

## BAB IV

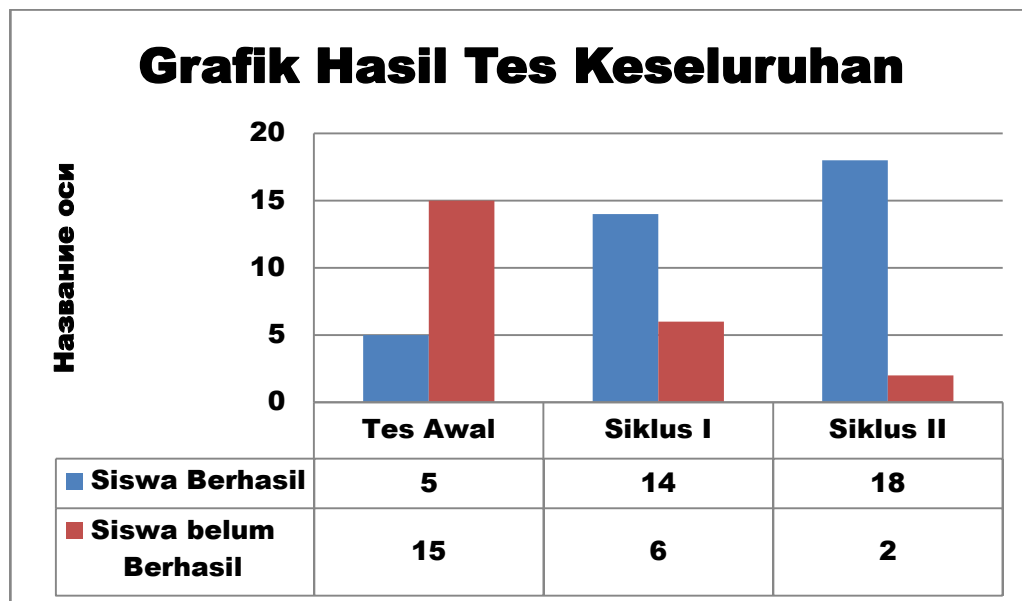
### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Pada pengambilan data terhadap hasil tendangan sabit dari 20 siswa diperoleh sebuah hasil data, saat sejak dimulainya sebuah tes awal nilai rata-rata siswa 7,96 siklus I nilai rata-rata siswa 9,54, dan pada siklus II nilai rata-rata siswa menjadi 9,93. Untuk tingkat keberhasilan hasil latihan siswa pada tes awal siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 5 siswa (25%), 15 siswa (75%) belum berhasil. Pada siklus I siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 14 siswa (70%), dan 6 siswa (30%) belum berhasil, pada siklus II siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 18 siswa (90%), 2 siswa (10%) Ekskul pencak silat SMP Negeri 3 Babelan yang belum berhasil.

Tabel 2. Tabel Distribusi Hasil Tes Tendangan Sabit

No.	Nama	Tes					
		Awal	Ket	Siklus 1	Ket	Siklus 2	Ket
1	Septi Almakurnia	6,19	Belum	8,63	Belum	9,19	Belum
2	Isabela Shaina	7,13	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
3	Rines Pramesari	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
4	Jihan Karimah	7,25	Belum	8,19	Belum	9,44	Belum
5	Dewi Sulistiawati	6,50	Belum	8,31	Belum	10,00	Berhasil
6	Anadea Anggrai	7,56	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
7	Laelatul Khodriah	6,63	Belum	8,75	Belum	10,00	Berhasil
8	Septia Anggita P	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
9	Safira Jastiani	7,06	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
10	Riska Fatiqa Sari	7,13	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
11	Lidia Latufandani	7,13	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
12	Ibnu Rifki	7,19	Belum	8,63	Belum	10,00	Berhasil
13	Sidiq Tirta Wijaya	8,56	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
14	Gilang Muhamad Raya	8,06	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
15	Reza Miftaulum	7,63	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
16	Wahyu Ardi Pratama	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
17	Wendra Satria	7,25	Belum	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
18	Zakie Yahya	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
19	Noval Surya Ramadhan	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil	10,00	Berhasil
20	Mushafiz	7,94	Belum	8,31	Belum	10,00	Berhasil
Jumlah		159,2		190,8		198,6	
Rata - Rata		7,96		9,54		9,93	
Jumlah Siswa Berhasil		5		14		18	
Prosentase ( % )		25		70		90	



