil keterampilan yang signifikan, hal ini menjadikan pemikiran untuk mencari gaya mengajar yang lebih tepat untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada dengan melakukan penelitian lebih lanjut.
4. Mahasiswa yang memiliki tingkat keterampilan renang yang sangat rendah atau mahasiswa remedial agar mendapat perhatian khusus dari dosen dan jurusan, dengan memberikan tugas belajar mandiri dan mendapatkan prioritas fasilitas bebas bea masuk kolam renang untuk dapat belajar mandiri.
5. Perlu diadakan penelitian atau evaluasi tentang peran dosen baik itu dalam proses pembelajaran sampai dengan proses penilaian (*assessment*) agar tujuan perkuliahan renang lebih dapat tercapai secara maksimal.  
Perlu diadakan tes keterampilan renang (gaya dada atau gaya bebas) pada tes penerimaan mahasiswa baru Jurusan PJKR, agar mendapatkan masukan/ mahasiswa baru (*input*) yang lebih berkualitas dan kompeten.

### Daftar Pustaka

- Anderson, L.W. et al., *A Taxonomy for learning, teaching and assessing: A Revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York: Longman, 2001.
- Corlett, Geoffrey., *Swimming Teaching (Theory and Practice)*. London: Kaye & Ward., 1972.
- Donlan, A and Mrs. P.Cox., *Swimming (Royal Navy, The Royal Marines)*. London: Education and Youth Limited, 1999.
- Faqih Ahmad., Dalam Artikelnya, *Sekilas Tentang Motivasi Berprestasi*, [http://www.ahmad\\_faqih.com](http://www.ahmad_faqih.com). 2007.
- Harsono., *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*, Jakarta: Tambak Kesuma, 2000.
- Magil, Ricard A., *Motor Learning: Concepts and Applications*, Singapore: A Division of the Mc. GrawHill. Companies, 1998.
- Mosston, Muska and Ashwort., S., *Teaching Physical Education* ,(4th ed), New New York: Mac Millan College Publishing Inc., 2006.
- Sanjaya, Wina., *Strategi Pembelajaran (Berorientasi Standar Proses Pendidikan)*. Jakarta: Prenada Media Group, 2008.

- Schmidt, Richard A., *Motor Control and Learning*, Los Angeles: Human Kinetics Publishers, Inc., 1988.
- Singer, Robert N., *Motor Learning and Human Performance*, New York: MacMilan Publishing Co.,In. 1980.
- Sudibyo., *Mental Training*, Jakarta: Percetakan Solo, 2001.
- Sudjana., *Desain dan Analisis Eksperimen*, Bandung: Tarsito, 1994.
- Sugiyanto dan Sudjarwo., *Perkembangan dan Belajar Gerak* Jakarta: Depdikbud, 1991.



UNIVERSITI  
KEBANGSAAN  
MALAYSIA  
*The National University of Malaysia*

ISBN 978-602-98603-9-9

# *Proceeding*

*International Scientific Seminar on*

**SPORT AND SPORTSCIENCES**

**“The Role And Contribution Of Sport  
And Sportsiences In Enhancing  
A Better Quality Of Life”**



**Kerjasama antara  
Universitas Negeri Padang dan  
Universiti Kebangsaan Malaysia**

Pangeran Beach Hotel  
Padang, 12 – 13 September 2013

# **PROCEEDING**

## **INTERNATIONAL SCIENTIFIC SEMINAR ON SPORT AND SPORTSCIENCES**

### ***The Role and Contribution of Sport and Sportscience in Enchancing A Better Quality of Life***

Dr. Norlena Salamuddin  
Dr. Mohd Taib Harun  
Prof. Dr.Sayuti Syahara, MS, AIFO  
Dr. Syahril B, M.Pd  
Drs. Arsil, M.Pd  
Drs. Syafrizar, M.Pd

Hak Cipta@ 2013 pada Penulis

Tidak dibenarkan menerbitkan ulang bagian atau keseluruhan isi buku ini dalam bentuk apapun sebelum mendapat persetujuan dari penerbit.

