METODE PELATIH DALAM MENGAJARKAN TEKNIK DASAR PENCAK SILAT KEPADA SISWA DI SDN 110/IV KOTA JAMBI

Dalil Hilmi Syari[1)], Fitri Diana[2)], Bangkit Yudho Probowo[3)]

[1)]Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia
Email: dalilhilmi206@gmail.com
[2)]Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia
Email: fitridiana16@unja.ac.id
[3)]Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia
Email: yudhoprabowobangkit@unja.ac.id

Abstract
Preliminary observations conducted at SDN 110/IV Jambi City in September 2025 showed that the practice process of basic pencak silat techniques among elementary school students has not been running fully optimal. The delivery of material such as stances (kuda-kuda), guard postures (sikap pasang), punches, and kicks is still conducted generally without clear training stages and without individual movement correction reinforcement. In practice, several students appeared unable to display movements with appropriate coordination and technical precision, causing the mastery process of basic skills to run less than maximally. The purpose of this research is to describe the application of the demonstration method used by the coach in teaching basic pencak silat techniques to students in extracurricular activities at SDN 110/IV Jambi City, and to identify the supporting and inhibiting factors faced by the coach in teaching these basic techniques. This research employs a qualitative approach with a descriptive research type. It utilizes purposive sampling by selecting informants who have direct involvement in the pencak silat extracurricular activities at the school, such as the pencak silat coach and participating students. The results indicate that the coach has applied a method suitable for beginner students, implementing a consistent pattern for all basic techniques: direct modeling followed by student imitation, with an emphasis on mastering correct movements through repetition and assistance. Each technique receives treatment adjusted to its difficulty level—some are emphasized through habituation, some through direct correction, and others through personal assistance to ensure student success. Beginner students still experience difficulties in understanding and performing basic techniques because they are children and require time to learn. The coach teaches movements by providing direct examples, which the students then follow. If any movement is incorrect, the coach immediately provides guidance and corrections. During the practice, students showed a good, engaging, and enthusiastic response. Student abilities also began to develop, although there are still some students who need guidance to perform movements more accurately.
Keywords: Coach Method, Teaching Basic Techniques, Pencak Silat to Students

Abstrak
Pengamatan awal yang dilakukan di SDN 110/IV Kota Jambi pada bulan September 2025 memperlihatkan bahwa proses latihan taknik dasar pencak silat pada siswa sekolah dasar belum sepenuhnya berjalan secara optimal. Penyampaian materi seperti kuda-kuda, sikap pasang, pukulan, dan tendangan masih dilakukan secara umum tanpa tahapan latihan yang jelas serta tanpa penguatan koreksi gerak secara individual. Dalam praktiknya, beberapa siswa terlihat belum mampu menampilkan gerakan dengan koordinasi dan ketepatan teknik yang sesuai, sehingga proses penguasaan keterampilan dasar berjalan kurang maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan metode demonstrasi yang digunakan pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa pada kegiatan ekstrakurikuler di SDN 110/IV Kota Jambi. Untuk mengetahui faktor pendukung dan faktor penghambat yang dihadapi pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa di SDN 110/IV Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan memilih informan yang memiliki keterlibatan langsung dalam kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di sekolah, seperti pelatih pencak silat, siswa yang mengikuti latihan. Hasil perhitungan pelatih telah menerapkan metode yang cocok untuk siswa pemula, pelatih menerapkan pola yang konsisten untuk seluruh teknik dasar: peragaan langsung diikuti peniruan siswa, dengan penekanan pada penguasaan gerakan yang benar melalui pengulangan dan pendampingan. Setiap teknik mendapat perlakuan yang disesuaikan dengan tingkat kesulitannya ada yang ditekankan pada pembiasaan, ada yang koreksi langsung, dan ada yang pada bantuan personal sehingga siswa berhasil. Siswa pemula masih mengalami kesulitan dalam memahami dan melakukan teknik dasar karena masih anak-anak dan membutuhkan waktu untuk belajar. Pelatih mengajarkan gerakan dengan memberikan contoh secara langsung, kemudian siswa mengikuti gerakan tersebut. Jika ada gerakan yang salah, pelatih langsung memberikan arahan dan memperbaikinya. Selama latihan, siswa menunjukkan respons yang baik, asik, dan semangat. Kemampuan siswa juga mulai berkembang, meskipun masih ada beberapa siswa yang perlu dibimbing agar bisa melakukan gerakan dengan lebih benar.
Kata Kunci: Metode Pelatih, Mengajarkan Teknik Dasar, Pencak Silat Kepada Siswa

PENDAHULUAN

Proses melatih teknik dasar pencak silat kepada pemula memerlukan pendekatan yang terencana dan sistematis agar materi dapat dipahami dengan baik serta sesuai dengan tahapan perkembangan peserta didik. Dalam hal ini, peran pelatih menjadi sangat penting karena pelatih tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai pengarah dalam membentuk gerak, sikap, dan pemahaman dasar pencak silat secara bertahap.

Metode yang diterapkan pelatih menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran teknik dasar pencak silat bagi pemula. Pemilihan metode yang tepat dapat membantu siswa memahami setiap gerakan secara bertahap, meningkatkan keterampilan, serta menyesuaikan proses latihan dengan kemampuan dan karakteristik siswa

Oleh karena itu, pelatih perlu memperhatikan tahapan latihan yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan pesilat pemula. Pemberian sikap dasar dan gerak dasar menjadi fondasi penting sebelum peserta latihan diperkenalkan pada teknik pukulan, tendangan, maupun jatuhan. Melalui penguasaan dasar yang baik, pesilat pemula diharapkan mampu mengembangkan koordinasi gerak serta kesiapan fisik secara bertahap. Selain itu, penerapan tahapan latihan yang tepat juga berfungsi untuk meminimalkan risiko cedera dan meningkatkan efektivitas proses pembelajaran pencak silat. Dengan demikian, metode pelatih dalam Menyusun dan melaksanakan materi latihan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pesilat pemula dalam menguasai teknik dasar pencak silat (Agung, 2000).

Penerapan tahapan latihan yang tersusun secara berurutan memungkinkan pesilat pemula memahami dan menguasai gerak dasar secara lebih optimal. Penanaman sikap dan gerak dasar sejak awal membantu membentuk keseimbangan, koordinasi, serta kesiapan fisik sebelum peserta menerima teknik yang lebih kompleks. Oleh sebab itu, kemampuan pelatih dalam merancang dan melaksanakan metode latihan yang sesuai menjadi penentuan keberhasilan melatih teknik dasar pencak silat bagi pemula.

Menurut Sahabuddin et al. (2020), permasalahan dalam latihan pencak silat masih berkaitan dengan keterbatasan penguasan materi dan metode pengajaran yang digunakan oleh pelatih, sehingga proses latihan belum optimal. Kondisi tersebut sejalan dengan pengalaman praktis di lapangan yang menunjukkan bahwa metode pelatih dalam mengajarkan teknik dasar kepada pemula belum sepenuhnya disesuaikan dengan karakteristik peserta latihan, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut mengenai metode pelatihan pencak silat yang efektif.

Pengamatan awal yang dilakukan di SDN 110/IV Kota Jambi pada bulan September 2025 memperlihatkan bahwa proses latihan teknik dasar pencak silat pada siswa sekolah dasar belum sepenuhnya berjalan secara optimal. Penyampaian materi seperti kuda-kuda, pukulan, dan tendangan masih dilakukan secara umum tanpa tahapan latihan yang jelas serta tanpa penguatan koreksi gerak secara individual. Dalam praktiknya, beberapa siswa terlihat belum mampu menampilkan gerakan dengan koordinasi dan ketepatan teknik yang sesuai, sehingga proses penguasaan keterampilan dasar berjalan kurang maksimal.

Selain itu, penerapan metode pelatih dalam mengelola metode latihan, memberikan demonstrasi, serta melakukan evaluasi belum menunjukkan pola yang terstruktur dan berkesinambungan. Kondisi ini berdampak pada perbedaan tingkat penguasaan teknik dasar antar siswa, terutama bagi peserta didik yang masih berada pada tahap pemula. Padahal, pada usia sekolah dasar, pendekatan latihan yang sistematis, bertahap, serta disertai umpan balik yang tepat sangat dibutuhkan untuk membantu perkembangan keterampilan motorik secara efektif.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian mengenai metode pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada pemula menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai bentuk strategi yang diterapkan, sekaligus menjadi bahan evaluasi dan rekomendasi dalam meningkatkan kualitas latihan pencak silat di lingkungan sekolah dasar, khususnya di SDN 110/IV Kota Jambi.

Berbagai penelitian terdahulu menegaskan bahwa metode pelatih memegang perana penting dalam proses pengajaran teknik dasar pencak silat kepada pemula, terutama dalam menyampaikan intruksi gerak, memberikan demonstrasi yang tepat, serta membangun motivasi dan kepercayaan diri peserta latih (D. A. A. Nasution, 2024). Namun, berdasarkan pengalaman praktis di lapangan, masih dijumpai pelatih yang belum menerapkan metode pelatihan secara sistematis dan sesuai dengan karakteristik pemula, sehingga proses pelatihan teknik dasar pencak silat belum berjalan efektif dan berpotensi menghambat perkembangan keterampilan peserta latih.