Gambar 15. Diagram Batang Hasil Grafik Keseluruhan Tes Tendangan Sabit

### 1. Deskripsi Awal

Penelitian ini dilakukan melalui program dan melalui tahapan tes awal dimulai pada tanggal 19 April 2016. Pelaksanaan kegiatan tes awal yang dilakukan peneliti dan kolabor kepada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Kab.Bekasi, Perguruan KPS Nusantara yang berjumlah 20 orang (total sampling), yang terdiri dari 9 orang putra dan 11 orang putri. Kegiatan tes awal ini dilakukan berdasarkan dengan melihat kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik tendangan sabit pencak silat, lalu pada langkah selanjutnya menjadikan penggunaan media bola gantung sebagai media alat latihannya. Setelah dilakukan tes awal maka hasil tes awal adalah sebagai berikut: dari 20 siswa, hanya 5 siswa yang dinyatakan berhasil karena mendapatkan nilai 10. Sedangkan 15 siswa lainnya mendapatkan nilai kurang dari 10 yakni rata-rata nilai 7,90

sehingga untuk tes awal ini 15 siswa tersebut dinyatakan belum berhasil. Adapun hasil tes awal sebagai berikut : nilai terendah 6,19 nilai tertinggi 10 dan nilai rata-ratanya 7,96. Pada hasil tes awal Siswa ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara dapat dilihat dalam tabel distribusi dan grafik di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi Hasil Tes Awal Tendangan Sabit

NO.	Keterangan	Frekuensi	Nilai	Relatif
1	Berhasil, Nilai Tertinggi	5	10	25%
2	Belum, Nilai Terendah	15	6	75%

Hasil tes awal keterampilan tendangan sabit dengan media alat bola gantung siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara juga dapat dilihat dalam diagram sebagai berikut :



Gambar 16. Diagram Pie Hasil Tes Awal tendangan sabit

Hasil ini yakni penilaian pada tes awal yang sudah dilakukan merupakan refleksi awal dalam penelitian untuk membuat suatu perencanaan penelitian, tindakan, observasi dan refleksi disetiap siklusnya. Maka dengan telah diketahui data hasil tes awal tendangan sabit pencak silat untuk selanjutnya maka akan dilakukan suatu tindakan melalui metode latihan peningkatan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung dalam upaya meningkatkan keterampilan teknik tendangan sabit pencak silat pada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Kab.Bekasi, Perguruan KPS Nusantara.

Membentuk siklus merupakan langkah awal peneliti, yaitu dengan membuat perencanaan. Berdasarkan hasil diskusi oleh peneliti dan kolaborator maka dalam membuat perencanaan harus merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. pada perencanaan ini strategi melatih adalah dengan strategi yang bagaimana dan melalui apa saja yang diterapkan oleh peneliti kepada siswa sehingga sesuai dengan tujuan latihan, dan peneliti juga mempersiapkan perlengkapan yang dibutuhkan untuk digunakan dalam proses latihan cabang olahraga pencak silat.

Tindakan dan observasi merupakan tahap awal pada setiap siklusnya selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah tahap perencanaan selesai dibuat. Pelaksanaan tindakan mengkonsentrasikan terhadap latihan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung melalui tindakan observasi pelaksanaan, mengamati proses latihan, melihat

perilaku yang ditunjukkan siswa, melihat kemampuan siswa dalam menerima dan merespon tindakan yang diberikan merupakan tugas peneliti selama proses tindakan berlangsung.