**ISBN: 978-602-98603-9-9**

855 Hal, 1 (satu) Jilid

Percetakan : Sukabina  
Layout : Sari Jumiatti  
Sampul : Jafril  
Type Setting : Roma Irawan & Anton Komaini  
Text Type : Arial, Times New Roman  
Font Size : 10pt,12pt, 16pt

Hak Cipta dilindungi Undang-undang No. 19 Tahun 2002

Isi diluar tanggung jawab Penerbit dan Percetakan

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas perkenan-Nya telah dapat menyusun Prosiding Seminar Internasional dengan tema ***“The Role and Contribution of Sport and Sportscience in Enhancing a Better Quality of Life”***.

Seminar Internasional ini merupakan bagian dari kontribusi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang bekerjasama dengan Universiti Kebangsaan Malaysia untuk melakukan diseminasi dan mengkomunikasikan serta bertukar fikiran mengenai topik-topik terbaru dari olahraga dan ilmu keolahragaan dan untuk selanjutnya mencari jalan keluar terbaik dari masalah-masalah yang aktual melalui pendekatan inter-disipliner.

Untuk itu, kami menghaturkan terima kasih kepada Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang sudah dapat melakukan kerjasama dengan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP), dalam hal ide pelaksanaan kegiatan seminar ini, pemerintah provinsi Sumatera Barat, pemerintah kabupaten/kota se-Sumatera Barat, DPRD provinsi Sumatera Barat, pimpinan Universitas Negeri Padang, pimpinan Universiti Kebangsaan Malaysia, pimpinan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP, Bank Nagari Cabang UNP, para penyaji makalah, dan peserta seminar. Semoga amal baik Bapak/Ibu memperoleh balasan baik yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Padang, September 2013  
Dekan FIK UNP,

**Drs. Arsil, M.Pd**  
NIP. 19600317 198602 1 002

## KATA SAMBUTAN KETUA PANITIA PELAKSANA

Walaupun bukan segala-galanya, kebermanfaatan olahraga tidak hanya dapat difahami dan dirasakan secara teoretik semata tetapi harus dapat diaplikasikan ke dalam kehidupan yang nyata. Bagaimanapun juga kajian-kajian secara teoretik masih diperlukan untuk hal-hal yang dapat diterima, secara rasional sehingga olahraga dapat diterima tidak saja secara empirik tetapi juga secara teoretik.

Perkembangan dunia yang begitu sangat pesat, memaksa kita mempersiapkan sumber daya yang memiliki daya saing yang tidak saja secara local tetapi juga harus bersifat universal. Era Globalisasi dan persaingan pasar bebas, telah menjadi ancaman dan sekaligus tantangan untuk bisa bersaing dengan bangsa-bangsa di belahan dunia lainnya. Seluruh aspek kehidupan akan terkena imbasnya tidak terkecuali dalam aspek pendidikan mulai dari tingkat pendidikan paling rendah sampai ke tingkat yang paling tinggi.

Seiring dengan perkembangan dunia saat ini, perkembangan olahraga sangatlah pesat. Perkembangan ini diiringi dengan bermunculan *issue* dan pengetahuan di bidang olahraga. Informasi-informasi yang aktual seputar olahraga bermunculan. Diharapkan forum seminar ini mampu memberikan wadah untuk dapat mengkomunikasikan serta bertukar fikiran mengenai topik-olahraga dan ilmu keolahragaan dan untuk selanjutnya mencari pemecahan masalah.

Perguruan Tinggi khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP), juga ikut bertanggungjawab dan terjun langsung dalam rangka mempersiapkan SDM di atas melalui penyiapan generasi menghadapi *issue-issue* yang muncul dalam dunia olahraga. Sehingga out come yang dihasilkan bisa disejajarkan dan memiliki daya saing yang handal dalam menjawab tantangan era globalisasi dan persaingan pasar bebas.

