

PENGARUH GAYA MENGAJAR KOMANDO DAN *MOTOR ABILITY* RENDAH TERHADAP HASIL BELAJAR TENDANGAN *DOLYO CHAGI* TAEKWONDO

Dicky Tri Juniar¹, Tatang Iskandar²

¹Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi

²Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam 45

Email: dickytrijuniar@unsil.ac.id¹, papapt42nk@gmail.com²

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh gaya mengajar komando dan motor ability rendah terhadap hasil tendangan dolyo chagi Taekwondo mahasiswa PJKR Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya. Penelitian dilakukan dilingkungan kampus Universitas Siliwangi pada Mahaiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, karena peneliti merencanakan dan melaksanakan kegiatan pengumpulan data yang ada hubungannya dengan hipotesis. Peneliti dengan sengaja dan secara sistematis memasukkan perlakuan-perlakuan ke dalam gejala-gejala alamiah dan kemudian mengamati akibat dari perlakuan tersebut. Pengambilan sampel yang penulis gunakan dengan cara acak sederhana (*random assignment*). Pembahasan hasil penelitiannya adalah gaya mengajar komando memberikan pengaruh yang signifikan bagi mahasiswa dengan motor ability rendah terhadap hasil belajar tendangan dolyo chagi ($q_0 = 4,63 < q_t = 3,63$). Dengan skor rata-rata = 34,81 dan simpangan bakunya = 5,69. Terdapat 44% mahasiswa yang memperoleh skor hasil tendangan dolyo chagi dibawah kelompok rata-rata, 12 % mahasiswa berada pada kelompok rata-rata, dan 44% mahasiswa memperoleh skor di atas kelompok rata-rata. Gaya komando lebih emberikan tingkat kedisiplinan yang tinggi bagi mahasiswa dan waktu yang digunakan akan lebih efektif efisien, sehingga diharapkan kepada seluruh dosen dan guru dalam memberikan pembelajaran olahraga kepada peserta didik yang keterampilan geraknya rendah khususnya mempelajari taekwondo lebih baik menggunakan gaya mengajar komando.

Kata Kunci : Metode Komando, *Motor Ability* Rendah, *Dolyo Chagi*.

ABSTRACT

The purpose of this study is to obtain information about the influence of command teaching style and motor ability low to the results kick dolyo chagi Taekwondo students PJKR Siliwangi University Tasikmalaya City. The research was conducted in the campus environment of Siliwangi University at Mahaiswa Physical Education, Health and Recreation. The method used in this study is the experimental method, because researchers plan and implement data collection activities that have something to do with the hypothesis. The researcher deliberately and systematically introduces the treatments into natural phenomena and then observes the effects of the treatment. The sampling used by the author with a simple random assignment (random assignment). Discussion of the results of his research is the style of teaching command to give a significant effect for students with low ability motor to the learning result kick dolyo chagi ($q_0 = 4.63 < q_t = 3.63$). With average score = 34.81 and standard deviation = 5.69. There were 44% of students who scored dolyo chagi kicks below the average group, 12% of the students were in the average group, and 44% of the students scored above the average group. Command style more giving high discipline level for students and time used will be more effective efficient, so it is expected to all lecturers and teachers in giving learning of sport to learners whose motion skill is low especially learn taekwondo better use style of command teaching.

Keywords: Command Method, Low Motor Ability, Dolyo Chagi.

I. PENDAHULUAN

Saat ini perkembangan olahraga di Indonesia sangat pesat, hal ini dapat di lihat dari even-even olahraga mulai dari tingkat lokal, nasional dan bahkan internasional. Demikian halnya dengan cabang olahraga Taekwondo yang berkembang secara pesat selama ± 30 tahun yang berakar dari perpaduan seni bela diri tradisional Korea Selatan dan Jepang, kemudian diramu menjadi seni bela diri Taekwondo yang kita kenal pada sekarang ini.

Taekwondo memiliki kelebihan selain mengajarkan aspek fisik dan teknik juga sangat menekankan pengajaran pada aspek disiplin dan mental agar memiliki sikap sportifitas (Cho Hong Hi:1954). Dengan demikian, Taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang baik serta mengandung aspek filosofi yang mendalam. Sehingga dengan mempelajari Taekwondo, maka pikiran, jiwa dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuhkan dan dikembangkan.