Perbedaan tingkat penguasaan teknik dasar pencak silat pada peserta pemula menunjukkan bahwa strategi pelatih dalam merancang dan menerapakan metode pelatihan menjadi aspek yang sengat menentukan, karena pendekatan latihan yang tidak bertahap dan kurang kontekstual dapat menghambat proses pemahaman gerak dasar. Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya dan praktik pelatihan di sekolah, metode yang menekankan latihan terstruktur, demonstrasi langsung, serta pendampingan intensif terbukti lebih efektif dalam membantu pemula memahami teknik dasar pencak silat secara optimal (Suyudi et al., 2025).

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di SDN 110/IV Kota Jambi, masih ditemukan permasalahan pada metode latihan yang digunakan, di mana penyampaian materi cenderung belum terstruktur, kurang bervariasi, serta belum sepenuhnya disesuaikan dengan karakteristik peserta didik pemula, sehingga berdampak pada kurang optimalnya pemahaman dan penguasaan teknik dasar oleh siswa.

Selain itu, pemberian koreksi dan umpan balik terhadap kesalahan gerak belum dilakukan secara

konsisten kepada setiap peserta didik. Kondisi ini menyebabkan masih adanya kesalahan teknik yang berulang dan kurangnya peningkatan keterampilan secara signifikan. Variasi metode latihan yang terbatas juga berdampak pada rendahnya keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Permasalahan tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengkaji lebih mendalam mengenai strategi pelatih yang diterapkan dalam melatih teknik dasar pencak silat bagi pemula. Dengan demikian, penelitian ini menjadi penting untuk memberikan gambaran nyata mengenai bentuk strategi yang digunakan serta upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran di SDN 110/IV Kota Jambi.

Masalah penelitian ini menegaskan bahwa efektivitas latihan teknik dasar pencak silat bagi pemula sangat dipengaruhi oleh metode yang diterapkan pelatih dalam tahap persiapan, dan penilaian latihan. Hasil penelitian Neti & Jamaris (2020) menunjukkan bahwa metode latihan yang dirancang secara sistematis mampu meningkatkan keaktifan, kedisiplinan, serta penguasaan gerak peserta latihan silat, khususnya pada kelompok usia pemula. Temuan tersebut diperkuat oleh pengalaman praktis di lapangan yang memperlihatkan bahwa pelatih yang belum memiliki keseragaman metode pelatihan cendurung menyampaikan materi teknik dasar secara kurang terstruktur dan tidak selalu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan peserta didik pemula. Kondisi ini berpotensi menghambat proses internalilasi teknik dasar pencak silat secara optimal, sehingga diperlukan kajian mendalam mengenai metode pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada pemula agar proses latihan berlangsung efektif, terarah, dan sesuai dengan kebutuhan peserta.

Kajian yang ada selama ini belum secara khusus membahas metode pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat pemula sesuai tahapan latihan, serta belum pernah dilakukan kajian di SDN 110/IV Kota Jambi, sehingga penelitian ini diarahkan untuk mengisi kekosongan tersebut.

Ekstrakurikuler pencak silat di SDN 110/IV Kota Jambi yang baru berjalan selama kurang lebih dua tahun masih berada pada tahap awal pengembangan pembinaan peserta didik. Kondisi tersebut menuntut pelatih untuk merancang proses latihan yang menekankan pengenalan dan penguasaan teknik dasar pencak silat secara sederhana dan bertahap, mengingat peserta ekstrakurikuler merupakan anak-anak usia sekolah dasar. Pada usia ini, kemampuan fisik, koordinasi gerak, serta daya konsentrasi peserta didik masih berkembang, sehingga pelatih perlu menyesuaikan metode pelatihan dengan karakteristik anak, seperti penggunaan pendekatan bermain, pemberian contoh gerak yang mudah dipahami, serta penekanan pada aspek keselamatan agar proses latihan berjalan efektif dan menyenangkan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini diarahkan secara spesifik pada pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SDN 110/IV Kota Jambi. Penelitian dengan judul "Metode Pelatih Dalam Mengajarkan Teknik Dasar Pencak Silat Kepada Siswa di SDN 110/IV Kota Jambi" ini menitikberatkan kajian pada praktik latihan yang diterapkan pelatih dalam mengenalkan dan mengembangkan teknik dasar pencak silat sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar. Pemusatan kajian pada satu satuan pendidikan ini diharapkan mampu menghasilkan analisis yang lebih mendalam dan relevan dengan kondisi nyata pembinaan pencak silat yang berlangsung di SDN 110/IV Kota Jambi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 110/IV Kota Jambi sebagai lokasi yang menjadi tempat berlangsungnya ekstrakurikuler pencak silat kepada peserta didik sekolah dasar. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada bulan mei.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Annasthasya et al. (2025) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif berorientasi pada upaya memahami makna dan pengalaman subjek dalam konteks Pendidikan secara mendalam. Pendekatan ini dilakukan dalam situasi yang alamiah tanpa perlakuan manipulatif, dengan desain yang bersifat fleksibel serta berkembang sesuai dinamika lapangan. Analisis data dilakukan secara induktif, sehingga temuan dan pemaknaan lahir dari interaksi langsung antara peneliti dan realitas yang diteliti. Sedangkan Muid et al. (2026) menegaskan bahwa penelitian kualitatif berfokus pada analisis data yang bersifat deskriptif dan kontekstual untuk memahami fenomena sosial secara mendalam. Pendekatan ini mengandalkan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dipadukan melalui triangulasi guna meningkatkan validitas temuan. Dalam prosesnya, penelitian ini berperan aktif sebagai instrumen utama yang menafsirkan makna berdasarkan perspektif informan, sehingga realitas sosial dapat dipahami secara lebih utuh dan komprehensif.

Data merupakan informasi yang dikumpulkan oleh peneliti untuk menjawab fokus permasalahan dalam penelitian. Dalam penelitian kualitatif, data diperoleh dari berbagai sumber yang berkaitan langsung dengan objek penelitian. Sumber data adalah pihak atau dokumen yang memberikan informasi yang diperlukana dalam penelitian. Sumber data pada penelitian kualitatif umumnya dibedakan menjadi data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari informan di lapangan, sedangkan data sekunder berasal dari dokumen atau literatur yang relevan dengan penelitian. (Azzahra, 2018)

Dalam penelitian ini, data primer diperoleh dari informan yang terlibat dalam ekstrakurikuler pencak silat di SDN 110/IV Kota Jambi. Sumber data primer dalam tinjauan ini pelatih ekstrakurikuler SDN 110/IV Kota Jambi.

Dalam penelitian ini, data sekunder diperoleh dari profil SDN 110/IV Kota Jambi, data kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di sekolah, serta dokumentasi kegiatan latihan yang berkaitan dengan proses pembelajaran teknik dasar pencak silat.

Teknik sampling dalam penelitian kualitatif digunakan untuk menentukan informan yang dianggap

mampu memberikan informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Salah satu teknik yang sering digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan fokus penelitian sehingga data yang diperoleh dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap fenomena yang diteliti. (Subhaktiyasa, 2024)

Berdasarkan teknik tersebut, penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan memilih informan yang memiliki keterlibatan langsung dalam kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di sekolah, seperti pelatih pencak silat, siswa yang mengikuti latihan, serta pihak sekolah yang mengetahui pelaksanaan kegiatan ekrtakurikuler tersebut.

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif. Putri & Murhayati (2025) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data merupakan tahapan yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Dalam pendekatan kualitatif, proses pengumpulan data biasanya dilakukan melalui kegiatan observasi, wawancara, dan dokumentasi agar peneliti dapat memahami fenomena yang dikaji secara lebih mendalam serta memperoleh data yang lebih lengkap dan terpercaya. Sedangkan Jailani (2023) menjelaskan bahwa dalam penelitian kualitatif, teknik pengumpulan data umumnya dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati secara langsung aktivitas atau pristiwa yang sedang diteliti, wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi dari narasumber melalui proses tanya jawab, sedangkan dokumentasi dimanfaatkan sebagai data pendukung yang berkaitan dengan kegiatan penelitian.

Uji validitas data merupakan proses yang dilakukan untuk memastikan bahwa data penelitian benar-benar sesuai dengan kondisi yang ditemukan di lapangan. Husnullail et al. (2024) menjelaskan bahwa uji validitas data dalam penelitian kualitatif diperlukan untuk memastikan kesesuaian antara data yang dilaporkan peneliti dengan kondisi yang sebenarnya terjadi di lapangan. Pemeriksaan keabsahan data dapat dilakukan melalui beberapa kriteria, yaitu kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas.

Dalam penelitian ini, uji validitas data dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan terhadap hasil penelitian yang diperoleh. Oleh karena itu, peneliti perlu memastikan bahwa data yang dikumpulkan dari berbagai sumber benar-benar dapat dipertanggungjawabkan. Susanto et al. (2023) keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat diperiksa melalui beberapa teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber, metode, antarpeneliti, dan teori. Dalam penelitian ini, pemeriksa keabsahan data dilakukan melalui triangulasi untuk membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber dan teknik pengumpulan data.

Dalam penelitian ini, teknik analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik dengan cara mengelompokkan dan menafsirkan data hasil wawancara, observasi, serta dokumentasi untuk menemukan tema-tema yang berkaitan dengan strategi pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada peserta didik pemula di SDN 110/IV Kota Jambi. Teknik ini digunakan agar data yang diperoleh dapat dipahami secara lebih terarah dan sesuai dengan fokus penelitian.