Proses akhir dalam siklus merupakan hal yang penting yaitu refleksi, yakni evaluasi yang dilakukan peneliti dan kolaborator terhadap pelaksanaan tindakan yang sudah dilakukan. Kolaborator dan peneliti mendiskusikan tentang bagaimana kekurangan, keberhasilan, dan penerapan tindakan yang nantinya akan dijadikan sebagai pedoman dalam tahap selanjutnya.

## **2. Pelaksanaan Siklus I**

Waktu yang digunakan sesuai dengan program latihan sebanyak 4 kali pertemuan dengan durasi waktu ialah 120 menit. Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal latihan. Penelitian pada siklus ini dilaksanakan melalui media bola gantung. Apabila target yang sudah ditentukan dapat dicapai oleh siswa maka cukup hanya siklus I ini saja namun apabila siklus I yang telah dilakukan dan tidak memiliki hasil yang signifikan maka penelitian berjalan dengan tetap melanjutkan ke tahapan Siklus II sebagai kelanjutan penelitian tersebut.

### **a. Perencanaan Tindakan I**

Tujuan yang diharapkan :

1. Siswa memahami konsep teknik tendangan sabit pencak silat yang benar.
2. Siswa dapat mempraktekkan tahapan tendangan sabit pencak silat dengan benar.

b. Pelaksanaan Tindakan I

Pada pelaksanaan tindakan I pelatih mempersiapkan siswa terlebih dahulu sebelum memberikan tujuan serta konsep gerakan teknik tendangan sabit yang benar, dengan memberikan sebuah arahan serta motivasi agar siswa bersemangat saat melakukan kegiatan selama latihan. Penjelasan diberikan mulai dari tingkatan atau elemen yang mudah hingga yang kompleks:

- 1) Tahap Persiapan, meliputi:
  - Sikap pandangan
  - Sikap tangan
  - Sikap kaki
  - Sikap badan
- 2) Tahap Gerakan Awal mengangkat kaki, meliputi:
  - Sikap pandangan
  - Sikap tangan
  - Sikap kaki
  - Sikap badan
- 3) Tahap Gerakan melakukan tendangan, meliputi:
  - Sikap pandangan

- Sikap tangan
  - Sikap kaki
  - Sikap badan
- 4) Tahap Sikap Akhir, meliputi :
- Sikap pandangan
  - Sikap tangan
  - Sikap kaki
  - Sikap badan

Setelah keempat tahapan selesai siswa diharuskan untuk menggabungkan ke 4 (empat) tahapan tersebut disertai penjelasan dan motivasi dengan memberikan evaluasi gerak yaitu, bahwa inti gerakan teknik tendangan sabit adalah mengikat kaki serta proses melepaskan tendangan dan ketika tahap tersebut sudah dimengerti siswa peneliti mulai menerapkan latihan dengan menggunakan media bola gantung.

Latihan yang dilakukan adalah:

1. Pelatih menjelaskan konsep teknik tendangan sabit.
2. Siswa berbaris dan melakukan sikap persiapan gerakan tendangan sabit pencak silat dengan sasaran media bola gantung.
3. Siswa melakukan gerakan awal yaitu mengangkat posisi kaki siap melakukan tendangan kearah sasaran media bola gantung.

4. Siswa melakukan gerakan angkatan lutut kaki dengan proses melepas kaki yang diikuti perpindahan posisi pinggang mengikuti arah lintasan gerak ke arah sasaran.
5. Siswa melakukan gerakan tarikan kaki dan gerakan akhir tendangan sabit dengan menarik kembali kaki setelah melakukan dan kembali seperti sikap persiapan.

c. Hasil Observasi I

Selama latihan berlangsung, kolaborator melakukan pengamatan dan memberikan hasil sebagai berikut:

