

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Dari hasil tes Pukulan Depan dari, 20 siswa yakni tes awal nilai rata-rata siswa 7,58, siklus I nilai rata-rata siswa 9,53, dan siklus II nilai rata-rata siswa 9,93. Untuk keberhasilan hasil latihan siswa, tes awal siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 2 siswa (10%), 18 siswa belum berhasil. Pada siklus I siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 13 siswa (65%), 7 siswa belum berhasil, dan pada siklus II siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 18 siswa (90%), 2 siswa belum berhasil.

Tabel 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
GOR KOJA JAKARTA UTARA

| No | Nama | Tes | | | | | |
|-----------------------|-------------------|-------|----------|----------|----------|----------|----------|
| | | Awal | Ket | Siklus 1 | Ket | Siklus 2 | Ket |
| 1 | Novan Gusti | 7.13 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 2 | Fitria Umardi | 6.00 | Belum | 8.75 | Blum | 10.00 | Berhasil |
| 3 | Dendika Rosandi | 7.00 | Belum | 8.00 | Blum | 9.50 | Belum |
| 4 | Popon Alvian | 6.38 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 5 | Tegar Burhan | 7.56 | Belum | 8.50 | Blum | 10.00 | Berhasil |
| 6 | Adinda Salsabilah | 7.25 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 7 | Faisal Umar | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 8 | Abdul Rohman | 7.00 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 9 | Wahyu Alam | 6.44 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 10 | Alma Yraradita | 8.56 | Belum | 9.50 | Blum | 10.00 | Berhasil |
| 11 | Achmad Rifai | 7.19 | Belum | 8.94 | Blum | 10.00 | Berhasil |
| 12 | Muhammad Riski | 8.56 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 13 | Dwi Ulan | 6.44 | Belum | 8.88 | Blum | 10.00 | Berhasil |
| 14 | Yudi Supriadin | 8.06 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 15 | muhammad Agung | 7.13 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 16 | Widodo Saputra | 7.63 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 17 | Tegus Gunawan | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 18 | Nur Lita | 8.13 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 19 | Danniel thufail | 7.25 | Belum | 10.00 | Berhasil | 10.00 | Berhasil |
| 20 | abdul rahim | 7.94 | Belum | 8.00 | Belum | 9.19 | Belum |
| Jumlah | | 151.6 | | 190.6 | | 198 | |
| Rata - Rata | | 7.58 | | 9.53 | | 9.93 | |
| Jumlah Siswa Berhasil | | 2 | | 13 | | 18 | |
| Prosentase | | 10 | | 65 | | 90 | |

1. Deskripsi Awal

Penelitian ini diawali dengan pengambilan biodata dan diadakan tes awal pada tanggal 14 Mei 2017. Pelaksanaan kegiatan tes awal yang dilakukan peneliti kepada siswa U-13 tahun PSN Perisai Putih GOR KOJA JAKARTA UTARA yang berjumlah 20 orang, yang terdiri dari 15 orang putra dan 5 orang putri. Kegiatan tes awal ini dilaksanakan guna untuk mengidentifikasi kondisi awal kemampuan siswa terhadap latihan khususnya untuk teknik Pukulan depan dengan media *rubber*. Setelah dilakukan tes awal maka hasil tes awal adalah sebagai berikut : dari 20 siswa, hanya 2 siswa yang dinyatakan berhasil karena mendapat nilai 10. Sedangkan 18 siswa lainnya mendapatkan nilai kurang dari 10 yakni rata-rata nilai 7,58 sehingga untuk tes awal ini 18 siswa tersebut dinyatakan belum berhasil. Adapun hasil tes awal sebagai berikut : nilai terendah 6,00 , nilai tertinggi 10, dan nilai rata-rata 7,58. Hasil tes awal atlet PSN Perisai Putih GOR Koja Jakarta Utara dapat dilihat dalam tabel distribusi dan grafik di bawah ini :

Tabel 6. Distribusi hasil tes pukulan depan dengan media *rubber*

| No. | Interval Kelas | Frekuensi | Relatif (%) |
|--------|----------------|-----------|-------------|
| 1 | 6,00 - 6,50 | 4 | 20 |
| 2 | 6,51 - 7,00 | 2 | 10 |
| 3 | 7,01 - 7,50 | 5 | 25 |
| 4 | 7,51 - 8,00 | 3 | 15 |
| 5 | 8,01 - 8,50 | 2 | 10 |
| 6 | 8,51 - 9,00 | 2 | 10 |
| 7 | 9,01 - 9,50 | 0 | 0 |
| 8 | 9,51 - 10,00 | 2 | 10 |
| JUMLAH | | 20 | 100 |