Menurut Najmah et al. (2023), analisis tematik merupakan teknik dalam penelitian kualitatif yang digunakan untuk mengenali, mengelompokkan, dan menafsirkan pola makna atau tema yang muncul dari data penelitian sehingga informasi yang diperoleh dapat dipahami secara lebih mendalam sesuai fokus penelitian.

Data yang diperoleh dari berbagai teknik pengumpulan data diolah secara sistematis agar dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai fokus penelitian. Pengolahan tersebut dilakukan dengan cara menyeleksi, mengelompokkan, serta menafsirkan data sehingga dapat ditemukan pola maupun tema yang relevan dengan permasalahan penelitian. Berkaitan dengan hal tersebut, Kenge et al. (2021) menjelaskan bahwa dalam penelitian olahraga analisis data kualitatif dilakukan melalui proses yang saling berkaitan, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan sehingga data yang diperoleh dapat disusun secara terstruktur dan menghasilkan temuan penelitian yang bermakna.

Prosedur penelitian merupakan tahapan yang digunakan peneliti sebagai pedoman agar pelaksanaan penelitian berjalan secara terarah sesuai dengan fokus yang telah ditentukan (Nursanjaya, 2021). Tahap pertama adalah persiapan, yaitu menentukan fokus penelitian, melakukan observasi awal di SDN 110/IV Kota Jambi, serta menyiapkan dokumen observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tahap kedua adalah tahapan pelaksanaan, yaitu mengumpulkan data melalui observasi terhadap proses pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada pemula, melakukan wawancara dengan informan, dan mengumpulkan dokumentasi yang berkaitan dengan penelitian. Tahap akhir adalah pemeriksaan keabsahan data dan penyusunan hasil penelitian berdasarkan temuan yang telah dianalisis.

Penelitian kualitatif dilaksanakan melalui tahapan yang sistematis, Sehingga peneliti memperoleh data secara terarah sesuai dengan fokus penelitian (Nurrahmah et al., 2026).

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil

a. Menerapkan metode demonstrasi dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa pada kegiatan ekstrakurikuler di SDN 110/IV Kota Jambi

1. Siswa Pemula

Siswa pemula adalah peserta didik yang masih berada pada tahap awal penguasaan suatu keterampilan sehingga memerlukan sumber belajar yang mampu membantu mereka memahami materi secara bertahap, jelas, dan menarik. Dalam pembelajaran pencak silat, keberadaan media pembelajaran yang sesuai dapat memudahkan siswa untuk mengenal teknik-teknik dasar, meningkatkan

 ISSN 3063-864X (E)

pemahaman materi, serta mendukung proses belajar secara mandiri.

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai kemampuan awal siswa sebagai berikut:

Kemampuan awal siswa dilihat dari gerakan dan semangat siswa saat mengikuti latihan. Dari situ, pelatih dapat mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan gerakan dasar pencak silat.

Biasanya saya mengajarkan gerakan secara langsung, lalu siswa mengikuti gerakan yang saya contohkan. Saya juga memberikan arahan dan membetulkan gerakan mereka kalua masih ada yang salah.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa untuk menilai kemampuan awal siswa: aspek fisik, gerakan dan aspek sikap, semangat. Penilaian dilakukan secara langsung saat proses latihan berlangsung, tidak hanya berdasarkan hasil akhir. Semangat menjadi penanda penting modal utama bagi siswa pemula.

Pelatih terlebih dahulu memperagakan gerakan, kemudian siswa menirukan. Sangat tepat untuk siswa pemula karena anak lebih mudah memahami melalui penglihatan dari pada penjelasan lisan saja, pendampingan dan koreksi langsung disini pelatih aktif mengawasi, memberikan arahan, dan memperbaiki kesalahan saat siswa berlatih, ini penting agar siswa tidak terbiasa dengan gerakan yang salah sejak awal, metode ini sangat bergantung pada kehadiran dan keterlibatan aktif pelatih sepanjang sesi latihan.

2. Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi memiliki karakteristik utama berupa penyampaian materi melalui kegiatan memperagakan suatu proses, objek, atau peristiwa yang berkaitan dengan materi pembelajaran. Dalam pelaksanaannya, pelatih atau peserta didik menampilkan sutau tindakan secara langsung disertai penjelasan sehingga peserta didik dapat mengamati, memahami urutan kegiatan, serta memperoleh gambaran yang lebih nyata mengenai konsep yang dipelajari.

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai metode demonstrasi sebagai berikut:

Saya kasih contoh gerakannya secara langsung dengan menggerakkan bagian tubuh sesuai teknik yang diajarkan, supaya siswa bisa melihat dan mencontoh gerakan saya.

Saya mengarahkan siswa dengan memberikan contoh yang baik dan benar, supaya mereka bisa memperhatikan dan lebih mudah memahami gerakan yang saya ajarkan.

Kalau ada siswa yang salah gerakan, saya langsung kasih tahu dan mencontohkan lagi gerakan yang benar supaya mereka bisa memperbaikinya.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa pelatih melakukan peragaan gerakan secara langsung bukan sekedar penjelasan lisan. Siswa belajar melalui pengamatan visual, yang sangat efektif bagi anak-anak karena mereka lebih mudah memahami gerakan dengan melihatnya secara langsung, tujuan utamanya adalah agar siswa memiliki gambaran yang jelas tentenag bentuk gerakan yang diharapkan, contoh yang diberikan adalah contoh yang benar dan sempurna, sehingga siswa menerima informasi gerakan yang akurat sejak awal, pelatih menyadari bahwa kualitas contoh sangat menentukan kualitas pemahaman siswa, pendekatan ini mencegah terjadinya kesalahpahaman terhadap bentuk gerakan dasar yang akan dipelajari, setelah siswa menirukan gerakan, pelatih melakukan pendampingan secara personal.

Pelatih tidak hanya menyatakan “salah”, tetapi mencontohkan ulang gerakan yang benar agar siswa memiliki acuan yang jelas untuk memperbaiki diri, memberikan umpan balik yang konstruktif sehingga siswa tau apa yang harus diubah.

3. Pembelajaran Teknik Dasar

Teknik dasar pencak silat merupakan landasan utama yang harus dikuasai oleh pesilat sebelum mempelajari rangkaian gerak lanjutan. Penguasaan teknik dasar yang baik akan mempengaruhi kualitas gerakan, ketepatan serangan, serta efektivitas dalam bertahan. Salah satu bagian penting dari teknik dasar tersebut adalah teknik pukulan, yang menuntut koordinasi antara sikap tubuh, keseimbangan, serta ketepatan arah gerak agar serangan dapat dilakukan secara optimal dan terkontrol.

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai pembelajaran teknik dasar sebagai berikut:

Saya mengajarkan kuda-kuda dengan memberikan contoh gerakannya secara langsung, lalu siswa mengikuti gerakan yang saya ajarkan sampai mereka bisa melakukannya dengan benar.

Saya memberikan contoh sikap pasang secara langsung, lalu siswa mengikuti gerakan yang saya contohkan sampai mereka mulai terbiasa dan bisa melakukannya dengan benar.

Saya mencontohkan cara melakukan pukulan yang benar, lalu siswa mengikuti gerakan yang saya ajarkan. Kalau masih ada yang salah, saya bantu memperbaiki gerakannya.

 ISSN 3063-864X (E)

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa kuda-kuda diajarkan dengan peragaan langsung, lalu siswa menirukan, pelatih menekankan pada pengulangan hingga siswa benar-benar menguasai tidak terburu-buru pindah ke materi berikutnya, kuda-kuda adalah fondasi utama, sehingga ketepatan gerakan sangat diperhatikan sejak awal, menggunakan pola yang sama contoh langsung siswa menirukan, "mulai terbiasa" menunjukkan pelatih menyadari bahwa sikap pasang membutuhkan pembiasaan, bukan sekedar sekali mencontoh, pembiasaan penting karena sikap pasang melibatkan keseimbangan dan kesiapan tubuh yang belum terbiasa bagi siswa pemula, fokus pada ketepatan teknik pukulan sejak awal agar tidak terbentuk kebiasaan yang keliru, pelatih aktif memeriksa dan memperbaiki langsung jika ada siswa yang gerakannya belum tepat, koreksi dilakukan segera karena kesalahan teknik pada pukulan bisa berisiko cedera atau tidak efektif.

4. Hasil Pembelajaran

Seseorang dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan perilaku baru melalui proses mengamati serta mencontoh tindakan orang lain di lingkungan sekitarnya. Dalam teori ini, latihan tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman langsung, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam memperhatikan, mengingat, dan menerapkan perilaku yang diamati sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai pembelajaran teknik dasar sebagai berikut:

Saya melihat perkembangan siswa dari cara mereka melakukan gerakan. Kalau awalnya masih banyak yang salah, lama-lama mereka mulai bisa melakukan gerakan dengan lebih baik dan benar.

Respons siswa selama latihan cukup baik, asik dan semangat. Mereka juga aktif mengikuti latihan dan mau mencoba gerakan yang saya ajarkan.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa pelatih memantau perkembangan siswa secara langsung dan berkelanjutan melalui pengamatan terhadap kualitas gerakan, terjadi peningkatan yang jelas: dari banyak kesalahan di awal, serta dapat menunjukkan bahwa metode yang diterapkan berdampak positif terhadap penguasaan teknik dasar siswa.

