

**PELAKSANAAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER
PENCAK SILAT BAGI SISWA TUNAGRAHITA
RINGAN DI SLBN 1 PAINAN**

(deskriptif kualitatif)

SKRIPSI

untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
VIONA NURUT, ADHA
140031439

**JURUSAN PENDIDIKAN IJAR BIASA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN SKRIPSI

PELAKSANAAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT
BAGI SISWA TUNAGRAHITA RINGAN
DI SLB N 1 PAINAN

Nama : Viona Nurul Adha
Nim/Op : 14003149/2014
Jurusan/ Prodi : Pendidikan Luar Biasa
Fakultas : Ilmu Pendidikan

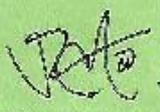
Padang, November 2019

Disetujui Oleh

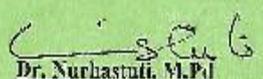
Pembimbing Akademik

Mahasiswa


Dra. Fatmawati, M.Pd
NIP.19580110 198503 2009


Viona Nurul Adha
NIM. 14003149

Mengetahui
Ketua Jurusan PLB FKIP UNI*


Dr. Nurhastuti, M.Pd
NIP.19681125 199702 2001

PENGESAHAN TTM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Jurusan Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa
Turagrahita Ringan di SLBN 1 Painan

Nama : Viona Nurul Adha

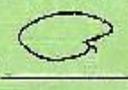
NIM/BP : 140031492014

Jurusan : Pendidikan Luar Biasa

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, November 2019

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Fatmawati, M.Pd.	1. 
2. Anggota	: Drs. Ardial, M.Pd.	2. 
3. Anggota	: Armaini, S.Pd. M.Pd.	3. 

Surat Pernyataan

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul " Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan di SLB N 1 Padang", adalah hasil karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepastakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Oktober 2019



Viona Nurul Adha

NIM/BP:14003149/2014

ABSTRAK

Viona Nurul Adha. 2019. “Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan di SLB N 1 Painan ” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi pada studi kasus pada sekolah luar biasa yang terdapat di Kab Pesisir Selatan yaitu SLB N 1 Painan. Studi kasus ini merujuk pada kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan.

Berdasarkan hasil *grand tour* yang peneliti lakukan, peneliti mengamati bahwa sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga, salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan merupakan olahraga bela diri pencak silat.

Perkembangan siswa melakukan kegiatan ini sangat baik, siswa mengikuti kegiatan dengan sangat baik. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif, yang difokuskan kepada pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, hambatan pada saat kegiatan berlangsung, dan cara mengatasi hambatan yang terjadi pada saat kegiatan terjadi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini yaitu pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dilaksanakan dalam waktu dua kali seminggu dan diajarkan dari dasar. Dalam pelaksanaannya terdapat hambatan pada semangat anak dalam latihan dan cara mengatasinya yaitu dengan guru lebih sabar lagi menghadapi serta kembali membangkitkan semangat siswa dengan memberikan hadiah.

Kata Kunci : Pencak Silat, Tunagrahita Ringan, Ekstakurikuler.



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UPT BAHASA UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Kampus UNP Jl. Prof. Hanka Air Tawar Padang 25131
Email bb@unp.ac.id Website <http://upthahasa.unp.ac.id>



ABSTRACT

Vinna Nurul Adha, 2019. The Implementation of Teaching Pencak Silat as the Extracurricular Activity to the Students with Mild Mental Retardation at SLB N 1 Paiman. Thesis. Padang: Department of Special Education, Faculty of Education, Universitas Negeri Padang.

This study is motivated by the case study conducted at SLB (a school for students with special needs) Negeri 1 Paiman, Pesisir Selatan District. The case study was addressed to pencak silat extracurricular activities for students with mild mental retardation. Based on the results of her grand tour, the researcher observed that this school was one of the schools administering sports extracurricular activities, one of which was pencak silat self-defense. The students' development in doing this activity was very good, and they followed the activities very well. This is a qualitative descriptive study focusing on the implementation of extracurricular activities, the obstacles during the activities, and the ways to overcome such obstacles. The data were collected using observation, interview and documentation techniques. The results of this study show that pencak silat as the extracurricular activity was carried out twice a week. The students were taught basic skills in pencak silat. The obstacle found in its implementation is related to the students' lack of enthusiasm during the exercise. To overcome such obstacles, the teacher is encouraged to be more patient in dealing with the students' attitude and to be more creative in re-awakening the students' enthusiasm such as giving gifts to the students who perform well.

