

**ANALISIS DESKRIPTIF PROSES PEMBELAJARAN BELADIRI
KARATE DI SMA NEGERI 1 PURWAKARTA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh

Nazmi Is'addin Nur'aini

NIM 1701459

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2021

Nazmi Is'addin Nur'aini, 2021
*ANALISIS DESKRIPTIF PROSES PEMBELAJARAN BELADIRI KARATE DI SMA NEGERI 1
PURWAKARTA*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

NAZMI IS'ADDIN NUR'AINI
ANALISIS DESKRIPTIF PROSES PEMBELAJARAN BELADIRI
KARATE DI SMA NEGERI 1 PURWAKARTA

Oleh:

Nazmi Is'addin Nur'aini

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Nazmi Is'addin Nur'aini

Universitas Pendidikan Indonesia

Januari 2021

Hak cipta dilindungi undang – undang

Skripsi ini tidak boleh diperbaiki seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang,
difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin penulis.

NAZMI IS'ADDIN NUR'AINI
ANALISIS DESKRIPTIF PROSES PEMBELAJARAN BELADIRI
KARATE DI SMA NEGERI 1 PURWAKARTA

disetujui dan disahkan oleh pembimbing

Pembimbing I



Dr. Yudy Hendrayana M.Kes, AIFO

NIP.196207181988031004

Pembimbing II



H. Carsiwan, M.Pd

NIP.197101052002121001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.

NIP. 196808301999031001

ABSTRAK

ANALISIS DESKRIPTIF PROSES PEMBELAJARAN BELADIRI KARATE DI SMA NEGERI 1 PURWAKARTA

Oleh : Nazmi Is'addin Nur'aini

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO

Pembimbing II: H. Carsiwan, M.Pd

Proses pembelajaran beladiri karate dalam pembelajaran penjas pada dasarnya mencakup tiga kegiatan pokok yaitu perencanaan, proses, dan evaluasi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran proses pembelajaran beladiri karate di SMA Negeri I Purwakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif eksploratif. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara terstruktur dengan subjek seorang guru PJOK. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif, dengan analisis data yang dilakukan adalah reduksi data, display data dan interpretasi data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran beladiri karate mempunyai tujuan pembelajaran yang ingin dicapai oleh guru PJOK yang mengutamakan pada keterampilan psikomotor siswa dan membuat siswa sehat dan bugar secara jasmani. Sejalan dengan tujuannya, Perencanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru yaitu dengan mengidentifikasi karakteristik siswa dan mengembangkannya melalui pembelajaran. Proses pembelajaran yang terjadi cenderung pada keaktifan siswa untuk bergerak. Guru mengevaluasi pembelajaran untuk kemampuan kognitif dan afektif siswa, selain melihat dari proses nya juga dari hasil tes yang dilakukan oleh guru, sedangkan untuk kemampuan afektif siswa, guru hanya melihat siswa yang mudah diingat dengan sikap baik dan buruk nya saja.

Kata Kunci : Proses Pembelajaran, Beladiri Karate

ABSTRACT

DESCRIPTIVE ANALYSIS OF KARATE LEARNING PROCESS IN SMA NEGERI 1 PURWAKARTA

By : Nazmi Is'addin Nur'aini

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO

Pembimbing II: H. Carsiwan, M.Pd

Karate learning process in physical education includes 3 main activities, namely planning, execution, and evaluation. The purpose of this research is to obtain overview of karate learning process in SMA Negeri 1 Purwakarta. This research uses descriptive explorative method. The Data collection methods that is used were a structuralized interview with a physical education teacher as subject. Data analysis techniques used in this research is qualitative data analysis was performed by data reduction, data display and data interpretation. Results of this research shows that karate learning process has goals to be achieved by the teacher emphasizing the psychomotor skills of students and making students can be healthy and fit physically. Along with its purpose, Learning plan carried out by the teacher is to identify the characteristics of students and develop through learning. This learning process that occurs emphasizes the activeness of students to move. Teacher will have to evaluates learning for students 'cognitive and affective abilities, apart from the process by looking through at the results of tests conducted by the teacher, while for students' affective abilities, teachers tend to only see students who are easy to remember his good and bad attitudes.