Kemajuan terjadi secara bertahap hal yang wajar untuk siswa pemula, sehingga konsisten latihan sangat berperan penting, aspek sikap dan motivasi sangat positif: siswa terlihat senang, bersemangat, dan antusias, siswa aktif berpartisipasi, tidak pasif atau enggan mencoba hal baru, kesiapan siswa untuk mencoba adalah modal utama dalam pembelajaran keterampilan baru, suasana pembelajaran yang menyenangkan mendukung siswa untuk lebih mudah menerima materi yang diajarkan.

b. Faktor pendukung dan faktor penghambat yang dihadapi pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa di SDN 110/IV Kota Jambi

1. Siswa Pemula

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai kemampuan awal siswa sebagai berikut:

Kesulitannya karena siswa masih pemula dan masih anak-anak, jadi mereka agak sulit memahami gerakan yang diajarkan dan membutuhkan waktu lebih lama untuk bisa melakukannya dengan benar.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa faktor usia dan pengalaman menjadi kendala utama, siswa adalah pemula dan masih dalam tahap perkembangan anak-anak, pemahaman terhadap instruksi gerakan masih terbatas membutuhkan waktu penyesuaian yang lebih panjang dibanding peserta yang lebih berpengalaman. Perlu pendekatan yang lebih sabar dan bertahap, tidak bisa terburu-buru menuntut ketepatan gerakan yang sempurna, target pencapaian harus realistis sesuai tahap perkembangan anak. Pengulangan adalah hal yang wajar dan diperlukan.

2. Metode Demonstrasi

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai metode demonstrasi sebagai berikut:

Saya suruh siswa mengikuti gerakan yang sudah saya contohkan, lalu saya bimbing satu per satu kalua masih ada yang kesulitan.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa siswa yang masih kesulitan mendapatkan perhatian khusus, sehingga tidak tertinggal dari teman lainnya, ini menunjukkan bahwa pelatih tidak hanya berdiri di depan, tetapi bergerak dan memantau kondisi setiap siswa, sangat penting untuk siswa pemula yang memiliki kemampuan penyerapan yang berbeda-beda, koreksi dilakukan saat itu juga, tidak menunda sehingga siswa tidak terbiasa dengan gerakan yang salah.

3. Pembelajaran Teknik Dasar

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai pembelajaran teknik dasar sebagai berikut:

Saya mencontohkan cara melakukan tendangan yang benar, lalu siswa mengikuti

 ISSN 3063-864X (E)

gerakan yang saya ajarkan. Kalau masih ada yang kesulitan, saya bantu sampai mereka bisa melakukannya.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa khusus tendangan, pelatih menekankan pada membantu siswa yang masih kesulitan sampai berhasil, bukan sekedar memberi tahu, ini penting karen tendangan menuntut keseimbangan tubuh yang lebih sulit dibanding teknik lainnya bagi anak-anak.

4. Hasil Pembelajaran

Berikut ini hasil wawancara pelatih mengenai pembelajaran teknik dasar sebagai berikut:

Menurut saya, latihan selama ini sudah berjalan cukup baik, siswa juga mulai bisa mengikuti gerakan yang diajarkan. Tapi, masih ada beberapa siswa yang perlu dibimbing lagi supaya gerakannya lebih benar dan mereka bisa lebih memahami teknik dasar pencak silat.

Berdasarkan keterangan pelatih bahwa secara umum, pelaksanaan pembelajaran dinilai sudah berjalan dengan baik dan tujuan utama tercapai siswa mulai mampu melakukan gerakan, masih ada kesenjangan kemampuan antar siswa: sebagian sudah menguasai, sebagian lain masih membutuhkan bimbingan lebih lanjut, fokus yang dibutuhkan ke depan: pendamping individual agar semua siswa dapat menguasai teknik dengan tepat, bukan sekedar bisa melakukan gerakan, menandakan perlunya variasi pendekatan atau waktu latihan tambahan bagi siswa yang membutuhkan dukungan lebih banyak.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menerapkan metode demonstrasi dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa pada kegiatan ekstrakurikuler, baik itu faktor pendukung dan faktor penghambat yang dihadapi pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa. Berikut ini merupakan hasil observasi:

Pelatih mengamati kemampuan awal siswa melalui gerakan dan semangat mereka saat mulai mengikuti latihan dasar pencak silat. Pelatih mengidentifikasi bahwa siswa pemula yang masih anak-anak mengalami kesulitan dalam memahami gerakan dan membutuhkan waktu lebih lama untuk melakukannya dengan benar. Pelatih menyesuaikan cara penyampaian dengan memberikan contoh secara langsung serta membimbing siswa secara gerakan sesuai dengan kemampuan pemula. Pelatih mendemonstrasikan gerakan dengan menggerakkan bagian tubuh secara langsung dan memberikan contoh yang baik serta benar agar mudah dilihat siswa.

Siswa memperhatikan contoh yang diberikan oleh pelatih dengan baik guna memahami gerakan teknik dasar yang diajarkan. Siswa menirukan langsung gerakan yang telah dicontohkan oleh pelatih dan mengikuti bimbingan satu per satu saat mengalami kesulitan. Pelatih langsung menegur dan memberitahu jika ada gerakan siswa yang salah, lalu mencontohkan ulang gerakan yang benar agar dapat diperbaiki. Pelatih mencontohkan teknik kuda-kuda secara langsung dan meminta siswa mengikuti sehingga mampu melakukannya dengan benar.

Pelatih memperagakan sikap pasanh secara langsung dan membimbing siswa menirukannya hingga terbiasa melakukan gerakan yang benar. Pelatih memberikan contoh teknik pukulan yang benar, mendampingi siswa saat menirukan, serta membantu memperbaiki jika ada kesalahan. Pelatih mencontohkan teknik tendangan, lalu membimbing dan mendampingi siswa yang mengalami kesulitan sampai bisa melakukannya. Kemampuan siswa menunjukkan perkembangan; dari yang awalnya banyak melakukan kesalahan, berangsur-angsur mampu melakukan gerakan dengan lebih baik dan benar. Respons siswa sangat baik, tampak asik, bersemangat, aktif mengikuti latihan, serta antusias mencoba setiap gerakan yang diajarkan. Kegiatan latihan berjalan secara lancar dan baik di mana tahapan demonstrasi, pembimbing, serta koreksi berjalan efektif, meskipun masih ada beberapa siswa yang perlu bimbingan lanjutan.

Observasi dilaksanakan untuk melihat secara langsung proses pembelajaran teknik dasar pencak silat yang dilakukan oleh pelatih kepada siswa-siswa pemula. Pengamatan berfokus pada bagaimana pelatih mempersiapkan diri, menyampaikan materi, membimbing siswa, serta bagaimana respons dan perkembangan kemampuan siswa selama kegiatan berlangsung. Secara keseluruhan, kegiatan berjalan dengan tertib, suasana belajar terasa menyenangkan, dan antusiasme siswa terlihat tinggi dari awal hingga akhir kegiatan. Metode utama yang diterapkan adalah peragaan langsung yang dibarengi dengan bimbingan bertahap dan koreksi kesalahan secara individual.

4.2. Pembahasan

a. Menerapkan metode demonstrasi dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa pada kegiatan ekstrakurikuler di SDN 110/IV Kota Jambi

Untuk menilai kemampuan awal siswa: aspek fisik, gerakan dan aspek sikap, semangat. Penilaian dilakukan secara langsung saat proses latihan

berlangsung, tidak hanya berdasarkan hasil akhir. Semangat menjadi penanda penting karena mencerminkan motivasi dan keterkaitan siswa, yang merupakan modal utama bagi siswa pemula. Pelatih terlebih dahulu memperagakan gerakan, kemudian siswa menirukan. Sangat tepat untuk siswa pemula karena anak lebih mudah memahami melalui penglihatan dari pada penjelasan lisan saja, pendampingan dan koreksi langsung disini pelatih aktif mengawasi, memberikan arahan, dan memperbaiki kesalahan saat siswa berlatih, ini penting agar siswa tidak terbiasa dengan gerakan yang salah sejak awal, metode ini sangat bergantung pada kehadiran dan keterlibatan aktif pelatih sepanjang sesi latihan

Menurut Ricky et al. (2021), siswa pemula adalah peserta didik yang masih berada pada tahap awal penguasaan suatu keterampilan sehinga memerlukan sumber belajar yang mampu membantu mereka memahami materi secara bertahap, jelas, dan menarik. Dalam pembelajaran pencak silat, keberadaan media pembelajaran yang sesuai dapat memudahkan siswa untuk mengenal teknik-teknik dasar, meningkatkan pemahaman materi, serta mendukung proses belajar secara mandiri. Oleh karena itu, penggunaan media yang interaktif dapat menjadi sarana yang efektif untuk membantu perkembangan kemampuan siswa pemula dalam mempelajari pencak silat.