Verified by:
Coordinator of Translation Bureau
UPT Bahasa UNP

Fauzia Rozani Syafei, MA
NIP. 19660424 199002 2 001

Follow us on :

IG: [unp_bahasa](https://www.instagram.com/unp_bahasa) | FB: [Balai Bahasa UNP](https://www.facebook.com/Balai-Bahasa-UNP) | Twitter: [upthahasaunp](https://twitter.com/upthahasaunp)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNYA kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Kegiatan Ektrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan di SLB 1 Painan” skripsi ini terdiri dari lima bab, Bab I Pendahuluan terdiri dari latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian. Bab II Landasan Teori terdiri dari hakekat ekstrakurikuler, pencak silat, siswa tunagrahitaringan dalam belajar pencak silat, penelitian relevan, dan kerangka konseptual. Bab III Metodologi Penelitian terdiri dari jenis penelitian, tempat penelitian, instrument penelitian, sampel sumber data, pengumpulan data dan teknik analisis data, rencana pengujian keansahan data. Bab IV Hasil dan Pembahasan terdiri dari deskripsi umur, deskripsi hasil penelitian, temuan hasil penelitian, dan pembahasan hasil penelitian. Dan yang terakhir Bab V Simpulan dan Saran, yang berisi simpulan dari hasil penelitian serta saran yang peneliti berikan

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dan juga kepada pihak – pihak yang telah membantu penulis dalam penulisan proposal ini. Kritik dan saran sangat penulis butuhkan untuk menunjang kesempurnaan skripsi ini.

Padang, November 2019

Viona Nurul Adha

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahman nirrahim. Puji dan syukur paling dalam peneliti ucapkan kepada yang Maha Esa, Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Karena dari Dia-lah segala sesuatunya dimulai, sumber kekuatan, tempat bergantung, meminta dan memohon. Peneliti mengucapkan terima kasih atas dukungan, bimbingan serta doa dari banyak pihak sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu peneliti mengucapkan kepada :

1. Untuk yang tersayang, terkasih dan tercinta Mama, Papa, Bg Rio, Bg Rizky terima kasih sudah menjadi supporter dibarisan depan menyelesaikan gelar sarjana ini. Untuk Mama, terima kasih perjuangan dan pengorbanan Mama selama ini, terima kasih selalu mensupport apapun Vio lakukan baik itu dalam prestasi ataupun pendidikan, maafkan anakmu yang belum mampu membalasnya. Untuk Papa terima kasih banyak telah menjadi pahlawan keluarga dan selalu menjadi penyemangat disetiap apapun yang Vio lakukan. Untuk Abg terima kasih untuk segalal support yang diberikan.
2. Ketua Jurusan PLB FIP UNP, Ibu Dr. Nurhastuti, S.Pd, M.Pd. Ibu, terima kasih banyak sudah memberikan kemudahan, kelancaran dalam urusan administrasi selama peneliti mengurus skripsi ini. Sekretaris Jurusan PLB FIP UNP, Bapak Drs. Ardisal, M.Pd. Terima Kasih banyak pak, atas Kemudahan dan semangat untuk peneliti menyelesaikan skripsi ini. Semoga bapak sehat selalu. Aamiin

3. Kepada pembimbing, Bapak Dra.Fatmawati, M.Pd. Terima kasih banyak Vio ucapkan kepada ibuk, sudah meminta Vio untuk belajar terus dan terus, sudah membimbing Vio dari awal kuliah hingga pengerjaan skripsi ini, telah mendukung dan memberi semangat kepada Vio untuk kegiatan diluar kampus dan juga selalu mengingatkan jangan lupa untuk menyelesaikan pendidikan. Semoga Ibuk selalu dilimpahi rahmat dan karunia oleh Allah SWT.
4. Kepada dewan penguji skripsi, Bapak Drs. Ardisal, M.Pd dan Ibu Armaini S.Pd, M.Pd terima kasih telah bersedia menjadi penguji skripsi saya sehingga skripsi yang saya buat menjadi lebih sempurna lagi. Kepada bapak ibu staf pegawai di lingkungan kampus PLB FIP UNP terima kasih telah membantu banyak hal selama saya berkuliah dan menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepala SLB Negeri 1 Painan, Pak Jamilus, S.Pd beserta majelis guru dan staff SLB Negeri 1 Painan. Atas segala kemudahan dan dukungannya dalam peneliti menyelesaikan penelitian ini.
6. Kepada Dugong a.k.a Kak Popy, Uni Cebong (uni Ilva), Cipir, mbak Ola, Tata, Iput, Ridho Perosa terima kasih sudah mau mendengarkan keluhan dari saya yang selalu penuh drama ini terima kasih untuk nasehat, petuah, petualangan, dan pengalaman yang berharga. Semoga suatu hari nanti kita bisa bertualang lagi. Terima kasih telah menemani penelitian (khusus Dugong)
7. Kepada Haris Pratama, terima kasih atas nasehat dan semangat yang sudah diberikan dan terima kasih atas segala bantuan yang telah diberikan.
8. Kepada keluarga besar perguruan PS KPHC Tuan Gadang Batipuah Padang Panjang terima kasih telah menjadi keluarga dan rumah kedua bagi Vio