Untuk tujuan itulah, FIK UNP melakukan perintisan awal melalui kegiatan seminar internasional yang bertemakan “***The Role and Contribution of Sport and Sportscience in Enchancing a Better Quality of Life***”. Tujuan Seminar adalah untuk mengkomunikasikan dan bertukar pengalaman topik-topik terbaru dari olahraga dan ilmu keolahragaan dan mencari jalan keluar terbaik untuk masalah-masalah yang aktual melalui pendekatan interdisipliner .

Seminar ini dilaksanakan pada tanggal 12 dan 13 September 2013. Seminar ini bertempat di Pangeran Beach Hotel Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Sebagai Ketua Pelaksana kegiatan ini, saya ingin menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada FIK UNP Padang, serta kepada Universiti Kebangsaan Malaysia dan semua anggota panitia yang telah berupaya sekuat tenaga, menyisihkan waktu dan tenaganya dalam rangka mensukseskan acara ini. Terima kasih atas kerjasama dan komitmennya.

Terakhir saya menyampaikan rasa terima kasih yang paling dalam khususnya kepada para pembicara kunci yaitu Dr. Ir. Roy Suryo, Menteri Pemuda dan Olahraga, Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram Rektor UNP Padang, Prof. Dr. Hemut Digel Universitas Tübingen, Prof. Dr. Jackueline D. Goodway, OHIO State University USA, Dr. Mohd. Taib Harun, Universiti Kebangsaan Malaysia, Dr. Michael Koh, Republic Polytechnic Singapore, Dr. Norlena Salamuddin, Universiti Kebangsaan Malaysia, Prof. Dr. Joko Pekik Irianto, Deputi Peningkatan Olahraga Prestasi Kemenpora, Dr. Ian Harris Sujae, Republic Polytechnic Singapore, Robert Jhon Ballard Australian Strength and Conditioning Assosiation dan khususnya kepada para pembicara kunci yang datang dari luar negeri, saya berharap semoga selama keberadaan di kota Padang, memperoleh pengalaman yang baik dan menyenangkan dan diiringi doa semoga selamat kembali pulang menuju rumah dan keluarga masing-masing. Semoga hasil seminar ini akan membawa pencerahan bagi kita semua, bagaimana upaya yang harus dilakukan oleh Perguruan Tinggi khususnya FIK UNP Padang dalam membentuk manusia Indonesia yang berdaya saing tidak saja secara local tetapi juga internasional. Semoga amal baik Bapak/Ibu memperoleh balasan baik yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Ketua Pelaksana,

**Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S., AIFO**

## KATA PENGANTAR EDITOR

Pertama dan yang paling utama, kami panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas petunjuk dan karunia-Nya, sehingga Prosiding Seminar Internasional Olahraga dan Ilmu Keolahragaan dengan tema ***“The Role and Contribution of Sport and Sport Science in Enchancing a Better Quality of Life”*** yang akan dilaksanakan pada tanggal 12 s/d 13 September 2013 dapat diselesaikan dan diterbitkan.

Seminar tersebut terselenggara berkat kerjasama antara Universitas Negeri Padang dengan Universiti Kebangsaan Malaysia yang mengundang keynote speaker sebanyak 8 (delapan) orang yang berasal dari Jerman, Amerika, Australia, Malaysia, Singapura dan Indonesia serta didukung oleh 62 makalah teknis yang disampaikan dalam sidang paralel. Di dalam prosiding ini berisi 4 makalah keynote speaker dan hasil karya tulis ilmiah lainnya yang berasal dari berbagai institusi yaitu; 1) University of Tübingen, 2) The Ohio State University, 3) Universiti Kebangsaan Malaysia, 4) Universitas Padjadjaran, 5) Universitas Negeri Medan, 6) Universitas Negeri Jakarta, 7) Universitas Negeri Padang, 8) Universitas Negeri Manado, 9) Universitas Pendidikan Indonesia, 10) Universitas Negeri Yogyakarta, 11) Universitas Negeri Semarang, 12) Universitas Cendrawasih, 13) Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja, 14) Universitas Bina Darma Palembang, 15) KONI Provinsi Sumatera Barat, 16) KONI DKI, 17) Sekolah Dasar Negeri 7 Keliat Ogan Ilir Palembang.