Dalam Taekwondo, ada 3 macam teknik yang dipelajari di antaranya adalah *Chagi* (tendangan), *Jireugi* (pukulan) dan *Makki* (tangkisan). Teknik tendangan menjadi sangat dominan dalam seni bela diri taekwondo, bahkan secara tidak langsung taekwondo sangat dikenal karena kelebihannya dalam hal teknik tendangannya (Zuhri Mulia, 2008:32). Banyak sekali teknik tendangan dan variasinya diantaranya yang sangat penting adalah *ap chagi*, *dolyo chagi*, *yeop chagi*.

Disamping sebagai beladiri yang sudah memasyarakat, taekwondo pun sudah masuk kedalam mata kuliah wajib diberbagai perguruan tinggi terutama pada program studi olahraga. Salah satunya adalah perguruan tinggi di Tasikmalaya yaitu Universitas Siliwangi pada program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi.

Rendahnya hasil belajar taekwondo mahasiswa PJKR Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya, diduga karena beberapa hal. Pertama karena faktor internal peserta didik, seperti kurangnya bakat yang dimiliki, lemahnya motivasi belajar, serta sikap negatif terhadap program pembelajaran yang ditawarkan. Kedua, adalah karena faktor eksternal peserta didik, seperti rendahnya kualitas tenaga pengajar / dosen, minimnya sarana belajar, kurangnya dukungan orang tua,

terbatasnya dana yang dimiliki, atau bahkan lemahnya perhatian pemerintah.

Para ahli pendidikan sependapat, untuk memperoleh hasil belajar yang optimal paling tidak ditentukan oleh dua faktor utama, yakni faktor kemampuan yang dimiliki (individual potensial) dan lingkungan yang menunjangnya, dengan kata lain dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dalam teori belajar kognitif yang menyatakan bahwa perilaku manusia merupakan fungsi dari organisme dan lingkungannya, semakin menunjukkan betapa pentingnya kedua faktor tersebut dalam meraih hasil belajar yang tinggi.

Faktor eksternal yang sangat berpengaruh terhadap rendahnya hasil belajar mahasiswa diantaranya dari faktor kualitas tenaga pengajar/dosen. Artinya seorang dosen tidak mampu melaksanakan pembelajaran yang berkualitas sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa serta kebutuhannya. Rendahnya kualitas pembelajaran sangat mungkin terjadi manakala seorang dosen kurang menguasai bahan, tidak mampu menterjemahkan kurikulum yang ada, atau tidak tepat dalam memilih strategi pembelajaran yang digunakan, misalnya seperti pemilihan gaya mengajar.

Gaya mengajar diartikan sebagai suatu upaya yang dilakukan oleh dosen untuk mengorganisir dan membimbing pengalaman belajar mahasiswa. Selain itu gaya mengajar berperan pula sebagai jembatan komunikasi antara dosen dengan mahasiswa dalam proses pembelajaran di lapangan. Artinya, gaya mengajar yang diterapkan dalam proses pembelajaran akan melahirkan interaksi antara dosen dengan mahasiswa, dan intensitasnya tergantung pada karakteristik gaya mengajar yang bersangkutan. Dari interaksi itulah mahasiswa memperoleh pengalaman belajar yang akan membuahkan perubahan perilaku yang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Oleh karena itulah, maka pemenuhan kebutuhan akan gaya mengajar yang efektif dan efisien cukup mendesak, apalagi dikaitkan dengan keterbatasan waktu, tenaga dan dana yang dimiliki universitas.

Efektifitas dan efisiensi pembelajaran juga terkait dengan masalah kemampuan gerak (*motor ability*) mahasiswa. Seorang mahasiswa yang kemampuan geraknya tinggi dan meraih keberhasilan belajar secara cepat akan lebih terpacu dan menyenangkan

kegiatannya daripada seorang mahasiswa yang kemampuan gerakannya rendah dan belajar lama apalagi tidak berhasil. Pengalaman gagal menyebabkan seorang mahasiswa cenderung akan menghindari dan tidak menyenangi kegiatan belajarnya. Oleh karena itulah untuk mengakomodir adanya perbedaan individual pada diri mahasiswa, penulis memasukkan kemampuan gerak (*motor ability*) sebagai variabel atribut dalam penelitian ini.