Pelatih melakukan peragaan gerakan secara langsung bukan sekedar penjelasan lisan. Siswa belajar melalui pengamatan visual, yang sangat efektif bagi anak-anak karena mereka lebih mudah memahami gerakan dengan melihatnya secara langsung, tujuan utamanya adalah agar siswa memiliki gambaran yang jelas tentang bentuk gerakan yang diharapkan, contoh yang diberikan adalah contoh yang benar dan sempurna, sehingga siswa menerima informasi gerakan yang akurat sejak awal, pelatih menyadari bahwa kualitas contoh sangat menentukan kualitas pemahaman siswa, pendekatan ini mencegah terjadinya kesalahpahaman terhadap bentuk gerakan dasar yang akan dipelajari, setelah siswa menirukan gerakan, pelatih melakukan pendampingan secara personal. Pelatih tidak hanya menyatakan “sala”, tetapi mencontohkan ulang gerakan yang benar agar siswa memiliki acuan yang jelas untuk memperbaiki diri, memberikan umpan balik yang konstruktif sehingga siswa tahu apa yang harus diubah.

Metode demonstrasi merupakan cara pembelajaran yang menempatkan peserta didik sebagai pengamat sekaligus pelaku dalam proses belajar. Melalui contoh yang diperagakan secara langsung oleh pelatih, peserta didik dapat memahami tahapan suatu kegiatan dengan lebih konkret karena mereka tidak hanya mendengarkan penjelasan, tetapi juga melihat dan mempraktikkannya secara langsung. Pendekatan ini membantu meningkatkan pemahaman serta keterampilan peserta didik secara lebih efektif. (Sa’diyah et al., 2026)

Kuda-kuda diajarkan dengan peragaan langsung, lalu siswa menirukan, pelatih menekankan pada pengulangan hingga siswa benar-benar menguasai tidak terburu-buru pindah ke materi berikutnya, kuda-kuda adalah fondasi utama, sehingga ketepatan gerakan sangat diperhatikan sejak awal, menggunakan pola yang sama contoh langsung siswa menirukan, “mulai terbiasa” menunjukkan pelatih menyadari bahwa sikap pasang membutuhkan pembiasaan, bukan sekedar sekali mencontoh, pembiasaan penting karena sikap pasang melibatkan keseimbangan dan kesiapan tubuh yang belum terbiasa bagi siswa pemula, fokus pada ketepatan teknik pukulan sejak awal agar tidak terbentuk kebiasaan yang keliru, pelatih aktif memeriksa dan memperbaiki langsung jika ada siswa yang gerakannya belum tepat, koreksi dilakukan segera karena kesalaahn teknik pada pukulan bisa beresiko cedera atau tidak efektif.

Maulana (2019) mengemukakan bahwa teknik dasar pencak silat merupakan landasan utama yang harus dikuasai oleh pesilat sebelum mempelajari rangkaian gerak lanjutan. Penguasaan teknik dasar yang baik akan mempengaruhi kualitas gerakan, ketepatan serangan, serta efektivitas dalam bertahan. Salah satu bagian terpenting dari teknik dasar tersebut adalah teknik pukulan, yang menuntut koordinasi antara sikap tubuh, keseimbangan, serta ketepatan arah gerak agar serangan dapat dilakukan secara optimal dan terkontrol.

Pelatih memantau perkembangan siswa secara langsung dan berkelanjutan melalui pengamatan terhadap kualitas gerakan, terjadi peningkatan yang jelas: dari banyak kesalahan di awal, menjadi semakin baik dan benar seiring berjalannya waktu, serta dapat menunjukkan bahwa metode yang diterapkan berdampak positif terhadap penguasaan teknik dasar siswa. Kemajuan terjadi secara bertahap hal yang wajar untuk siswa pemula, sehingga konsistensi latihan sangat berperan penting, aspek sikap dan motivasi sangat positif: siswa terlihat senang, bersemangat, dan antusias, siswa aktif berpartisipasi, tidak pasif atau enggan mencoba hal baru, kesiapan siswa untuk mencoba adalah modal utama dalam pembelajaran keterampilan baru, suasan pembelajaran keterampilan baru, suasana pembelajaran yang menyenangkan mendukung siswa untuk lebih mudah menerima materi yang diajarkan.

Hermahayu & Rumini (2021) menegaskan bahwa pelatih memiliki peran sentral dalam proses pembinaan atlet, tidak hanya sebagai pengajar teknik, tetapi juga sebagai fitur yang memengaruhi perkembangan fisik dan psikososial atlet. Dalam olahraga individual seperti atletik, keberadaan pelatih menjadi semakin krusial karena capaian performa atlet sangat bergantung pada kemampuan pelatih dalam mengintergrasikan aspek teknik

latihan dengan pendekatan psikologis, termasuk membangun komunikasi yang efektif, motivasi, serta kesiapan mental atlet dalam menghadapi latihan maupun kompetisi.

b. Faktor pendukung dan faktor penghambat yang dihadapi pelatih dalam mengajarkan teknik dasar pencak silat kepada siswa di SDN 110/IV Kota Jambi

Faktor usia dan pengalaman menjadi kendala utama, siswa adalah pemula dan masih dalam tahap perkembangan anak-anak, pemahaman terhadap instruksi gerakan masih terbatas membutuhkan waktu penyesuaian yang lebih panjang dibandingkan peserta yang lebih berpengalaman. Perlu pendekatan yang lebih sabar dan bertahap, tidak bisa terburu-buru menuntut ketepatan gerakan yang sempurna, target pencapaian harus realistis sesuai tahap perkembangan anak. Pengulangan adalah hal yang wajar dan diperluka.

Siswa yang masih kesulitan mendapatkan perhatian khusus, sehingga tidak tertinggal dari teman lainnya, ini menunjukkan bahwa pelatih tidak hanya berdiri di depan, tetapi bergerak dan memantau kondisi setiap siswa, sangat penting untuk siswa pemula yang memiliki kemampuan penyerapan yang berbeda-beda, koreksi dilakukan saat itu juga, tidak menunda sehingga siswa tidak terbiasa dengan gerakan yang salah.

1. Pembelajaran Teknik Dasar

Teknik dasar pencak silat merupakan landasan utama yang harus dikuasai oleh pesilat sebelum mempelajari rangkaian gerak lanjutan. Penguasaan teknik dasar yang baik akan mempengaruhi kualitas gerak, ketepatan serangan, serta efektivitas dalam bertahan. Salah satu bagian penting dari teknik dasar tersebut adalah teknik pukulan, yang menuntut koordinasi antara sikap tubuh, keseimbangan, serta ketepatan arah gerak agar serangan dapat dilakukan secara optimal dan terkontrol. Khusus tendangan, pelatih menekankan pada membantu siswa yang masih kesulitan sampai berhasil, bukan sekedar memberi tahu, ini penting karena tendangan menuntut keseimbangan tubuh yang lebih sulit dibanding teknik lainnya bagi anak-anak.

Secara umum, pelaksanaan pembelajaran dinilai sudah berjalan dengan baik dan tujuan utama tercapai siswa mulai mampu melakukan gerakan, masih ada kesenjangan kemampuan antar siswa: sebagian sudah menguasai, sebagian lain masih membutuhkan bimbingan lebih lanjut, fokus yang dibutuhkan ke depan: pendampingan individual agar semua siswa dapat menguasai teknik dengan tepat, bukan sekedar bisa melakukan gerakan, menandakan perlunya variasi pendekatan atau waktu latihan tambahan bagi siswa yang membutuhkan dukungan lebih banyak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian maka dapat disimpulkan beberapa kesimpulan dari penelitian ini yaitu:

1. Pelatih telah menerapkan metode yang cocok untuk siswa pemula, yaitu contoh langsung dan koreksi langsung. Tantangan terbesarnya adalah pada fase pemahaman gerakan yang membutuhkan kesabaran dan pengulangan karena karakteristik siswa yang masih muda dan belum berpengalaman. Metode demonstrasi yang diterapkan pelatih dilakukan secara berurutan, terarah, dan menyeluruh tidak hanya sekedar memperagakan, tetapi juga membimbing dan mengoreksi. Kelebihan utama metode ini adalah siswa dapat melihat contoh nyata, mendapat perhatian personal, dan segera diperbaiki jika melakukan kesalahan, sehingga pembentukan gerakan dasar dapat berjalan dengan lebih tepat. Pelatih menerapkan pola yang konsisten untuk seluruh teknik dasar: peragaan langsung diikuti peniruan siswa, dengan penekanan pada penguasaan gerakan yang benar melalui pengulangan dan pendampingan. Setiap teknik mendapat perlakuan yang disesuaikan dengan tingkat kesulitannya ada yang ditekankan pada pembiasaan, ada yang pada koreksi langsung, dan ada yang pada bantuan personal hingga siswa berhasil. Metode ini sangat tepat untuk siswa pemula karena membangun fondasi teknik yang kuat dan benar sejak awal. Secara keseluruhan, pembelajaran teknik dasar pencak silat berjalan efektif terlihat dari adanya peningkatan kemampuan gerakan serta respons dan semangat siswa yang positif. Namun, pencapaian belum merata sepenuhnya; masih ada sebagian siswa yang memerlukan perhatian dan bimbingan lebih intensif agar dapat memahami dan melakukan teknik dasar dengan benar. Artinya, ke depan diperlukan pendekatan yang lebih personal agar setiap siswa dapat berkembang secara optimal.
2. Siswa pemula masih mengalami kesulitan dalam memahami dan melakukan teknik dasar karena masih anak-anak dan membutuhkan waktu untuk belajar. Pelatih mengajarkan gerakan dengan memberikan contoh secara langsung, kemudian siswa mengikuti gerakan tersebut. Jika ada gerakan yang salah, pelatih langsung memberikan arahan dan memperbaikinya. Selama latihan, siswa menunjukkan respons yang baik, asik, dan semangat. Kemampuan siswa juga mulai berkembang, meskipun masih ada beberapa siswa yang perlu dibimbing agar bisa melakukan gerakan dengan lebih benar.