- ✓ Masih ada siswa yang belum memahami konsep teknik tendangan sabit pencak silat.
- ✓ Masih ada siswa yang pandangannya saat melakukan tendangan sabit pencak silat tidak fokus terhadap sasaran bola gantung artinya masih ada yang melirik, melihat ke bawah atau samping.
- ✓ Masih ada siswa pada saat tahap gerakan awal yakni menempatkan kaki tumpunya terlalu jauh bahkan terlalu dekat dengan sasaran, terlalu jauh dengan batas yang telah diberikan, sikap tangan siswa masih ada yang satu berada di dada dan satunya lagi di samping.
- ✓ Pada saat melepas tendangan sabit masih ada yang menempatkan kaki rendah saat melakukan tendangan dan serta kehilangan keseimbangan terhadap media bola gantung. Sikap



tangan siswa saat melakukan tendangan sabit masih tidak melindungi kemaluan.

- ✓ Pada tahap melepas tendangan sabit masih ada yang tidak sesuai sasaran, serta pada proses tahap tarikan kaki siswa masih ada yang lupa menarik kakinya kembali atau meletakan ke bawah.
- ✓ Masih ada siswa yang belum seimbang ketika mengangkat kaki setinggi perut.
- ✓ Sikap badan siswa saat melakukan tendangan sabit masih ada yang membungkuk serta condong ke depan.

#### d. Analisis dan Refleksi I

Setelah dilakukannya tindakan latihan serta tujuan yang dilakukan pada siklus I ini maka peneliti dan kolaborator sepakat, bahwa sudah terlihat adanya peningkatan keterampilan teknik tendangan sabit pencak silat. Namun masih ada beberapa hal yang harus diperbaiki seperti sikap pandangan, sikap tangan pada tiap tahapan, melepaskan lutut kaki, tarikan kaki, jarak penempatan kaki, angkatan tungkai, serta sikap badan masih ada yang melakukan kesalahan. Untuk memperbaiki kesalahan tersebut maka penelitian ini dilanjutkan pada siklus II dengan lebih memperhatikan tahap gerakan awal dan tahap selanjutnya.

### 3. Pelaksanaan Siklus II

Pada siklus II ini tidak jauh berbeda dengan siklus pertama karena tindakan siklus II ini dilakukan dengan tujuan yang sama pada siklus pertama, hanya saja pada siklus II ini siswa lebih di fokuskan pada sikap pandangan, sikap tangan, tahap melecutkan kaki, tarikan kaki, jarak penempatan kaki, serta sikap badan pada siswa yang masih melakukan kesalahan.

#### a. Perencanaan Tindakan II

Tujuan yang diharapkan:

1. Siswa memahami konsep teknik tendangan sabit pencak silat yang baik dan benar.
2. Siswa dapat mempraktikkan tahapan gerakan tendangan sabit pencak silat dengan benar.
3. Siswa mampu melakukan tendangan sabit pencak silat dengan melakukan tendangan dengan gerakan yang maksimal serta efektif.

#### b. Pelaksanaan Tindakan II

Pada siklus II ini program latihan teknik tendangan sabit yang dilakukan oleh peneliti dan kolaborator lebih memfokuskan serta mempertajam gerakan tendangan sabit melalui sikap pandangan, tangan, kaki, serta jarak penempatan kaki tumpu terhadap sasaran.

Pada tindakan siklus II ini peneliti menjelaskan dan memperagakan gerakan tendangan sabit dari tahap termudah hingga gerakan yang

kompleks kemudian peneliti menggabungkan tahapan-tahapan gerakan tendangan sabit menjadi satu rangkaian. Peneliti juga menjelaskan dan memotivasi siswa untuk dapat melakukan tendangan sabit dengan benar serta jarak penempatan kaki tumpu yang baik dan mampu mengarah ke sasaran. Peneliti menginstruksikan siswa untuk mempraktikkan gerakan teknik tendangan sabit yang sudah diperagakan dari yang termudah hingga gerakan yang kompleks dan kemudian menggabungkannya menjadi satu rangkaian.