Maka dapat dilihat dari tabel distribusi di atas terlihat bahwa hanya 2 siswa yang masuk kelas rentang 9,51 - 10,00 atau 10% yang dinyatakan berhasil dari jumlah seluruh siswa yakni 20 siswa. Sedangkan siswa lainnya belum mencapai target ialah siswa yang belum mendapatkan atau masuk ke rentang interval kelas 9,51 - 10,00. Jumlah siswa tersebut ialah 2 siswa atau 10% masuk kerentang 8,51 - 9,00, 2 siswa atau 10% masuk kerentang 8,01 - 8,50, 3 siswa atau 15% masuk kerentang 7,51 - 8,00, 5 siswa atau 25% masuk kerentang 7,01 - 7,50, 2 siswa atau 10% masuk kerentang 6,51 - 7,00, dan 4 siswa atau 20% masuk kerentang 6,00 - 6,50 Hasil tes awal kemampuan pukulan depan dengan media *rubber* PSN Perisai putih GOR Koja Jakarta Utara juga dapat dilihat dalam diagram sebagai berikut :



Gambar 4.4 Diagram Pie Hasil Tes Awal Pukulan Depan

Hasil ini yakni hasil penilaian pada tes awal yg sudah dilakukan merupakan refleksi awal dalam penelitian untuk membuat suatu perencanaan penelitian. tindakan, observasi, dan refleksi selanjutnya pada tiap siklusnya. Maka telah diketahui dari hasil tes awal pukulan depan Pencak Silat untuk selanjutnya akan diberikan tindakan melalui latihan peningkatan teknik Pukulan Depan dengan media *rubber* dalam upaya meningkatkan keterampilan teknik pukulan depan Pencak Silat pada siswa usia 13tahun PSN Perisai Putih GOR Koja Jakarta Utara.

Membentuk siklus merupakan langkah awal peneliti yaitu dengan membuat perencanaan. Berdasarkan hasil diskusi peneliti dengan kolaborator maka dalam membuat perencanaan harus merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. Pada perencanaan ini strategi melatih yang bagaimana dan 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.

Tindakan dan observasi merupakan tahap siklus selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah tahap perencanaan selesai dibuat. Pelaksanaan tindakan mengkonsentrasikan terhadap latihan teknik Pukulan Depan dengan media *rubber*. Obsevasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses latihan, melihat perilaku yang ditunjukan 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 di jadikan sebagai pedoman dalam tahap selanjutnya.

2. Pelaksanaan Siklus I

Waktu yang di gunakan sesuai dengan program latihan ialah 120 menit. Penelitian ini di laksanakan sesuai dengan jadwal latihan. Penelitian pada siklus ini dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan latihan. Apabila target yang sudah ditentukan dapat di capai oleh siswa maka cukup hanya siklus 1 ini saja.

a. Perencanaan Tindakan I

Tujuan yang diharapkan :

1. Siswa memahami konsep teknik pukulan depan Pencak Silat yang benar.
2. Siswa dapat mempraktekkan tahapan pukulan depan Pencak Silat dengan benar.
3. Siswa mampu melakukan pukulan depan Pencak Silat dengan menggunakan lintasan dan sasaran yang tepat.

b. Pelaksanaan Tindakan I

Pada pelaksanaan tindakan I pelatih mempersiapkan siswa terlebih dahulu sebelum memberikan tujuan serta konsep gerakan teknik pukulan depan yang benar

dengan memberikan juga motivasi agar siswa bersemangat. 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 Pelaksanaan, meliputi :

- Sikap pandangan
- Sikap tangan
- Sikap kaki
- Sikap badan

3.) Tahap Gerakan Lanjutan, 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 atlet diharuskan untuk menggabungkan keempat tahapan tersebut disertai penjelasan dan motivasi bahwa inti gerakan teknik Pukulan Depan dan peneliti mulai menerapkan latihan dengan menggunakan media *rubber*.

Latihan yang dilakukan adalah :

1. Pelatih menjelaskan konsep teknik gerakan Pukulan Depan Pencak Silat.
2. Siswa berbaris dan melakukan sikap persiapan gerakan pukulan depan melalui alat bantu *rubber*
3. Siswa mengikat tangan dengan *rubber* dan tangan siswa melakukan pukulan depan pencak silat
4. Siswa melakukan gerakan pukulan depan dan badan memutar 45 derajat.
5. Siswa setelah melakukan Pukulan Depan dan tangan di tarik membentuk membentuk 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 pukulan depan Pencak Silat.
- ✓ Masih ada siswa yang pandangannya saat melakukan pukulan depan Pencak Silat tidak fokus terhadap sasaran artinya masih ada yang melirik, melihat ke bawah atau samping.