REFERENCES

Abadiyah, C. (2026). *Implementasi Metode Demonstrasi dalam Pembelajaran Pemulasaran Jenazah di MA Al-Ikhsan Beji Banyumas (Skripsi). UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.*

Agung, N. (2000). *Melatih Sikap Dan Gerak Dasar Pencak Silat Bagi Pesilat Pemula 143*. *1*.

Alam, H. W. N. (2017). Peningkatan Kemampuan Memproduksi Teks Prosedur Kompleks Dengan Menggunakan Metode Demonstrasi. *Diksatrasia: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, *1*(1), 32–38.

Amelia, P., Putra, D. C. L., Hidayatullah, A. H., & Afdhani, G. (2025). *Program Latihan Futsal Dalam Meningkatkan Performa Pemain (F. Hidayatullah, Ed.)*. *STKIP PGRI Bangkalan*.

Anaktototy, Y., Divinubun, S., & Woretma, N. (2026). Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Lay-Up Shoot Pada Permainan Bola Basket Melalui Metode Latihan Pada Siswa Kelas VIII 3 SMP Negeri 15 Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *12*(5.C), 7–20.

Andini, S., Hayati, M., Zahra, N. H., & A. (2026). *Teori pembelajaran sosial. Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*. *5*(1), 717–732.

Anggoro, A. D., & Yuliastrid, D. (2022). MOTIVASI BERLATIH DAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK SISWA PENCAK SILAT SATRIA TUNGGAL LAMONGAN DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *10*(3), 211–216.

Annasthasya, D., Alfindoria, I., Rahayu, S., & Khair, O. I. (n.d.). *Metodologi Penelitian Kualitatif : Tinjauan Literatur Dalam Konteks Pendidikan*. 423–429.

Anugraha, R., Imansyah, F., & Junaidi, I. A. (2024). Pengaruh Latihan Push Up dan Bicep Resistance Band Terhadap Kemampuan Pukulan Depan Atlet Pencak Silat Rayon PSHT Maskarebet Kecamatan Alang Alang Lebar. *JPBB: Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya*, *3*(3), 72–81.

Aprilina, E., Dini, A., Whega, S., & Amalia, L. N. (n.d.). *Penerapan Teori Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran*. 293–302.

Arifudin, O. (2022). *Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Membina Karakter Peserta Didik*. *5*, 829–837.

Artawijaya, I. P. E., & Adi, I. P. P. (2023). *Pengembangan Media Pembelajaran Video Tutorial Materi Teknik Dasar Pencak Silat*. *11*(1), 37–44.

Aulia, D., Gimmy, A., Siswadi, P., & Abidin, A. (2024). Gambaran Gaya Hidup Sehat Dewasa Indonesia dalam Perspektif Sosiodemografi An Overview of Healthy Lifestyles of Indonesian Adults from a Sociodemographic Perspective. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, *8*(2), 168–176.

Aulia, R. W., Annas, M., Hartono, M., & Fahmi, M. (2024). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Pengaruh Latihan Ladder Drill Two Feet Step Dan Latihan Ladder Drill Icky Shuffle Terhadap Kelincahan Pemain Futsal SMA Negeri 5 Purworejo*. *5*(2), 730–743.

Ayu, I. G., Pratista, M., Agus, I. P., & Hita, D. (2026). *Efektivitas Metode Demonstrasi dan Video Tutorial Dalam Pelatihan Lay- up Bagi Pemain Basket Pemula : Studi Literatur*. 146–152.

Azzahra, L. N. (2018). *Metode Pengumpulan Data Dengan Wawancara, Observasi, dan Kuesioner (Tugas Kuliah Metodologi Penelitian, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya)*. *Repositori Dokumen Mahasiswa*.

Azzahra, N. T. (2025). *Teori Konstruktivisme Dalam Dunia Pembelajaran*. *2*(2), 64–75.

Blitar, D. I. M. (2019). *EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT PAGAR NUSA*.

Cahyaningrum, N. (2025). *Perkembangan Gangguan Sosioemosional pada Anak dalam Perspektif Teori Kecerdasan Emosional Goleman : Studi Kasus*. *9*(c), 227–233.

Cempaka, V. (2025). *Teori Kepemimpinan Transformasional dan Implementasinya dalam Manajemen Madrasah*. *4*(2), 1231–1241.

Chotimah, C., & Khoirunnisa, U. (2022). *Efektivitas penerapan metode demonstrasi di SMP Negeri 2 Gudo Jombang. Journal of Education and Management Studies (JoEMS)*. *5*(4), 8–11.

Damayanti, F., Wocaksono, A. G., Dasar, G. S., Slamet, U., & Surakarta, R. (2023). *Pengaruh Metode Demonstrasi Berbantuan Media Papan Kepastian terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Matematika di Kelas VI SD Negeri Gandekan Surakarta Tahun Pelajaran 2021 / 2022*. *7*, 1664–1669.

Danes, F., Sattu, Y., Sunkudon, D. A., & Manado, U. N. (2025). Pengaruh Metode Latihan Drill terhadap Keterampilan Tendangan Lurus dalam Pencak Silat Mahasiswa Por PJKR FIKKM Unima. *Jurnal Umpun Kesehatan Umum*, *3*(1), 171–176.

Darmawan, A. D., Adelliana, A., Cahyani, E. D., & Triana, A. N. (2023). *Pencak Silat dan Nilai Sosial dalam Masyarakat : Literature Review Pencak Silat and Social Values in Society : Literature Review*. *4*(November), 28–35.

Darussalam, K. (2026). Penerapan Teori Behavioristik Melalui Strategi Bertanya Terhadap Keaktifan Siswa. *Integrative Perspectives of Social and Science Journal (IPSSJ)*, *3*(5), 3019–3026.

Defliyanto, Yarmani, Ruslan, Akbar, & Arif, Y. (2020). *Pengembangan modifikasi alat bantu pembelajaran teknik dasar elakan dalam pencak silat (Sugiyanto & B. R. Ilahi, Eds.; Cet. 1)*. *Media Madani*.

Diana, A. R., Oktaviani, S., Seftrianti, Herliza, H., Lestari, S. I., & Noviani, D. (2023). Aplikasi Metode Demontrasi, Eksperimen dan Resitasi: Kelebihan dan Kelemahannya Dalam Pembelajaran Fiqh. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, *1*(1), 87–94. https://doi.org/10.00000/pjpi.v1n12023

Diono, F. N., & Jatmiko, T. (2021). Status Keterampilan Tehnik Tendangan Atlet Pencak Silat Putra IPSI Banyuwangi. *Jurnal Prestasi Olahraga*, *4*(X), 133–142.

Editor, H. S., & Idrus, N. A. (n.d.). *Metodologi kepelatihan olahraga*.

Erawati, Y., Nurnaningsih, & Nursya, E. (2018). Penerapan Metode Demonstrasi Pada Pembelajaran

Seni Tari Kelas VIIC Sekolah Luar Biasa (SLB) SMP Sri Mujinab Pekanbaru Provinsi Riau. *Jurnal KOBA*, *5*(2), 10–21.

Fahrian, M. A., Simatupang, N., & S. (2022). Gerak Dasar Pencak Silat Dengan Permainan Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, *08*(1), 27–32.

Fahrozzi, S., Spyanawati, N. L. P., & Adnyana, I. K. S. (2026). PENGEMBANGAN BAHAN AJAR PENCAK SILAT BERBASIS DIGITAL(FLIPBOOK) PADA MATERISIKAP PASANG DALAM TP.PEMBELAJARANPENCAK SILAT DI PRODI PENJASKESREK FOK UNDIKSHA. *Jurnal Ilmiah SPIRIT: Sport, Pendidikan, Ilmu & Riset*, *26*(1), 201–205.

Fauziah, P., & Fajar, G. (2026). *Penerapan Metode Demonstrasi dalam Pembelajaran Sains Sederhana pada Anak Usia Dini*. *2*(1), 94–100.

Gaol, F. L., & Manik, S. (2025). PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN DRILL DAN PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP HASIL SHOOTING PADA PEMAIN SEPAK BOLA SSB PORKAM DELI SERDANG USIA 13 – 15. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, *24*(1), 73–78.

Gea, R. A., Laoli, E. S., Laoli, B., & Harefa, Y. (2018). *ANALISIS TEKNIK UMPAN BALIK (FEEDBACK) TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA MATA PELAJARAN EKONOMI BISNIS KELAS X AKL-2 SMK NEGERI 1 IDANOGAWO*. *7*(2), 237–250.

Handyani, W., & Alfarizi, M. L. (2024). Pola Hidup Sehat sebagai Upaya Pencegahan Penyakit dan Peningkatan Kualitas Hidup. *Central Publisher*, *2*(12), 2899–2906.

Haq, A. D., Priambodo, A., & Darisman, E. K. (2025). Analisis Peran Pelatih dalam Pengembangan Mental Juara. *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga*, *6*(3), 769–776.