Tindakan selanjutnya melakukan gerakan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung. Sedikit berbeda dengan siklus I, dimana siklus II ini, siswa melakukan tendangan sabit dengan memberikan fokus sikap utama saat menendang dan selesai menendang (proses).

Dengan memberikan latihan yang dilakukan adalah:

1. Pelatih menjelaskan konsep teknik dasar gerakan tendangan sabit dengan media bola gantung.
2. Siswa berbaris dan mengatur jarak behadapan antar siswa terhadap sasaran sesuai dengan perintah pelatih.
3. Siswa melakukan gerakan tahap persiapan dengan melihat sasaran.
4. Siswa secepat mungkin melakukan tahap gerakan awal menempatkan kaki tumpu terhadap sasaran setelah sasaran bergerak terlebih dahulu kemudian melakukan tendangan sabit.

5. Siswa melakukan tahap mengangkat kaki yang diikuti angkatan tungkai kaki serta putaran pinggang kearah sasaran.
6. Siswa melakukan tahap tarikan tendangan dan tahap akhir dengan menarik kaki setelah melepas pada perpindahan pinggang dan kembali ke sikap awal.

c. Hasil Observasi II

Selama tindakan siklus II berlangsung, kolaborator melakukan pengamatan dan memberikan hasil observasi sebagai berikut:

- ✓ Siswa sudah mampu memahami konsep teknik tendangan sabit.
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan tendangan sabit dengan baik.
- ✓ Siswa sudah mampu memperbaiki sikap pandangan fokus kearah sasaran.
- ✓ Siswa sudah mampu memperbaiki sikap tangan dengan salah satu tangan mengepal melindungi kemaluan dan satu tangan didepan dada.
- ✓ Siswa sudah mampu mengangkat kaki dan menempatkan kaki terhadap sasaran dengan baik sebelum melakukan putaran pinggang.
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan lecutan tungkai kaki yang diikuti dorongan pinggang tanpa kehilangan keseimbangan terhadap media bola gantung, serta menarik kembali seperti pada saat tahap persiapan dan sikap badan yang tidak condong atau bungkuk.
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan tendangan sabit ke arah sasaran.

- ✓ Siswa sudah mampu melakukan teknik tendangan sabit dengan efektif dan benar ke arah sasaran.

#### d. Analisis dan Refleksi II

Berdasarkan data yang didapat dari hasil observasi siklus II serta hasil diskusi dari peneliti dan kolaborator maka pada siklus II ini, menarik kesimpulan bahwa latihan peningkatan tehnik tendangan sabit dengan media bola gantung dapat meningkatkan teknik tendangan sabit pencak silat dengan sangat baik, dilihat dari siswa yang mampu memahami setiap arahan dan konsep yang telah disampaikan serta tindakan evaluasi yang telah diuraikan terhadap kegiatan penelitian yang berlangsung, serta melakukan tahapan-tahapan gerakan teknik tendangan sabit baik menggunakan media bola gantung, atau sesuai arahan saat melakukan tendangan secara penggunaan tekniknya (Tes tendangan), dengan menunjukkan sikap positif selama latihan berlangsung.

### **B. Pembahasan Hasil Penelitian**

Kondisi siswa sebelum melakukan latihan dapat kita ketahui dengan dilakukannya tes awal, dari hasil tes awal yang sudah dilakukan maka ada 5 siswa atau 25% dengan data nilai 10 yang dinyatakan berhasil. Setelah dilakukan tindakan siklus I maka prosentase keberhasilan siswa sebesar 70%, yakni siswa yang berhasil dengan menggunakan media bola gantung adalah 14 siswa, dengan nilai 10 dinyatakan berhasil. Hasil tindakan siklus I tersebut kemudian dianalisis

oleh peneliti dan kolaborator untuk perencanaan tindakan siklus II, Setelah dilakukannya tindakan siklus II maka prosentase keberhasilan siswa sebesar 90%, dengan keberhasilnya yaitu 18 siswa mendapat nilai 10. Maka dengan demikian terjadi sebuah peingkatan Prosentase menjadi 90% melalui penggunaan media bola gantung terhadap kemampuan tendangan sabit siswa.