Atas dasar pemikiran itulah maka penulis tertarik untuk ikut berpartisipasi memecahkan persoalan di atas, melalui penelitian yang berjudul "Pengaruh Gaya Mengajar dan *Motor ability* terhadap Hasil Belajar Taekwondo".

belajar dalam dunia pendidikan memiliki sudut pandang yang berbeda. Di antaranya dapat penulis paparkan sesuai pendapat para ahli sebagai berikut. Belajar didefinisikan sebagai suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang melalui berbagai pengalaman yang diperolehnya. Perubahan sebagai hasil belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk, seperti berubah pengetahuannya, sikap dan tingkah lakunya, keterampilannya, dan lain-lain aspek yang ada pada diri individu (Sudjana, 1989:28-29). Selanjutnya Travers (Robert, 1977:6), mengatakan bahwa belajar adalah merupakan perubahan perilaku yang relatif permanen sebagai hasil interaksi seseorang dengan lingkungannya.

Belajar pada hakikatnya adalah suatu aktivitas yang mengharapkan terjadinya perubahan tingkah laku (*behavioral change*) pada individu yang belajar. Perubahan - perubahan tersebut tidak disebabkan karena faktor kematangan melainkan terjadi karena usaha individu yang bersangkutan. Jadi proses belajar dapat terjadi karena adanya interaksi baik dengan orang lain maupun dengan lingkungannya. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar dapat dilihat dari adanya perubahan perilaku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku menurut Anon (2003:3) adalah terjadi secara menyeluruh, baik perubahan pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor) maupun perubahan yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).

Belajar taekwondo berkaitan dengan belajar gerak (*motor learning*). Pengertian belajar gerak pada dasarnya tidak jauh berbeda dari konsep belajar pada umumnya. Belajar gerak (Gallahue, 1998:17) merupakan

perubahan yang relatif permanen dalam kinerja atau yang berhubungan dengan perubahan perilaku gerak yang dihasilkan berkat latihan atau pengalaman di masa lalu.

Dalam konteks yang hampir sama Siedentop (1994,291) menyatakan bahwa belajar gerak diartikan sebagai perubahan yang relatif permanen (melekat) di dalam kinerja keterampilan gerak yang diperoleh dari pengalaman atau latihan.

Berdasarkan pengertian di atas, dalam belajar gerak terkandung beberapa karakteristik sebagai berikut: Pertama belajar gerak sebagai seperangkat peristiwa, kejadian atau perubahan yang terjadi apabila seseorang berlatih yang memungkinkan mereka menjadi semakin terampil dalam melaksanakan suatu kegiatan. Kedua, belajar gerak adalah hasil langsung dari praktek atau pengalaman. Ketiga, belajar gerak tak dapat diukur secara langsung, karena proses yang mengantarkan pencapaian perubahan perilaku berlangsung secara internal atau dalam diri manusia sehingga tak dapat diamati secara langsung, terkecuali ditafsirkan berdasarkan perubahan perilaku. Keempat, belajar gerak dipandang sebagai proses yang menghasilkan perubahan relatif permanen dalam keterampilan (Rusli, 1988, 102-104).

Taekwondo memiliki kelebihan selain mengajarkan aspek fisik dan teknik juga sangat menekankan pengajaran pada aspek disiplin dan mental agar memiliki sikap sportifitas. Dengan demikian, taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang baik serta mengandung aspek filosofi yang mendalam. Sehingga dengan mempelajari Taekwondo, maka pikiran, jiwa dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuhkan dan dikembangkan.

Teknik tendangan sangat dominan dalam seni beladiri Taekwondo, bahkan harus diakui bahwa Taekwondo sangat dikenal karena kelebihannya dalam teknik tendangan. Banyak sekali bentuk dan tipe teknik tendangan didalam taekwondo, walaupun didalam mempelajari *Poomse Tae Geuk*, tidak banyak teknik tendangan yang terdapat dalam jurus-jurusnya.