Keywords: Learning Process, Karate

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMAKASIH	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	2
2.1 Pembelajaran	2
2.2 Proses Pembelajaran	10
2.2.1 Perencanaan Pembelajaran	17
2.2.2 Proses Pembelajaran	19
2.2.3 Evaluasi Pembelajaran	20
2.3 Pembelajaran Beladiri	24
2.4 Hakikat Beladiri Karate	25
2.4.1 Pengertian Karate	25
2.4.2 Kihon (Teknik Dasar)	27
2.4.3 Teknik Pukulan (Tsuki)	27
2.4.4 Teknik Tendangan (Gery)	27
2.4.5 Tangkisan (Uke)	28

2.4.6	Kata	29
2.4.7	Kumite	30
2.5	Kerangka Berfikir	33
BAB III	METODE PENELITIAN	37
3.1	Metode Penelitian	37
3.2	Desain Penelitian Deskriptif Eksploratif	37
3.3	Partisipan dan Tempat Penelitian	38
3.4	Populasi dan Sampel	38
3.5	Subjek Penelitian	39
3.6	Pengumpulan Data	39
3.7	Instrumen Penelitian	39
3.8	Analisis Data	41
BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	43
4.1	Temuan	43
4.2	Pembahasan Hasil Temuan	46
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	52
5.1	Kesimpulan	52
5.2	Saran	53
	DAFTAR PUSTAKA	55
	LAMPIRAN – LAMPIRAN	59

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilian Sungkawa, R. (2015). *Dampak Latihan Kelincahan Terhadap Peningkatan Serangan Tendangan Teknik Mawashi Geri Pada Cabang Olahraga Karate*.
- Alnedral. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Kencana.
- Anugrah Dilandes, A., & Zefiter, lil. (2020). *Implementation Of Physical Education Learning in Public Senior High Schools*. 4, 45–56.
<https://doi.org/https://doi.org/10.34004/jurgupenprof.412020.05>
Implementation
- Ardiansah, H. (2019). *Hubungan Fleksibilitas Dengan Kelincahan Dan Daya Tahan Otot Tungkai Atlet Kumite Cabang Olahraga Karate*. 6–22.
- Bahri Djamarah. (2017). *Strategi Belajar*. *Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman* Vol. 03 No. 2 Desember 2017 e-ISSN : 2460-2345, p-ISSN: 2442-6997
Web: jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/index.php/F
- Bloom, & Utari, R. (1942). *Taksonomi bloom*.
file:///C:/Users/user/Downloads/766_1-Taksonomi Bloom - Retno-ok-mima.pdf
- Darmawan, D. (2013). *Konsep Dasar Pembelajaran*. In *Kurikulum Pembelajaran* (pp. 1–25).
- Dimiyati, *Belajar dan Pembelajaran* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1998), hlm.1-2
- Emad, B., Atef, O., Shams, Y., El-Kerdany, A., Shorim, N., Nabil, A., & Atia, A. (2020). iKarate: Improving Karate Kata. *Procedia Computer Science*, 170(2019), 466–473. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2020.03.090>
- Hanafy, M. S. (2014). *Konsep belajar dan pembelajaran*. *LENTERA PENDIDIKAN, VOL. 17 NO. 1 JUNI 2014: 66-79*
- Heinich, R., Molenda, M., Russel, J., & Smaldino, S. (2001). *Instructional Media*

And Technologies For Learning. 3.