### 1. Hasil Penelitian Siklus I

Setelah melaksanakan latihan teknik tendangan sabit pencak silat dengan media alat bantu bola gantung pada siklus I, maka diperoleh hasil tes siklus I pada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara juga dapat dilihat dalam tabel :

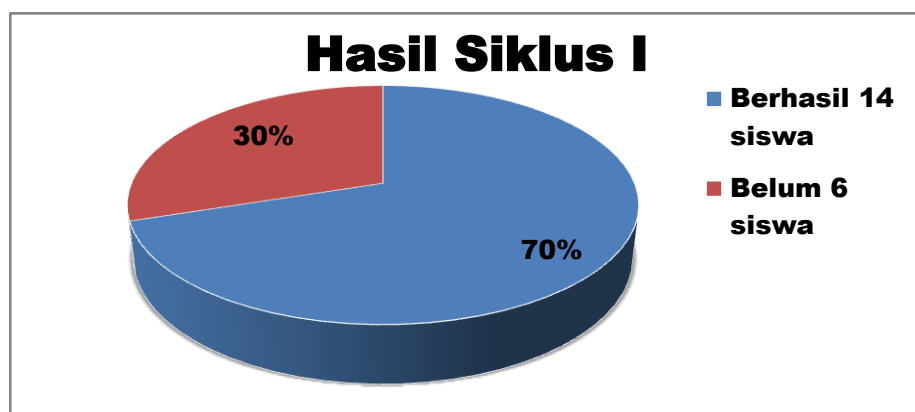
Tabel 4. Distribusi Hasil Nilai Tes Siklus I Tendangan Sabit

NO	Nama	Nilai Siklus I	Keterangan
1	Septi Almakurnia	8,625	Belum
2	Isabela Shaina	10	Berhasil
3	Rines Pramesari	10	Berhasil
4	Jihan Karimah	8,1875	Belum
5	Dewi Sulistiawati	8,3125	Belum
6	Anadea Anggraii	10	Berhasil
7	Laelatul Khodriah	8,75	Belum
8	Septia Anggita P	10	Berhasil
9	Safira Jastiani	10	Berhasil
10	Riska Fatiqa Sari	10	Berhasil
11	Lidia Latufandani	10	Berhasil
12	Ibnu Rifki	8,625	Belum
13	Sidiq Tirta Wijaya	10	Berhasil
14	Gilang Muhamad Raya	10	Berhasil
15	Reza Miftaulum	10	Berhasil
16	Wahyu Ardi Pratama	10	Berhasil
17	Wendra Satria	10	Berhasil
18	Zakie Yahya	10	Berhasil
19	Noval Surya Ramadhan	10	Berhasil
20	Mushafiz	8,3125	Belum

Tabel 5. Distribusi Hasil Tes Siklus I Tendangan Sabit

NO.	Keterangan	Frekuensi	Nilai	Relatif
1	Berhasil, Nilai Tertinggi	14	10	70%
2	Belum, Nilai Terendah	6	8	30%

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pada kemampuan keterampilan teknik tendangan sabit pada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara dari nilai rata-rata tes awal 7,96 dan siswa yang berhasil hanya 5 siswa dan berubah terdapat peningkatan menjadi rata-ratanya yaitu 9,54 dalam siklus I terdapat siswa yang berhasil menjadi 14 siswa. Namun target yang ditetapkan oleh peneliti belum dapat dicapai dalam siklus I ini, dan hasil tes siklus I kemampuan keterampilan teknik tendangan sabit siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara dapat dilihat pada Diagram sebagai berikut:



Gambar 17. Diagram Pie Hasil Tes Siklus I Tendangan Sabit

Berdasarkan hasil tes pada siklus I peneliti dan kolaborator menyimpulkan pada siklus I siswa mengalami peningkatan dari hasil tes awal yang telah dilakukan dan diputuskan untuk mencoba dilakukannya sebuah penelitian ke tahap siklus II, untuk mencari hasil yang diharapkan oleh peneliti dan kolabor, lalu mendiskusikannya kembali untuk mencari target data yang ingin diharapkan dan dicapai kolabor dan peneliti.