Prosiding ini telah melalui proses editing oleh dewan editor/penilai karya tulis ilmiah serta dilengkapi dengan diskusi dan tanya jawab pada saat seminar berlangsung. Semoga penerbitan prosiding ini dapat memberi manfaat dan dapat dijadikan acuan dalam pengembangan penelitian yang terkait dengan perkembangan dunia keolahragaan. Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian penyusunan prosiding ini dan mohon maaf atas ketidaksempurnaan dalam penerbitan prosiding ini.

### **Editor**

1. Dr. Norlena Salamuddin
2. Dr. Mohd Taib Harun
3. Prof.Dr.Sayuti Syahara, MS, AIFO
4. Dr. Syahril B, M.Pd
5. Drs. Arsil, M.Pd
6. Drs. Syafrizar, M.Pd

**JADWAL KEGIATAN SEMINAR INTERNATIONAL  
PADANG, 12 - 13 SEPTEMBER 2013**

HARI/ TANGGAL	WAKTU	KEGIATAN	KETERANGAN	PENANGGUNG JAWAB	
<b>HARI KE 1</b>					
Kamis, 12 September 2013	08.00 - 09.00	<b>PENDAFTARAN/REGISTRASI</b>		Seksi Acara	
		<b>PEMBUKAAN/PERESMIAN</b>		Seksi Acara	
		Laporan Ketua Panitia	Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS.,AIFO		
		Sambutan	Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram (Rektor UNP)		
		Sambutan	Prof. Dr. Irwan Prayitno, M,Sc (Gubernur Sumbar		
		Sambutan dan Pembukaan Seminar	Dr. Ir. Roy Suryo (Menpora)		
	10.00 - 10.30	<b>ISTIRAHAT/ TEA BREACK</b>			
	10.30 - 12.30	<b>PLENARI I/ PLENO I</b>			Ruri Famelia
		1. Prof. Dr. Helmut Digel	Universitat Tubingan - Germany		
		2. Prof. Dr. Jackie Goodway	OHIO State University - USA		
		3. Prof. Dr. Joko Pekik Irianto, M.Kes.,AIFO	Deputi Peningkatan Olahraga Prestasi Kemenpora - INA		
		4. Dr. Michael Koh	Republic Polytecnic Singapore		
	12.30 - 14.00	<b>ISTIRAHAT/ LUNCH BREAK</b>			

	14.00 - 17.00	<b>PARALLEL SESSION I :</b>			
		RUANG 1.	Physical Education	Bafirman	
		RUANG 2.	Physical Education	Khairuddin	
		RUANG 3.	Psychologi	Wilda Welis	
	RUANG 4.	Psychologi	Umar		
	17.00 - Selesai	<b>ISTIRAHAT/MINUM PETANG</b>			
<b>HARI KE 2</b>					
Jum'at, 13 september 2013	09.00 - 11.30	<b>PARALLEL SESSION II :</b>			
		RUANG 1.	Management	Bafirman	
		RUANG 2.	Physical Education	Khairuddin	
		RUANG 3.	Psychologi & Recreation Sport	Wilda Welis	
	RUANG 4.	Training Theory	Umar		
		12.00 - 14.00	<b>ISTIRAHAT / LUNCH BREAK</b>		
	14.00 - 16.00	<b>PLENARI II/ PELNO II</b>			
		1. Dr. Taib Harun	Universitas Kebangsaan Malaysia	Rina Ambarwati	
		2. Mr. Robert John Ballard	Australian Strenght Conditioning Assoconiation		
		3. Dr. Noerlena Salamuddin	Universitas Kebangsaan Malaysia		
4. Prof. Dr. A. Purba, MS.,AIFO	Universitas Padjajaran				
	16.00 - Selesai	<b>PENUTUPAN</b>			

# DAFTAR ISI

Hal

<b>Kata Pengantar Dekan</b>	<b>i</b>
<b>Kata Pengantar Ketua Pelaksana</b>	<b>ii</b>
<b>Kata Pengantar Editor</b>	<b>iv</b>
<b>Jadwal Seminar</b>	<b>v</b>
<b>Daftar Isi</b>	<b>vii</b>
<b>Daftar Judul Makalah</b>	