selama ini, terima kasih telah menjadi tempat untuk menambah ilmu dan kemandirian, terima kasih kepada nasehat-nasehat yang telah diberikan. Kepada PPLP Sumbar terima kasih pengalaman suka maupun dukanya selama berada di asrama dan terima kasih juga telah menjadi tempat untuk melanjutkan prestasi yang ada.

9. Rekan-rekan angkatan 2014 semuanya, terima kasih banyak atas pengalaman selama ini.
10. Kepada semua pihak yang sudah menolong tetapi tidak bisa disebutkan satu-persatu.

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
ABSTRACK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	
A. Ekstrakurikuler	7
1. Pengertian Ekstrakurikuler	7
2. Fungsi dan Tujuan Esktrakurikuler	8
3. Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler	9
4. Kegiatan Ekstrakurikuler.....	10
5. Evaluasi Kegiatan Ekstrakurikuler	13
B. Pencak Silat	14
1. Pengertian Pencak Silat	14
2. Kaidah Pencak Silat.....	15
3. Hakikat Pencak Silat.....	15
4. Aspek Pencak Silat	16
5. Perguruan Pencak Silat.....	17
6. Organisasi Pencak Silat	18

7. Teknik Dasar Pencak Silat.....	18
8. Kategori Tunggal.....	33
9. Kategori Ganda.....	34
10. Kategori Beregu.....	35
C. Siswa Tunagrahita Ringan Dalam Belajar Pencak Silat	35
D. Penelitian Yang Relevan	36
F. Kerangka Berpikir	36
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Metode , dan Alasan Menggunakan Metode	38
B. Tempat Penelitian	38
C. Instrumen Penelitian	38
D. Sampel Sumber Data	39
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
F. Teknik Analisis Data	41
G. Rencana Pengujian Keabsahan Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHSAN	45
A. Deskripsi Umur.....	45
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	46
C. Temuan	49
D. Pembahasan Hasil Penelitian	51
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	55
A. Simpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR RUJUKAN	58
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir Peneliti	37
---	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah Yang Maha Kuasa mempunyai hak yang melekat pada dirinya yang dibawa semenjak lahir sebagai anugerah dari Allah. Manusia mempunyai berbagai hak dan kewajiban yang sama dan juga harus terpenuhi, salah satu hak yang harus terpenuhi pada manusia yaitu hak untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Termasuk bagi siswa yang memiliki hambatan baik itu dari segi fisik, mental ataupun intelegensi, mereka berhak untuk mendapatkan pelayanan pendidikan.

Pelayanan pendidikan terdiri dari pelayanan pendidikan akademik dan pelayanan pendidikan non akademik. Adapun pelayanan pendidikan akademik yaitu, pembelajaran yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan sedangkan pelayanan non akademik yaitu ekstrakurikuler.

Ekstrakurikuler merupakan salah satu kegiatan belajar yang dilakukan di luar kelas oleh pihak sekolah dalam rangka membimbing dan melatih kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan diluar proses belajar mengajar baik itu dilakukan didalam lingkungan sekolah maupun diluar sekolah, dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan serta bakat yang telah dimiliki oleh siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler yang ada disekolah salah satunya yaitu olahraga pencak silat. Pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri yang berasal dari Indonesia, pencak silat sendiri diartikan sebagai permainan / keahlian yang mempunyai unsur elak dan serang untuk mempertahankan diri dari serangan lawan baik itu menggunakan atau tanpa senjata. Ekstrakurikuler pencak silat tidak hanya diperuntukkan untuk anak normal saja namun juga untuk anak berkebutuhan khusus salah satunya anak tunagrahita.