## 2. Hasil Penilaian Siklus II

Pada siklus II dilaksanakan latihan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung, maka diperoleh hasil tes dari tindakan siklus II siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Hasil Nilai Tes Siklus II Tendangan Sabit

NO.	Keterangan	Frekuensi	Nilai	Relatif
1	Berhasil, Nilai Tertinggi	18	10	90%
2	Belum, Nilai Terendah	2	9	10%

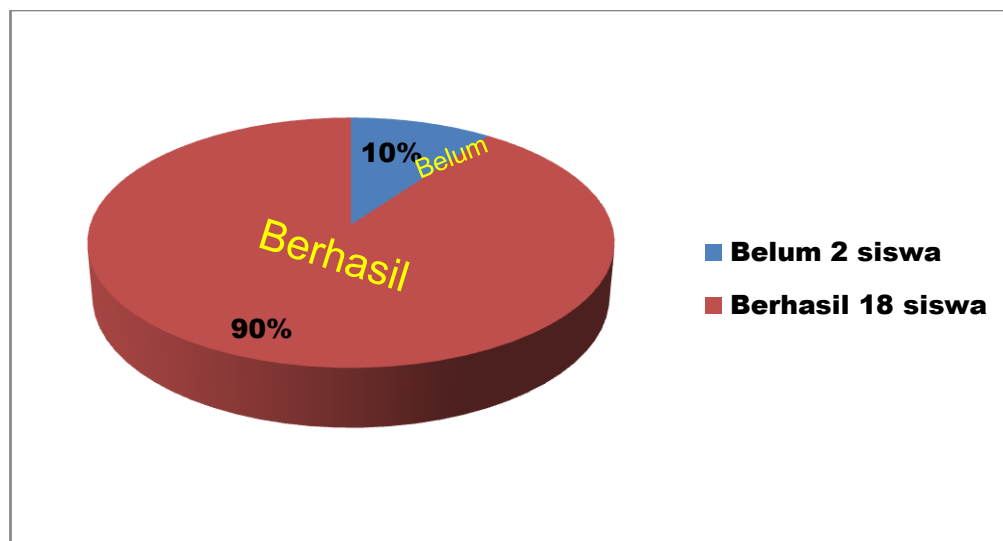


Tabel 7. Distribusi Hasil Nilai tes siklus II Tendangan sabit

No.	Nama	Siklus 1	Ket
1	Septi Almakurnia	9,19	Belum
2	Isabela Shaina	10	Berhasil
3	Rines Pramesari	10	Berhasil
4	Jihan Karimah	9,44	Belum
5	Dewi Sulistiawati	10	Berhasil
6	Anadea Anggraii	10	Berhasil
7	Laelatul Khodriah	10	Berhasil
8	Septia Anggita P	10	Berhasil
9	Safira Jastiani	10	Berhasil
10	Riska Fatiqa Sari	10	Berhasil
11	Lidia Latufandani	10	Berhasil
12	Ibnu Rifki	10	Berhasil
13	Sidiq Tirta Wijaya	10	Berhasil
14	Gilang Muhamad Raya	10	Berhasil
15	Reza Miftaulum	10	Berhasil
16	Wahyu Ardi Pratama	10	Berhasil
17	Wendra Satria	10	Berhasil
18	Zakie Yahya	10	Berhasil
19	Noval Surya Ramadhan	10	Berhasil
20	Mushafiz	10	Berhasil