Teknik tendangan menjadi sangat penting karena kekuatannya yang jauh lebih besar daripada tangan, walaupun teknik tendangan secara umum lebih sukar dilakukan ketimbang teknik tangan. Namun, dengan latihan-latihan yang benar, baik, dan terarah,

teknik tendangan akan menjadi senjata yang dahsyat untuk melumpuhkan lawan.

Berbagai tendangan dasar yang terpenting dalam taekwondo salah satunya adalah tendangan dollyo chagi. Kekuatan tendangan ini selain dari lecutan lutut juga sangat didukung oleh putaran pinggang yang sebenarnya merupakan penyaluran tenaga dari massa badan.

Tendangan ini pada dasarnya menggunakan pula bantalan telapak kaki (*Ap Chuk*), namun sangat sering pula menggunakan baldeung (punggung kaki), terutama jika digunakan dalam pertandingan. Karena dalam pertandingan dibutuhkan point yang sah yakni perkenaan pada kaki harus pas pada area dibawah mata kaki dan memerlukan power yang maksimal.

Mengajar (*teaching*) merupakan suatu proses yang dilakukan dosen dengan sengaja untuk menciptakan situasi yang memungkinkan mahasiswa aktif belajar. Sedangkan pengajaran merupakan suatu usaha aktif untuk membimbing dan mengarahkan pengalaman belajar kepada peserta belajar yang berlangsung pada situasi tertentu. Dalam konsep pendidikan dewasa ini, istilah pengajaran kurang memenuhi arti sebenarnya. Sebab pengajaran terlalu menekankan pada aktivitas dosen, padahal maksud sebenarnya adalah agar mahasiswalah yang aktif belajar. Oleh karena itu istilah mengajar cenderung diganti dengan istilah pembelajaran (*instruction*), yang berarti proses membuat orang belajar. Dengan kata lain pembelajaran adalah upaya untuk membelajarkan peserta didik. Secara implisit dalam pembelajaran terdapat kegiatan memilih, menetapkan, mengembangkan metode untuk mencapai hasil pembelajaran yang diharapkan. Dengan demikian pembelajaran adalah merupakan suatu kejadian, peristiwa, atau kondisi yang secara sengaja dirancang untuk mempengaruhi mahasiswa (pembelajar), sehingga proses belajarnya dapat berlangsung dengan mudah (Supandi, 1992:5).

Mosston (1994:3) mengatakan, bahwa mengajar merupakan seperangkat pembuatan keputusan. Oleh karena itu persoalan mendasar dalam mengajar, sebenarnya adalah menyiapkan seperangkat keputusan berkenaan dengan perilaku dosen dan mahasiswa sehingga diperoleh hubungan timbal balik yang serasi antar keduanya untuk meraih tujuan secara efektif dan efisien. Seperangkat

keputusan dimaksud, berkenaan dengan pengaturan peranan khusus antara dosen dengan mahasiswa dalam kegiatan belajar-mengajar. Menurutnya, struktur pembuatan keputusan antara dosen-mahasiswa dalam kegiatan belajar-mengajar dapat digambarkan dalam sebuah spektrum gaya mengajar. Setiap gaya dirancang dalam suatu proses pembuatan keputusan yang berbeda sesuai dengan kondisi belajar yang diharapkan. Menurut Mosston sebagaimana dikutip Adisasmita (1997:10-12), setiap tindakan mengajar merupakan hasil dari keputusan yang telah diambil sebelumnya. Keputusan yang harus diambil dalam setiap tindakan pembelajaran meliputi tiga langkah, yakni keputusan saat pra pertemuan, selama pertemuan, dan pasca pertemuan.

Gaya mengajar komando mensyaratkan adanya rangsang yang terus-menerus pada diri mahasiswa, oleh karena itulah pada gaya mengajar ini kedudukan mahasiswa dalam proses pembelajaran hanya dianggap sebagai objek. Di sisi lain dosen memegang peranan penting dalam memproduksi rangsang, yang dapat membangkitkan perilaku mahasiswa. Dengan demikian kedudukan dosen pada gaya mengajar komando dapat dianggap sebagai subjek. Rangsang direncanakan, dan diberikan sepenuhnya oleh dosen, sementara mahasiswa meresponnya secara berulang-ulang. Selain menerapkan prinsip ulangan, metode ini juga menyelipkan prinsip ganjaran (*reinforcement*) pada pelaksanaannya. Ganjaran bila diberikan secara tepat sudah barang tentu akan semakin memperkuat pertalian antara stimulus dan respons. Ganjaran dapat berupa materi atau bentuk lain yang dapat membangkitkan gairah belajar mahasiswa, seperti isyarat, piagam ataupun bentuk penghargaan lainnya. Makin kuat hubungan antara keduanya, maka akan semakin berhasillah proses pembelajaran ini (Franklin, 1978:33-34).