- ✓ Masih ada siswa pada saat tahap gerakan awal yakni menempatkan kaki tumpunya terlalu jauh dan sikap tangan atlet masih ada yang satunya di depan dada dan satunya lagi di samping.
- ✓ Pada saat memutar poros kaki kiri depan dan badan memutar 45 derajat .
- ✓ Pada sikap badan siswa setelah melakukan pukulan depan tangan di tarik dan kaki membentuk kudah-kudah depan.

d. Analisis dan Refleksi I

Setelah dilakukan tindakan latihan serta tujuan yang dilakukan pada siklus ini maka peneliti dan kolabolator sepakat bahkan sudah terlihat adanya peningkatan ketelampilan teknik Pukulan depan Pencak Silat. Namun masih ada beberapa hal yang harus diperhatikan seperti sikap pandangan, sikap tangan pada tiap tahapan, lintasan, jarak menempatkan kaki tumpu, memutar badan hingga 45 derajat, serta sikap kaki masih ada yang melakukan kesalahan. Untuk memperbaiki kesalahan tersebut maka peneliti ini di lanjutkan 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 atlet lebih di pokuskan pada pandangan, sikap tangan, tahap menarik, jarak menempatkan kaki, serta sikap badan pada atlet yang melakukan kesalahan.

a. Perencanaan Tindakan II

Tujuan yang diharapkan:

1. Siswa memahami konsep teknik Pukulan Depan Pencak Silat yang benar.
2. Siswa dapat mempraktekkan tahapan gerakan Pukulan Depan Pencak Silat dengan benar.
3. Siswa mampu melakukan Pukulan Depan Pencak Silat dengan menggunakan lintasan dan sasaran yang tepat.

b. Pelaksanaan Tindakan II

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

Pada tindakan siklus II ini peneliti menjelaskan dan memperagakan gerakan pukulan depan dari tahap termudah hingga gerakan yang kompleks kemudian peneliti menggabungkan tahapan-tahapan gerakan pukulan menjadi satu rangkaian. Peneliti juga menjelaskan dan memotivasi atlet untuk dapat melakukan pukulan depan dengan benar serta jarak penempatan kaki tumpu yang baik dan mampu mengarah ke sasaran. Peneliti menginstruksikan atlet untuk mempraktekkan gerakan teknik pukulan depan yang sudah diperagakan dari yang termudah hingga gerakan yang kompleks dan kemudian menggabungkannya menjadi satu rangkaian.

Tindakan selanjutnya yang menggunakan teknik pukulan dengan media *rubber*. sedikit berbeda dengan siklus pertama, dimana siklus II ini atlet melakukan pukulan depan dengan lintasan dan sasaran.

Latihan yang dilakukan adalah ;

1. Pelatih menjelaskan konsep teknik dasar gerakan pukulan depan dengan media *rubber*.
2. Siswa berbaris dan mengatur jarak mengarah kearah sasaran sesuai dengan perintah pelatih.
3. Siswa melakukan gerakan tahap persiapan kaidah melihat sasaran.
4. Siswa secepat mungkin melakukan gerakan pukulan depan ke arah sasaran.
5. Siswa melakukan peputaran poros kaki .
6. Siswa melakukan pukulan depan menarik secepat mungkin dan membuntuk kuda-kuda tengah.

c. Hasil Observasi II

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

- ✓ Siswa sudah mampu memahami konsep teknik pukulan depan.
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan pukulan dengan dengan baik.
- ✓ Siswa sudah mampu memperbaiki sikap pandangan fokus kearah sasaran.
- ✓ Siswa sudah mampu memperbaiki gerak poros kaki.
- ✓ Siswa sudah mampu fokus ke arah sasaran .
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan lintasan pukulan dengan baik .
- ✓ Siswa sudah mampu melakukan posisi kuda-kuda tengah dengan benar.

d. Analisis dan Refleksi II

Didapat dari hasil observasi siklus II serta hasil diskusi dari peneliti dan kolaborator maka pada siklus II ini menarik kesimpulan bahwa latihan peningkatan teknik pukulan depan Media *rubber* dapat meningkatkan teknik pukulan dengan sangat baik, dilihat dari atlet yang mampu memahami dan menerapkan konsep, serta melakukan tahap-tahapan gerakan teknik Pukulan depan serta menunjukkan sikap positif selama latihan belansung.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Kondisi atlet sebelum melakukan latihan dapat kita ketahui dengan di adakan tes awal. Dari hasil tes awal yang sudah dilakukan maka ada 2 siswa atau 10% dengan nilai 10 yang dinyatakan berhasil. Setelah dilakukan tindakan siklus I maka prosentase keberhasilan atlet sebesar 65%, yakni siswa yang berhasil sebanyak 13 atlet dengan nilai 10. Hasil tindakan siklus I tersebut kemudian dianalisis oleh peneliti dan kolaborator untuk perencanaan tindakan siklus II. Setelah dilakukan tindakan siklus II maka prosentase keberhasilan atlet sebesar 90%, dengan berhasilnya 18 atlet mendapat nilai 10. Maka dengan demikian terjadi peningkatan dalam latihan teknik pululan depan dengan media *rubber*.