- Hermawan, A. H., & Susilana, R. (2006). *Kurikulum Pembelajaran. Konsep Dasar Kurikulum, 1-16*. Retrieved from http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/196209061986011-AHMAD_MULYADIPRANA/PDF/Konsep_Dasar_Kurikulum.pdfIzzaty, R. E., Triyanto, A., & Kusmaryani, R. E. (2007). *Perkembangan peserta didik*. 95–104.
- Kadir, A. (2011). *KIHON (Gerakan Dasar)*. 1–29.
- Kurland, H. L. (n.d.). *Cedera di Karate*. 3847(1980), 80–85.
- Lintong, S. (n.d.). *KARATE MARTIAL ART CENTER IN MANADO (ANALOGY DIRECT ART IN DEFENCE)*. *pembimbing 1*, 195–206.
- Lutan Rusli dan Adam Suherman. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta. Depdiknas.
- Majid, Abdul. (2007). *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Maksum (2009). *Kualitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah: August 2008*, 1-14.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (35 ed.). PT. REMAJA ROSDAKARYA.
- Mudjiyanto, B. (2018). *TIPE PENELITIAN EKSPLORATIF KOMUNIKASI*. 65-67.
- Mukmin. (2004). *Desain Pembelajaran*. (UNY); Yogyakarta: Program Pasca Sarjana
- Muslich. (2014). *KTSP Pembelajaran Berbasis Kompetensi dan Konstektual*.
- Nasional, U. S. P. (2003). *Undang-undang sistem pendidikan nasional*.
- Nasution. (2008). *Asas-asas Kurikulum*. Jakarta : Bumi Aksara
- Nasution S. (2005). *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar*. 34.

- Nur Alif, M. (2016). *Pengaruh Teknik Pembelajaran Dan Self Determination Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Beladiri Karate (Kihon) Dalam Pembelajaran Pjok*. 1–9.
- Nur Alif, M. (2018). *BELAJAR BELADIRI*. 21-26 : Ksatria Siliwangi
ISBN: 978-602-51061-2-5
- Sadih, R. (2017). *Pengaruh Model Pembelajaran Dan Konsentrasi Terhadap Hasil Belajar Kata Satu (Heian Shodan) Pada Pembelajaran Karate Di Kelas X Sma Negeri 1 Baleendah Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu*. 1–8.
- Sagitarius. (2008). *Tingkat Kecerdasan Emosional (Eq), Motivasi Berprestasi Dan Peningkatan Prestasi Karateka Jawa Barat*. *Jurnal Kevelatihan Olahraga*, 1(1), 31–41.
- Sagitarius. (2010). *Hubungan Kondisi Fisik Dan Agresivitas Dengan Penampilan (Performance) Atlet Dalam Pertandingan Karate Nomor Kumite*. *Jurnal Kevelatihan Olahraga*, 3(1), 50–56.
- Sanjaya, W. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta
- Simanjuntak, V., Marta, D., & Wijaya, T. (2004). *Teknik dasar karate*. Jakarta : Cerdas Jaya, 2004.
- Sudjana. (2002). *Dasar-dasar Proses Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : UNY Press
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
Bandung: Alfabeta.

- Sujoto, J. (2002). *Teknik oyama karate Seri KIHON*. Elex Media Komputindo.
- Sulfemi, W. B. (2020). *Hubungan Sarana Prasarana Sekolah*. 22(1), 1–19.
- Suprihatiningrum, J. (2013). *Strategi pembelajaran: teori & aplikasi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Victorianus, P. (2012). *Kumpulan Artikel Karate-Do*. Jakarta: INKAI PUSAT.
- Wahid, A. (2007). Shotokan. *Karate. Journal Karate*. Jakarta; Penerbit: PT Raja Grafindo Persada
- Wina Sanjaya. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. 102.
- Words, K. E. Y. (2007). *DIFFERENT VARIATIONS OF THE KARATE TECHNIQUE MAWASHI-GERI* Peter Emmermacher , Kerstin Witte , Sören Bystryzcki and Jana Potenberg Department of Sports Science , Otto-von Guericke-Universität Magdeburg. 289–292.
- World Karate Federation Team. (2015). *KATA AND KUMITE COMPETITION RULES REVISION 9.0*.
- Wulan, E. R., & Rusdiana. (2014). *EVALUASI PEMBELAJARAN Dengan Pendekatan Kurikulum 2013*. Bandung: Pustaka Setia Bandung
- Zago, M., Codari, M., Iaia, F. M., Sforza, C., Zago, M., Codari, M., Iaia, F. M., Sforza, C., & Zago, M. (2016). *Multi-segmental movements as a function of experience in karate* *Multi-segmental movements as a function of experience in karate*. 0414(September), 2–10.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1223332>
- Zukhruf, R. (2020). *Analisis Deskriptif Tujuan Dan Proses Pengajaran Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Mts. Yamisa Soreang* (Vol. 21, Issue 1).