Maka peneliti dan kolaborator menyimpulkan bahwa 90% siswa telah berhasil dalam upaya tujuan peningkatan keterampilan teknik tendangan sabit pencak silat dengan menggunakan media bola gantung. Prosentase tersebut merupakan target dari peneliti dalam penelitian ini. dikarenakan permasalahan telah terjawab maka dengan demikian peneliti dan kolaborator sepakat untuk memberhentikan penelitian sampai disiklus II ini saja. Hasil tes siklus II dalam angka peningkatan kemampuan

keterampilan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung siswa ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara juga dapat dilihat dalam diagram sebagai berikut:



Gambar 18. Diagram Pie hasil tes siklus II tendangan sabit

Dengan demikian dari hasil penilaian siklus II telah terjadi peningkatan dari 70% menjadi 90% pada tindakan siklus II, maka dapat disimpulkan bahwa latihan peningkatan teknik tendangan sabit dengan media bola gantung, dapat meningkatkan keterampilan teknik tendangan sabit pencak silat secara progres, selama langkah langkah penelitian yang dilakukan terhadap setiap proses terhadap progres yang telah tercapai pada data tes siklus II tendangan sabit pencak silat dengan media bola gantung pada siswa-siswi SMP Negeri 3 Babelan.

### **C. Pengamatan Kolaborator**

Penelitian ini kolaborator mengamati dan berdiskusi, lalu memberikan masukan di setiap siklusnya. Hasil latihan teknik tendangan sabit siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara, ialah pelaksanaan tes awal kemampuan siswa dengan nilai rata-rata siswa 7,96 pada siklus I nilai rata-rata siswa 9,54 dan pada siklus II nilai rata-rata siswa yakni 9,93 dengan data yang diperoleh tersebut, dan untuk data keberhasilan hasil latihan siswa pada tes awal yang dinyatakan berhasil berjumlah 5 siswa atau prosentase yang terlihat sebesar 25% saja. Untuk hasil keberhasilan pada siklus I ada 14 siswa yang dinyatakan berhasil atau secara prosentasenya 70% dan terlihat terdapat sebuah progress, dan pada siklus II siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 18 siswa atau secara prosentasenya adalah 90%.

Peningkatan hasil tes awal, siklus I, dan siklus II dalam latihan teknik tendangan sabit dilihat sangat baik dan efektif. Peneliti dan Kolaborator telah menemukan jawaban terhadap penggunaan media bola gantung atas hasil perumusan permasalahan peneliti terhadap: Apakah teknik tendangan sabit dengan sasaran media bola gantung dapat meningkatkan keterampilan teknik tendangan sabit pada siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMP Negeri 3 Babelan Perguruan KPS Nusantara Kab.Bekasi dan peningkatan yang dihasilkan terlihat bersifat progress atau adanya peningkatan pada setiap siklusnya. Maka dengan demikian kolaborator dan peneliti memutuskan untuk menghentikan

penelitian sampai disini karena perumusan masalah telah terjawab dengan gambaran dan hasil data yang diperoleh sebagai data nilai yang telah diasumsikan terhadap penelitian yang telah diperoleh melalui tahapan-tahapan yang telah dirumuskan dan mengaplikasikan setiap metode penelitian tindakan (*Action Research*) dengan subyek penelitian sebanyak 20 sample siswa dan siswi yang mengikuti Ekstrakurikuler Pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Kab.Bekasi kelas VII terhadap hasil peningkatan teknik tendangan sabit pencak silat terhadap penguasaan teknik dasar yang perlu di perbaiki ataupun ditingkatkan.Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan oleh peneliti dan kolabor dengan melibatkan pelatih sabagai pengamat terhadap penelitan yang telah dilakukan dan dihasilkan dengan rasio-rasio pada tabel berikut:

Tabel 8. Distribusi Hasil Nilai Tes

Tes Awal		Siklus I		Siklus II	
Siswa Berhasil	Siswa Belum Berhasil	Siswa Berhasil	Siswa Belum Berhasil	Siswa Berhasil	Siswa Belum Berhasil
5/25%	15/75%	14/70%	6/30%	18/90%	2/10%



Gambar 19. Grafik Hasil Tes Keseluruhan Tendangan Sabit