Ambrosius Purba	Universitas Padjadjaran, Indonesia	Optimization Of The Physical Fitness In Community “Prevention and Treatment of The Degenerative Disease and Obesity Through Exercise by Applying Exercise Phisiology”	1
Agung Sunarno, R. Saifullah D. Sihombing	Medan State University	The Role Of Venue Management In Successful Of Sporting Events	20
Ahmad Ja’ais Bin Muhammad, Tajul Arifin Muhamad	Universiti Kebangsaan Malaysia	Faktor-Faktor Mempengaruhi Gaya Hidup Aktif di Arena Futsal	25
Alex Aldha Yudi, Moch. Asmawi	Padang State University, Jakarta State University	Sistem Energi dan Tuntutan Kondisi Fisik Dalam Permainan Sepakbola	33
Alnedral	Padang State University	<i>The Effects Of Teaching Method And Students’ Interest On Students’ Achievement In Volleyball (An Experimental Study)</i>	45
Alprodit Galatang	Manado State University	<i>Short Interval Running Exercise Did Not Increased Of Sgot-Sgpt Level In Male Student Of The Faculty Of Sports Sciences, Manado State University</i>	58

Anton Komaini	Padang State University	Studi Tentang Kepribadian Atlet Pencak Silat Kabupaten Kaur Provinsi Bengkulu	65
Atradinal	Padang State University	Peran Pengetahuan Manajemen dalam Pencapaian Kinerja Organisasi Olahraga	78
Bafirman	Padang State University	Influence Of Teacher Professionalism Of Sports Physical Education And Health In The Formation Of Students' Character	87
Bambang Abduljabar	Indonesia University of Education	<i>The Needs Of Changing In Paradigm Of Teaching Physical Education And Sport At Schools</i>	95
Beltasar Tarigan	Indonesia University of Education	Dampak Bersepeda Kesekolah Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Kesehatan Siswa	113
Dewi Endriani, Indah Verawati, Andarias Ginting	Medan State University	Pengembangan Model Pendidikan Jasmani Untuk Membentuk Karakter Siswa SD di Kota Medan	122
Dian Budiana	Indonesia University of Education	The Influence of Self Regulated and Traditional Learning Model On The Development of Students' Cognitive Process and Sport Enjoyment in Basketball Learning Process	137
Dimyati	Yogyakarta State University	<i>Initiated Efforts To Develop Sport Psychology To Build Indonesian Performance Sport</i>	148
Donie	Padang State University	Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Pelatih	158
<i>Eka Fitri Novita Sari</i>	Jakarta State University	<i>Parenting and Fundamental Movement Skills</i>	179
Emral	Padang State University	Konsep Dasar Latihan Kondisi Fisik Dalam Olahraga	188

Erizal N	Padang State University	Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Komando dan Pendekatan Melalui Tugas Terhadap Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar	200
Fahd Mukhtarsyaf , Achmad Sofyan Hanif	Jakarta State University	<i>Evaluation Program Of Development Circle For Basketball In West Sumatra (Study Chase On Pelatda Basketball Team In 2003)</i>	212
Fajar Apollo Sinaga	State University of Medan	Effect of virgin coconut oil on hematological parameters, malondialdehyde level and endurance performance in rat induced by maximal xviihysical activity	226
Gusril	Padang State University	Gross Motor Of Pupils In The Kindergarten And Development	239
Hary Muhardi Syaflin	SD Negeri 7 Lubuk Keliat Oganllir, Palembang	<i>The Influence Of Exercise Method And Motoric Ability On The Skill In Playing Sepaktakraw Of The Students Majoring In Sport Education In Binadarma University Palembang</i>	249
Hasmadi bin Ghaza, Mohd Taib bin Harun	Universiti Kebangsaan Malaysia	Aktiviti Perkhemahan Program Pendidkan Luar : Implikasi Terhadap Elemen Kesepaduan Dalam Kalangan Pelajar-Pelajar UMT	267
Hastria Effendi	Padang State University	Kontribusi Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Di Kecamatan Sungai Penuh Kota Sungai Penuh Tahun Pelajaran 2009-2010	289
Helmut Digel	University of Tübingen, Jerman	Perspectives of Sport in A Global World	295