Hariono, A., & Aryanto, B. (2025). Pelatihan pelatih pencak silat tingkat dasar se-Daerah Istimewa Yogyakarta. *PROMOTIF : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *5*(1), 141–149.

Harvi, N. P., Yuanda, D. M., Ritonga, A. S., Habibi, M. H. D. R., Dewi, R., Bobby, J., & Barus, N. (2025). *Improving Basic Pencak Silat Movement Skills Through a Motor Learning Approach for Beginners at High School Level*. *5*(2), 290–294.

Hasanah, U. (n.d.). *Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini*. 717–733.

Hasni, Umar, M. S., & Damopolii, M. (2025). Prinsip-Prinsip Utama Pembelajaran (Prinsip Demonstrasi, Prinsip Aplikasi, Prinsip Berpusat pada Tugas, Prinsip Aktivasi, Prinsip Integrasi, Siklus Empat Fase Pembelajaran). *Indonesian Journal of Educational Research (IJER)*, *1*(5), 134–145.

Hermahayu, & Rumini. (2021). *Optimalisasi Peran Pelatih Melalui Integrasi Kompetensi Teknik dan*. *6*(3), 398–403.

Holisoh, I., Budiman, D., & Stephani, M. R. (2024). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Analisis Motorik Kasar dan Kebugaran Jasmani terhadap Performa Atlet Tanding Pencak Silat Usia Dini*. *5*(2), 258–268.

Husen, A., Rahmat, G., Chadidjah, S., Bandung, U. M., Kidul, C., & Bandung, K. (2026). *Analisis teori konstruktivisme terhadap pengembangan pemikiran kritis pada kurikulum deep learning*. *4*(2).

Husnullail, M., Risnita, Jailani, M. S., & Asbui. (2024). TEKNIK PEMERIKSAAN KEABSAHAN DATA DALAM RISET ILMIAH. *Jurnal Genta Mulia*, *15*(2), 70–78.

Ichdah, M., Hayau, A., Dewi, R. Z., & Sutrisno, E. (2026). *Pengembangan Model Bantuan Teknis , Fisik , dan Mental untuk Atlet Pencak Silat di Sekolah Menengah Atas Daerah. Servitia: Journal of Community Service and Engagement*. *1*(2), 166–175.

Jailani, M. S. (2023). *Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. *1*, 1–9.

Jasmani. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Teknik Dasar Pencak Silat Melalui Model Pembelajaran Move Colour Pada Siswa Putra Kelas 4 dan 5 SD IT Abu Jafar Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, *21*(2), 38–48.

Kenge, S. L., Rewo, J. M., & Tapo, Y. B. O. (2021). Studi Analisis Pola Pembinaan Pemain Muda Tim Sepakbola Klub Jawameze United melalui metode Uji Tanding Tahun 2021. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga (JECO)*, *1*(2).

Khoirunnisa, A., Agustian, A. R., Indriani, I., & Rahmaningrum, L. (2025). *Pengembangan Kompetensi Calon Pelatih dalam Meningkatkan Keterampilan Pelatih Pemula*. *3*(2), 70–75.

Kiswantoro, A. (2016). Pembinaan Mental Bagi Atlet Pemula Untuk Membantu Pengendalian Agresifitas. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, *2*(1), 81–89.

Kurniawan, A. dkk. (2022). *Metode pembelajaran inovatif. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.* 78–88.

Kurniawan, C. (2022). *Analisis Kemampuan Teknik Dasar Tendangan Atlet Perguruan Pencak Silat Persinas Asat Kabupaten Dharmasraya*. *5*(12), 46–52.

Kurniawan, Ismaya, B., & Hidayat, A. S. (2022). Motivasi Belajar Siswa Kelas XI dalam Pembelajaran Beladiri Pencak Silat di SMK Rosma. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *8*(19), 489–496.

Kusmiran. (2022). Penerapan Metode Bertahap Untuk Meningkatkan Keterampilan dan Hasil Belajar Passing dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *8*(16), 654–663.

Kuswanto, C. W., Jatmiko, A., Riyani, I., & Pratiwi, D. D. (2025). *Kegiatan Pencak Silat sebagai Sarana Pengembangan Nilai Religius Anak Usia Dini*. *7*, 1–8.

Layanan, K., Attendant, R., Edotel, D. I., Kupang, S., Mesin, T., & Kupang, P. N. (2026). *4 1,2,3*. *5*(3), 1779–1796.

Lestari, W., Isnaningrum, I., Hidayat, N., Pakuan, U., Info, A., & History, A. (2024). *Pengembangan Profesional Berkelanjutan untuk Guru :*

Meningkatkan Kualitas Pengajaran di Era Digital. *7*(12), 13286–13292.

Maulana, B., Dimyati, A., Sumarsono, R. N., & Zinat, I. (2026). Efektivitas Metode Drill terhadap Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Lurus Pencak Silat. *Jurnal Porkes*, *9*(3), 1641–1657. https://doi.org/10.29408/porkes.v9i3.35420

Maulana, F. (2019). *PENGEMBANGAN MULTIMEDIA TEKNIK DASAR PENCAK SILAT DI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta)*.

Maulana, R. A., Khotimah, N., & Surabaya, U. N. (2022). *VALUES OF CHARACTER EDUCATION IN CHILDREN ' S*. *4*, 44–55.

Maulina, N., & Jayanagara, O. (2026). KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL DALAM KONTEKS KEBERAGAMAN BUDAYA : SUATU TINJAUAN LITERATUR. *Jurnal Manajemen Terapan Dan Keuangan*, *15*(01), 413–426.

Mei, N., Kesehatan, D., Mulyana, A., Lestari, D., Pratiwi, D., Rohmah, N. M., & Tri, N. (2024). *Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani ,*. *2*(2), 321–333.

Meilana, S. F., Prastawa, S., Dewi, M., Fahrudin, A., Merakati, I., & Rosidin. (2024). ANALISIS KEBUTUHAN PENGEMBANGAN PROFESIONAL BERKELANJUTAN BAGI GURU SEKOLAH DASAR. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, *7*(3), 7798–7804.

Misbah, S. (2022). Penerapan Metode Umpan Balik (Feed Back Partner) untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Materi Struktur dan Kebahasaan Teks Anekdot Kelas X IPS-2 SMAN 4 Kota Bima Semester 1 Tahun Pelajaran 2020/2021. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, *2*(2), 143–154.

Muid, A., Muhammad, N., & Habsy, A. (2026). *MENGANALISIS DATA KUALITATIF*. *15*, 51–55.

Mukaromah, A. M., & Semarayasa, I. K. (2024). *Metode Pembelajaran Berbantuan Video Tutorial untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Pencak Silat Tendangan Lurus*. *12*(1), 45–53.

Mustopa, E. S., Aryani, W. D., & Nusantara, U. I. (2026). *Manajemen Program Ekstrakurikuler Keagamaan dalam Meningkatkan Karakter Religius Siswa Sekolah Dasar*. *6*, 810–822.

Najmah, Adelliani, N., Sucirahayu, C. A., & Zanjabila, A. R. (2023). *ANALISIS TEMATIK PADA PENELITIAN KUALITATIF*. Salemba Empat.

Nasution, D. A. A. (2024). *Efektivitas Strategi Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Motivasi Peserta Latih Basket Muda Di Akademi Basket Medan*. 1–84.

Nasution, F. M., Nasution, H., & Harahap, A. M. (2023). KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PERSPEKTIF DANIEL GOLEMAN (ANALISIS BUKU EMOTIONAL INTELLIGENCE). *Jurnal Hukum Islam Dan Humaniora*, *2*(3), 651–659.

Neti, F. C., & Jamaris, J. (2020). Strategi Latihan Silek dalam Sasaran Pencak Silat Limau Manih Kuranji Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *4*(3), 2960–2966. https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/797

Nonik, N. N., Raga, I. G., & Murda, I. N. (2013). Penerapan Metode Demonstrasi Dengan Media Kartu Gambar Untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Kelompok A di PAUD Widya Dharma Bondalem Tejakula. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, *1*(1), 1–11.

Noraini, F., Niki, Norhafizah, Risdayanti, & M. (2025). Efektivitas Metode Demonstrasi Dalam Mengajarkan Materi Fikih Praktis Kepada Siswa Madrasah Ibtidaiyah. *Interdisciplinary Explorations in Research Journal (IERJ)*, *3*(2), 294–303.

Nurhayati, S. D. (2026). *Studi Kasus Gangguan Keterlambatan Berbicara pada Anak Usia Dini : Perspektif Teori Belajar Sosial A Case Study of Speech Delay Disorder in Early Childhood : the Social Learning Theory Perspective Abstrak*. *13*(01), 431–439.

Nurhidayati, Waluyo, E., & Halqi, M. (2024). Pengaruh Model Problem Based Learning Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar IPA. *Jurnal Ilmu Dan Kependidikan*, *19*(2), 430–446. https://doi.org/10.29408/edc.v19i2.27880

Nurrahmah, A. S., Azzahra, A. L., & Wisnu, M. (2026). *RANCANGAN DAN LANGKAH-LANGKAH PENELITIAN KUALITATIF*. *4*(1).

Nursanjaya. (2021). MEMAHAMI PROSEDUR PENELITIAN KUALITATIF: Panduan Praktis untuk Memudahkan Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Administrasi Bisnis*, *4*(1), 126–141.