Karakteristik khusus dari gaya komando ini adalah, 1) standar penampilan sudah mantap dan hanya untuk satu tugas, 2) materi atau bahan ajar dipelajari secara menyeluruh dan dilakukan secara berulang-ulang, 3) materi atau bahan ajar dipilih menjadi bagian-bagian yang dapat ditiru, 4) tidak ada perbedaan individual, diharapkan menirukan model, 5) melalui peniruan, kelompok menampilkan tugas yang sama.

II. BAHAN DAN METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Bereksperimen adalah kegiatan yang direncanakan dan dilaksanakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data-data yang ada hubungannya dengan hipotesis. Peneliti dengan sengaja dan secara sistematis memasukkan perlakuan-perlakuan ke dalam gejala-gejala alamiah dan kemudian mengamati akibat dari perlakuan tersebut. Dalam bentuk yang sederhana suatu eksperimen mempunyai tiga ciri utama, yakni (a) suatu variabel bebas yang dimanipulasi, (b) semua variabel lainnya kecuali variabel bebas dipertahankan tetap seperti semula, dan (c) pengaruh manipulasi variabel bebas terhadap variabel terikat diamati.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan mengacu pada prosedur yang dinyatakan oleh Ferduci (1980:175-176) yaitu menetapkan menetapkan sampel dengan teknik persentase melalui pembagian dengan menggunakan sistem ranking. Dalam penelitian ini adalah random sampling (acak sederhana). Sedangkan sampel yang digunakan adalah mahasiswa putra PJKR-UNSIL Tasikmalaya yang diambil dari populasi terjangkau, dan dikelompokkan berdasarkan tingkat kemampuan gerakannya. Kategori *motor ability* tinggi dan rendah dijadikan landasan untuk mengelompokkan sampel ke dalam eksperimen, yakni dengan cara mengambil 27 % sampel yang memiliki *motor ability* tinggi, dan 27 % sampel yang memiliki motor abiliy rendah. Mahasiswa yang terpilih sebagai sebanyak 16 orang dengan motor ability rendah kemudian ditempatkan ke dalam gaya mengajar komando.

Hasil belajar taekwondo dalam penelitian ini adalah perubahan tingkah laku, yakni bertambahnya kemampuan atau keterampilan menendang yang diperoleh mahasiswa setelah mengikuti proses pembelajaran dalam jangka waktu tertentu. Indikator – indikator hasil belajar taekwondo dalam penelitian ini meliputi tendangan *dolyo chagi* kaki kanan dan kiri.

Hasil belajar taekwondo adalah nilai yang diperoleh mahasiswa, yang diukur dengan menggunakan instrumen tes taekwondo yang dibuat sendiri oleh peneliti melalui rubrik penilaian. Skor hasil belajar taekwondo diperoleh dari jumlah rata-rata skor

butir tes yang ada didalam rubrik penilaian yang dilakukan mahasiswa.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan gerak mengacu pada tes baku yang dikutip oleh Nurhasan (2004:130-134) yakni *Barrow Motor ability Test*. Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan gerak seseorang, berfungsi untuk mengelompokkan, pembimbingan dan prestasi. Tes tersebut terdiri dari 6 (enam) butir tes, dapat digunakan untuk tingkat usia SMP sampai dengan mahasiswa. Butir-butir tes tersebut adalah sebagai berikut :

- a). *Standing broad jump*
- b). *Soft ball throw*
- c). *zig-zag run*
- d). *Wall pass*
- e). *Medicine ball put*
- f). *Lari cepat 50 meter*

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Ditinjau dari data penelitian menggunakan uji Tukey diperoleh Q hitung = 4,63 lebih besar dari pada Q tabel = 3,63 (Q hitung = 4,63 > Q tabel = 3,63). Ini berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_A) diterima. Dengan demikian terbukti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan hasil belajar Tendangan *Dolyo chagi* bagi mahasiswa yang memiliki *motor ability* rendah dengan menggunakan gaya mengajar komando.