Hidayat Humaid	Jakarta State University	<i>The Effect of Arms' Strength, Draw Length and Archery Techniques toward FITA Archery Recurve Achievement (Survey in Athletes National Archery Championship 2010)</i>	308
Iis Marwan	Universitas Siliwangi	Pembelajaran Jurus Tunggal Pencak Silat dengan Metode <i>Computer Based Training (CBT)</i>	322
Ika Novitaria Marani	Jakarta State University	<i>Relationship Of Interpersonal Communication And Motivation On Sport Performance</i>	336
Ishak Aziz	Padang State University	Penilaian Keterampilan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Melalui Pengamatan	346
Jaffry Zakaria, Mohd Taib Harun, Norlena Salamuddin	Universiti Kebangsaan Malaysia	<i>Natural Resources Diversity: Recreational Activities Attraction In Tanjung Malim, Perak, Malaysia</i>	359
Johansyah Lubis, Slamet Sukriadi	Jakarta State University	<i>Anticipation The Penalty Kick</i>	365
Jonni Siahaan	Universitas Cenderawasih (UNCEN) Papua	<i>Table Tennis Strokes Skill Development Of Students Through Learning Method, Feedback And Agility (An Experimental Study)</i>	376
Khaeroni	Jakarta State University	Long Service Exercise Comparison Between Immediate and Delayed Feedback On The Success Long-Services At Badminton Mental Retardation athletes (Soina) Dki Jakarta	389
Khairuddin	Padang State University	Differences Influence Learning Model Modified and Conventional Games for Middle School Students Physical Fitness Junior high school Padang	399

Leonardo Lubis, Nani M. Yazid	Universitas Padjadjaran	Physical Exercise Affect Brain Weight And Spatial Memory Of Wistar Rats	412
Lokman bin Yahaya, Mohd Taib b. Harun	Universiti Kebangsaan Malaysia	Hubungan Gaya Kepimpinan Transformasi Jurulatih Dengan Kepuasan Atlet Berprestasi Tinggi Dalam Sukan Berpasukan	426
Made Agus Dharmadi	Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja – UNDIKSA	Needs Assessment Study Guide For Safety In Learning Of Physical Education, Sport And Health (Pesh) In High School District At Buleleng	450
Marjohan HS	Padang State University	<i>Differences Learning Strategies And Emotional Intelligence Toward Motion Basic Skills Of Child Class V Elementary School In City Padang</i>	458
Marlinda Budinarsih, Nofi Marlina Siregar	Jakarta State University	<i>Risky Behaviors On High School Teenagers In North Jakarta Area</i>	472
Masrun	Padang State University	<i>Recovery In Exercise</i>	482
Mohamed Yuslan b. Mohd Yusoff	Universiti Kebangsaan Malaysia	Tanggapan Pelajar Kolej Matrikulasi Teknikal Terhadap Pelaksanaan Dan Keberkesanan Program Pendidikan Luar	488
Mohd Shahril Bin Shahidan, Mohd Taib Bin Harun	Universiti Kebangsaan Malaysia	Implikasi Latihan Pliometrik Terhadap Peningkatan Tahap Fleksibiliti Dan Dayatahan Otot (Satu Kajian Tes)	507
Nurul Ihsan	Padang State University	Pengaruh Media Pembelajaran (Video) Secara Global Dan Elementer Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pencak Silat Jurus Tunggal Pada Mahasiswa FIK UNP	520