Perdana, A. (2024). *Pengaruh metode latihan interval ekstensif dan metode latihan interval intensif terhadap vo2maksimal Effects of the extensive interval training method and the intensive interval training method on VO2max*. *1*(1), 7–12.

Pertiwi, L. Z., Harahap, L. S., & Nasution, A. F. (2025). Peningkatan Kompetensi Pedagogik Guru Melalui Pengembangan Profesional Berkelanjutan. *Cemara Journal*, *3*(3), 1–7.

Pramudiantoro, K., Maharani, H., & Nindiatma, B. A. (2025). Upaya Guru Dalam Mengimplementasi Teori Belajar Sosial Albert Bandura di kelas. *Jurnal At-Tarbiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, *11*(1), 17–24.

Prastyana, B. R., Hidayatullah, M. F., & Riyadi, S. (2026). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Model Pembinaan Pencak Silat di Indonesia : Tinjauan Sistematis Literatur Tahun 2020-2025*. *7*(1), 258–269.

Pratama, W. Y., & Hidayah, N. (2025). Penerapan Pendidikan Karakter Melalui Ekstrakurikuler Tapak Suci Untuk Meningkatkan Disiplin dan Minat di Pesantren At Taqwa Muhammadiyah Miri Sragen Tahun Ajaran 2024/2025. Al 'Ulum. *Jurnal Pendidikan Islam*, *5*(1), 63–72.

Putra, F. Z., Saputra, E., & Putra, C. P. (2025). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Strategi Pelatih dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis PB Starka di Kabupaten Kerinci*. *6*(1), 127–135.

Putri, H. J., & Murhayati, S. (2025). *Metode Pengumpulan Data Kualitatif*. *9*, 13074–13086.

Putri, S., Sasmitha, W., & Igoresky, A. (2026). *Kemampuan Tendangan Sabit Atlet Ekstrakurikuler Pencak Silat MA Al-Kautsar Kabupaten Lima Puluh Kota*. *9*(3), 1264–1273.

Rahmah, U. H., & Jannah, S. R. (2023). *Pembinaan Kesehatan Mental Peserta didik melalui Kegiatan Keagamaan*. *4*(3), 687–693.

Rahmatullah, B. F. (2025). Implementasi Ekstrakurikuler Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Dalam Menumbuhkan Sikap Budi Pekerti di SDN Kwaron II. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, *3*(10).

Rahmawati, S., Sudrazat, A., & Lengkana, A. S. (2024). Pengaruh Pola Latihan Bertahap Pada Dinding Terhadap Penguasaan Passing Atas Pada Atlet Bola Voli Junior. *Journal of S.P.O.R.T*, *8*(2), 845–858.

Ricky, E. N., Hudah, M., & Widiyatmoko, F. A. (2021). *Pengembangan aplikasi pembelajaran pencak silat berbasis multimedia Development of multimedia-based pencak silat learning applications*. *10*(1), 40–52.

Ridha, M. C., & Arifin, H. S. (2014). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Tendangan Lurus Pencak Silat Menggunakan Media Palang Melalui Pendekatan Metode Demonstrasi. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, *12*(2), 154–166.

Rizal, A., Iskandar, & Herman, D. A. Z. (2025). Analisis Kecepatan Gerak Pukulan Depan Pada Atlit Pencak Silat TSPM SMA Negeri 3 Luwu. *Jurnal Dunia Pendidikan*, *5*(6), 2488–2498.

Rohman, U. (2018). *Profil Kompetensi Pelatih Sepakbola Usia Dini*. *3*(2), 179–190.

Sa'diyah, N. L., Lina, H. H. U., Lina, U., & Sa'adah, L. (2026). IMPLEMENTASI METODE DEMONSTRASI UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN ANAK TENTANG TATA CARA SHOLAT DHUHA Nur. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *9*(1), 65–79.

Safitri, S. (2025). *Penerapan experiential learning dalam pengembangan kompetensi sosial emosional peserta didik. Jurnal Pendidikan Tuntas*. *3*(1), 7–11.

Sagemba, A. R., & Muksin, M. (2021). Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Materi Kalor dan Perpindahannya di Kelas XI SMA Negeri 8 Tikep. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *7*(8), 406–410. https://doi.org/10.5281/zenodo.5773192

Sahabuddin, S., Hakim, H., & Syahruddin. (2020). Jurnal Penjaskesrek. *Jurnal Penjaskesrek*, *7*(2), 204–217.

Sari, G. P., & Bantolo, M. W. (2019). Kuda-Kuda Pencak Silat Dalam Penciptaan Tari Ji Karya Galuh Puspita Sari Pada Tahun 2018 Di Gedung Teater Besar ISI Surakarta. *GREGET: Jurnal Jurnal Ilmiah Seni Pertunjukan*, *18*(2), 131–139.

Selviana, V., & Wahyuni, F. A. (2023). Penerapan metode demonstrasi secara langsung dalam meningkatkan minat belajar siswa pada mata pelajaran fiqih. Jurnal Syntax Imperatif. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, *3*(6), 430–435.

Setiawan, H. (2022). Metode Demokrasi Dalam Pembelajaran Pendidikan. AKTUALITA. *Jurnal Penelitian Sosial Dan Keagamaan*, *12*(2), 34–42.

Setiawati, U. A., Mulyani, S., & Winarni, W. (2025). Perkembangan Fisik Peserta Didik di Tingkat Sekolah Dasar. Pendas. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *10*(4), 329–338.

Sholeh, M., & Winarno, I. S. C. W. (2023). Motivasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat di SDN Kembangarum 02 Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, *4*(1), 50–56.

Sidik, D. Z. (2022). Prinsip Latihan Atlet Pada Berbagai Periodisasi. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Persatuan Ahli Gizi Indonesia (TIN PERSAGI)*, 59–68.

Siregar, J., Ferdianty, F., Nurhasanah, H., & Salasri, L. (2026). *Perbandingan Teori Behaviorisme , Kognitivisme , dan Konstruktivisme dalam Pembelajaran Abad 21 di Indonesia : Tinjauan Literatur*. *5*(2), 2370–2377.

Siska, F. dkk. (2026). *Pendekatan dan Strategi Pembelajaran. Padang: Nevandra Pustaka Nusantara*.

Sitepu, A. P. dkk. (2023). Perkembangan Fisik Anak Kelas II Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Pakam, Sumatra Utara. *Jurnal Inovasi Sekolah Dasar*, *01*(01), 1-4(cite: 7).

Siwi, S. M., & Dunan, A. (2021). Strategi Pelatih Futsal Dalam Komunikasi Kelompok Untuk Mengangkat Citra Futsal Wanita Indonesia di Tifosi Amfc Club. *Jurnal Komunikasi Dan Media*, *02*(01), 26–36.

Sobarna, A., Hambali, S., Gunawan, G., Asmara, H., & Yuditya, S. (2022). Penerapan Direct Interaction Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong dalam Pembelajaran Pencak Silat. *JSKK (Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan)*, *7*(1), 36–45.

Stit, S., Nusantara, P., & Ntb, L. (n.d.). *Teori konstruktivisme dalam pembelajaran*. *1*, 79–88.

Subhaktiyasa, P. G. (2024). *Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. *9*, 2721–2731.

Suharyono. (2002). *Strategi Belajar Mengajar. Semarang: IKIP Semarang Press*. 8–41.

Sumarno, A., & Purbangkara, T. (2019). Meningkatkan Teknik Tendangan Samping (T) Dengan Metode Pembelajaran Demonstrasi Pada Pencak Silat. *JUDIKA (Jurnal Pendidikan Unsika)*, *7*(2), 89–96.

Susanto, D., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, *1*(1), 53–61.

Suyudi, I. (2026). Analisis Keterampilan Tendangan Depan Pencak Silat Pada Perguruan Tapak Suci Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah SPIRIT: Sport, Pendidikan, Ilmu & Riset*, *26*(2), 320–327.

Suyudi, I., Mappanyyungki, A. A., Ilyas, M. Bin, Dos Santos, H. A., & Hamzah, A. (2025). Sosialisasi Teknik Dasar Pencak Silat Terbaru Pada Siswa Siswi Man Insan Cendekia Gowa: Sosialisasi Teknik Dasar Pencak Silat Terbaru Pada Siswa Siswi Man Insan Cendekia Gowa. *Sinergi Pengabdian Kepada Masyarakat (SEPAKAT)*, *1*(1), 11–16.

Tsalasta, S. A. P., & Harianto, K. (2026). Kepemimpinan Transformasional Dalam Perusahaan : Dampaknya Terhadap Pengembangan SDM dan Kinerja Organisasi. *Jurnal Wawasan Manajemen*, *14*(1), 50–66.

Wahyuni, I. S., Sahirah, A. R., & Izzatillah, I. (2025). *Strategi Guru dalam Memberikan Pembelajaran Bertahap untuk Mengatasi Kesulitan Pada Anak Down Syndrome di SLB Api Alam Tlanakan Pamekasan*. *3*(2), 222–236.

Yenni, F., & Febriani, E. A. (2025). *Penerapan Model Experiential Learning dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Pembelajaran Sosiologi Kelas XI Fase F di SMA Pertiwi 1 Padang*. *4*, 286–292.

Zai, A., Lase, F., Harefa, A. T., & Harefa, A. (2024). *Penggunaan Teknik Umpan Balik (Feedback) dalam Membangun Kualitas Belajar Siswa*. *7*(September), 10824–10832.