Anak tunagrahita adalah anak yang memiliki tingkat kecerdasan dibawah rata-rata sehingga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas tugas akademik, menjalin komunikasi, serta hubungan sosial. Anak tunagrahita memiliki tiga klasifikasi salah satunya yaitu tunagrahita ringan yang mana tingkat kecerdasan tunagrahita ringan berkisaran 50 – 70, mereka juga termasuk kelompok mampu didik, masih bisa diajarkan membaca, menulis, dan berhitung. Anak tunagrahita ringan biasanya mampu menyelesaikan pendidikan setingkat kelas IV pada sekolah dasar umum. Anak yang tergolong tunagrahita ringan memiliki kelebihan dan kemampuan serta kondisi fisik mereka yang tidak terlalu mencolok.

Berdasarkan hasil *grand tour* yang peneliti lakukan di SLB N 1 Painan, peneliti mengamati bahwa sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Peneliti memperoleh gambaran bentuk sekolah yang sangat bagus serta memiliki halaman yang sangat memadai bagi peserta didik untuk melakukan segala aktivitas dengan keinginan siswa.

Setelah peneliti sudah berada di ruang lingkup sekolah, peneliti menemukan satu kelompok siswa yang melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yaitu pencak silat. Peneliti melihat siswa sangat antusias dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini berjumlah sebanyak tiga orang siswa dan memiliki hambatan tunagrahita ringan. Awal mula siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini berawal dari ajakan dari guru pembimbing. Setelah siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini siswa merasakan manfaatnya seperti siswa menjadi lebih sehat, fisik siswa menjadi lebih kuat, siswa menjadi lebih aktif bergerak dan mampu melindungi diri sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah, menyatakan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ini dilakukan untuk mengetahui minat dan bakat siswa dibidang olahraga khususnya dipencak silat dan nantinya bisa dikembangkan diluar sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini dilaksanakan secara bertahap dan diajarkan dari gerakan yang paling dasar sehingga pencak silat ini mudah dipahami dan dipelajari oleh siswa. Hal ini sejalan dengan pernyataan guru pembimbing ekstrakurikuler pencak silat bahwa siswa dilatih pencak silat dengan cara yang bertahap sehingga siswa dapat lebih mudah memahami dan melakukan gerakan pencak silat mengingat yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini adalah siswa tunagrahita ringan.

Dari beberapa jenis ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SLB N 1 Painan, peneliti sangat tertarik pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga pencak

silat, selain karena siswa tunagrahita ringan sangat antusias mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini, guru pembimbing juga ingin mengetahui apa saja bakat yang dimiliki oleh siswa dan juga kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut juga berkembang. Dimana siswa tidak hanya mengembangkan kemampuan pencak silat dilingkungan sekolah saja, akan tetapi siswa bisa menggunakan kemampuan pencak silatnya dalam penampilan acara pentas seni sekolah maupun di luar sekolah.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pelaksanaan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan Di SLB N 1 Painan”.

B. Fokus Penelitian

Agar peneliti lebih fokus dan terarah, penelitian ini di fokuskan pada :

1. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.
2. Kendala yang dihadapi oleh guru pembimbing saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.
3. Usaha yang dilakukan oleh guru dalam menghadapi kendala pada pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan peneliti dalam latar belakang dan fokus penelitian, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

“Bagaimanakah Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan di SLBN 1 Painan?”.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan bagaimana pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.
2. Mendeskripsikan apa saja kendala yang dihadapi guru saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.
3. Mendeskripsikan bagaimana usaha guru dalam mengatasi kendala saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian perlu dirumuskan agar hasil penelitian yang diperoleh berguna untuk apa dan siapa. Adapun manfaat penelitian antara lain adalah sebagai berikut.

1. Bagi guru pembimbing
Dapat dijadikan sebagai acuan dalam melatih ABK untuk meningkatkan kemampuan ABK agar lebih baik lagi.
2. Bagi peneliti

Dapat menambah pengalaman dalam melatih ABK dalam pencak silat, serta menambah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang cara melatih ABK dalam pencak silat. Dan juga bisa diterapkan dikemudian hari.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadi acuan dan bahan referensi untuk melaksanakan ataupun melanjutkan penelitian tentang ABK berlatih pencak silat.

4. Bagi Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI)

Bisa memasukkan cabang olahraga pencak silat sebagai salah satu cabang olahraga di *Paralympic*, baik itu untuk daerah, nasional maupun internasional. Agar bakat – bakat yang ada pada dalam diri ABK bisa tersalurkan dan menjadi prestasi yang membanggakan terutama pencak silat.