Hasil penelitian ini akan memberikan penjelasan mengenai sisi baik dari gaya komando, bahwa walaupun pembelajaran yang monoton tetapi banyak hal yang bisa membuat perubahan atau pengaruh lebih baik untuk mahasiswa yang mempunyai *motor ability* rendah.

Kelebihan dari gaya mengajar komando terhadap pembelajaran taekwondo diantaranya adalah ; *pertama* gaya mengajar ini lebih memberikan tingkat kedisiplinan yang tinggi bagi mahasiswa untuk mempelajari gerak sesuai indikator yang sudah ditentukan. Kedua tidak membutuhkan pemahaman kognitif, mahasiswa hanya tinggal mengikuti apa yang dicontohkan. Ketiga secara pemanfaatan waktu akan lebih efektif efisien karena semua sudah diatur dengan baik oleh dosen, maka ketercapaian keberhasilanpun akan lebih maksimal. Keempat suasana selama pembelajaranpun akan lebih tertib dan teratur dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal karena semuanya diatur oleh dosen

mulai dari mempelajari teknik, waktu dan pemanfaatan alat atau sarana dan prasarana. Maka dari itu gaya mengajar komando memberikan pengaruh yang baik dalam banyak hal untuk mahasiswa yang mempunyai *motor ability* rendah.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan gaya mengajar komando untuk mahasiswa dengan motor ability rendah terhadap hasil belajar tendangan dolyo chagi. tu karena mahasiswa yang memiliki *motor ability* rendah lebih bersifat pasif, malas dan kurang kreatif sehingga dibutuhkan suatu pembelajaran yang benar-benar terkontrol dan terkendali agar proses dan hasilnya bisa tercapai optimal. Gaya mengajar komando lebih cocok dan pantas bagi mahasiswa yang memiliki *motor ability* rendah, karena karakteristik gaya ini adalah semua kendali ada pada tenaga pengajar atau dosen, mempertinggi kedisiplinan dan kepatuhan, sangat efektif dan efisien untuk waktu yang singkat, dan juga baik untuk membina keseragaman dan kekompakan. Maka dari itu dalam optimalisasi hasil pembelajaran seorang tenaga pengajar atau dosen perlu untuk mempersiapkan dan memilih gaya pembelajaran yang sesuai dengan kemampuan peserta didiknya.

Dalam rangka peningkatan hasil belajar taekwondo baik pendidikan dasar sampai perguruan tinggi, disarankan kepada guru dan dosen untuk memilih dan menerapkan gaya mengajar yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) peserta didik (mahasiswa).

DAFTAR PUSTAKA

- Annarino Anthony A, Charles C. Cowell dan Haselton, *Curriculum Theory and Design in Physical Education*. St. Louis : C.V. Mosby Company, 1980
- Anon, *Pedoman Pembelajaran Tuntas*. Jakarta: Ditjen Dikdasmen, Depdiknas, 2003
- Frank M. Ferducci, *Measurement In Physical Education*. St. Louis. The C.V. Mosby Company. 1980.
- Gallahue, David L., John C. Ozmun, *Understanding Motor Development*. Boston: McGraw-Hill, 1998

- Jend. Cho Hong Hi. www.TaeKwondo-Indonesia.com. 1954. Diakses pada tanggal 15 Oktober 2010.
- Lutan, Rusli. *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta : Ditjen Dikti-P2LPTK, 1988.
- Nurhasan dan Abdul Narlan, (2004). *Statistika Deskriptif*. Tasikmalaya: Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Siliwangi.
- Siedentop, Darly. *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. California : Mayfield Publishing Company, 1994.
- Sudjana, Nana. *Dasar-dasar Proses Belajar*. Bandung: Sinar Baru, 1989
- Travers, Robert M.W., *Essentials of Learning*. New York: Macmillan Publishing Co., Inc. 1977
- Zuhri Mulia, Tb. Indra. Suwandi Gunawan. *Competition Rules dan Interpretation World Taekwondo Federation*. 2008.