Pringgo Mardesia, Achmad Sofyan Hanif	Jakarta State University	<i>The Experimental Study About Teaching Style and Achievement of Motivation of Students at Majors Physical Education Health and Recreation, Sport Science Faculty, State University of Padang, 2013</i>	531
Ballard R. J, Dewanti R. A, Sayuti S, Umar N	( ASCA ) Staf Ahli Komite Olahraga Nasional Indonesia, Provinsi Sumatera Barat, Jakarta State University, Padang State Universty	Correlation Between The Sum Of 8skinfolds To Predicted % Body Fat Range, Excluding Bmi As A Reliable Measure Of Body Composition Assessment For Well-Trained Athletes	542
Ramdan Pelana	Jakarta State University	<i>Fun Learning Management On The Subject Of Physical Education, Sport And Health</i>	558
Roma Irawan	Padang State University	Sport Organizational Characteristic in Building Achievement	567
Romi Mardela	Padang State University	Kinerja Komite Olahraga Provinsi Dalam Upaya Pemasaran Olahraga	575
Ruri Famelia	Padang State University	Mastery Motivational Climate Approach In Motor Skill Program For Children: Is That Applicable	590
Sabaruddin Yunis Bangun	Medan State University	<i>The Role Of Recreational Sport Toward The Development Of Sport Tourism In Indonesia In Increasing The Life Quality Of The Nation</i>	600
Saharuddin Ita	Universitas Cenderawasih (UNCEN) Papua	The Influences Of The Type Of Exercise And Leg Muscle Power Towards Breast Stroke Skills	612
Shamsuddin Bin Che Kasim, Ahmad Jais B. Muhammad Mohd Radzani B. Abd Razak	Universiti Kebangsaan Malaysia	Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Termasuklah Aktiviti Fizikal Dan Tahap Kesihatan Pelajar	624

Sutoro	Universitas Cenderawasih (UNCEN) Papua	Influecnce of Brain Gym To Calculation Achievement At Child Class V In Sd Inpres Kartika Sentani	634
Syahrastani	Padang State University	<i>The Difference of Learning Result on Breaststroke Swimming Techniques Between Fik UNP Student Which Taught by Structured Designed Media and Taught by Image Media</i>	641
Syahrial Bakhtiar	Universitas Negeri Padang	<i>Comparison Of Game Series Learning Strategy With Conventional Learning In Improving The Ability Of Fundamental Motor Skill Of Elementary School Students In Padang</i>	647
Taufiq Hidayah	Semarang State University	<i>Load Model Physical Exercise for Young Basketball Player</i>	658
Tjung Haw Sin	Padang State University	Peranan Konseling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet	668
Tri Setyo Guntoro	Universitas Cendrawasih (Uncen)	<i>The Effects Of Training Method And Motor Ability On The Javalin Throw Technique</i>	677
Umar	Padang State University	<i>The Effect of Low Impact and Mixed Impact Aerobic Exercise on Body Fat Percentages</i>	688
Wahyu Nopianto	Universitas Bina Darma Palembang	Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Gerak Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya O'Brien Mahasiswa Putera Universitas Bina Darma Palembang	697
Widiastuti	Jakarta State University	Game Approach On Learning Outcome Improvement In Pencak Silat Lecturing	715

Wilda Welis, Rimbawan, Ahmad Sulaeman, Hadi Riyadi	Padang State University	<i>The Effects Of Glycemic Index-Based Menu On Endurance Performance Of The College Athletes</i>	724
Yusmawati	Jakarta State University	<i>Learning Approach To Hand Eye Coordination And Learning Of Capture Cast Ball Kinesthetic</i>	738
Yusup Hidayat, Didin Budiman	Indonesia University of Education	The Influence of self-talk function on Learning Achievement of Badminton Basic Motor Skill and Self- Confidence	749
Zarwan	Padang State University	Pengetahuan Gizi Untuk Atlit	766
Willadi Rasyid	Padang State University	Profil lulusan ( <i>tracer study</i> ) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Tahun 2007- 2011	774
Samsuddin	Jakarta State University	Influences of teaching styles and motor educability on learned outcomes of volleyball	787
Mugiyo Hartono	Semarang State University	Multifunction Ball For Sport And Physical Education Health Education	799
Roesdiyanto	State University of Malang	The Influence Of Multiple Intelligence Approach On The Physical Education Learning Towards The Learning Result Of The Early-Age Child Character Improvement	816
Mohd Taib Harun, Norlena Salamuddin	Universiti Kebangsaan Malaysia	Promoting Social Skills Through Outdoor Education And Assessing Its' Effects	831