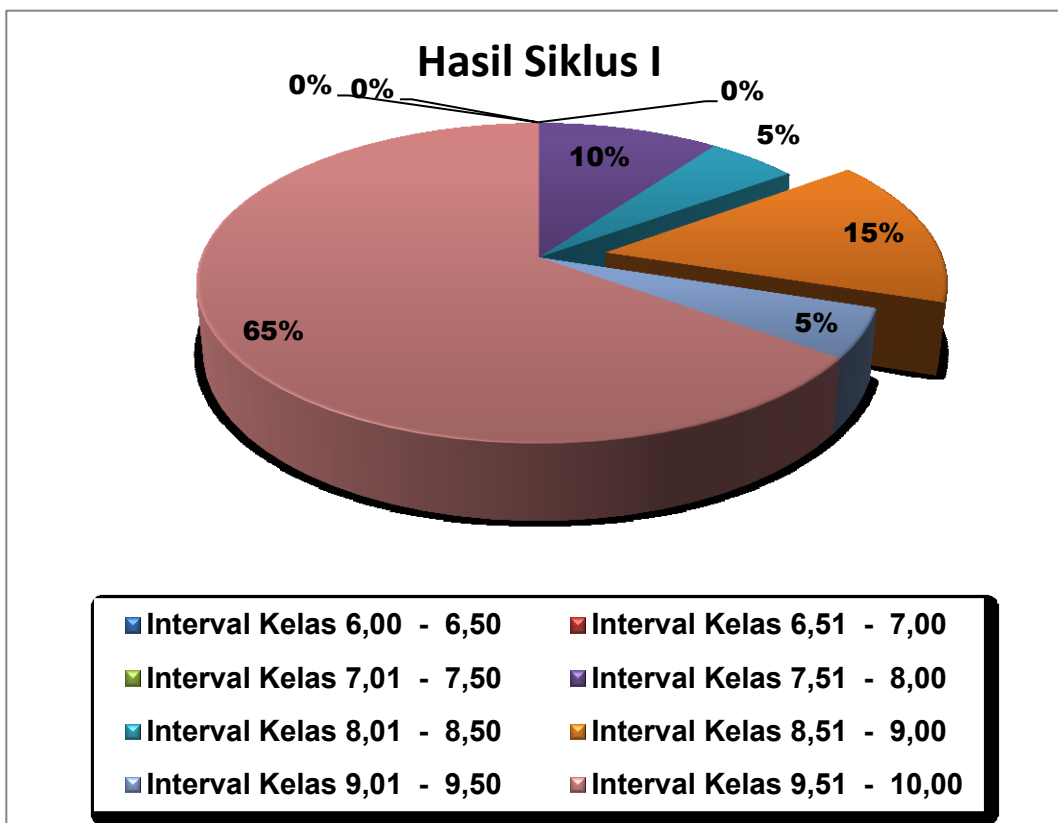
Hasil Penelitian Siklus I

Tabel 7. Distribusi Hasil tes Siklus I Pukulan Depan

| No. | Interval Kelas | Frekuensi | Relatif (%) |
|--------|----------------|-----------|-------------|
| 1 | 6,00 - 6,50 | 0 | 0 |
| 2 | 6,51 - 7,00 | 0 | 0 |
| 3 | 7,01 - 7,50 | 0 | 0 |
| 4 | 7,51 - 8,00 | 2 | 10 |
| 5 | 8,01 - 8,50 | 1 | 5 |
| 6 | 8,51 - 9,00 | 3 | 15 |
| 7 | 9,01 - 9,50 | 1 | 5 |
| 8 | 9,51 - 10,00 | 13 | 65 |
| JUMLAH | | 20 | 100 |

Berdasarkan data tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa 13 orang siswa mendapat rentang nilai 9,51 - 10,00 atau 65% dari jumlah seluruh atlet. Hasil dari siklus I menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tes awal. Namun ada atlet yang belum dinyatakan berhasil yakni 1 siswa yang berada pada rentang 9,01 - 9,50 atau 5%, serta 3 siswa berada pada rentang 8,51 - 9,00 atau 15%, 1 atlet berada di rentang 8,01 - 8,50 atau 5%, dan 2 siswa berada pada rentang 7,51 - 8,00. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pada kemampuan keterampilan teknik pukulan depan pada siswa usia 13 tahun PSN Perisai putih GOR Koja Jakarta Utara dari nilai rata-rata tes awal 7,58 dan siswa yang berhasil hanya 2 siswa menjadi rata-rata 9,53 dalam siklus I dan siswa yang berhasil menjadi 13 siswa. Namun target yang ditetapkan oleh peneliti belum dapat dicapai dalam siklus I ini. Dan Hasil tes siklus I kemampuan keterampilan teknik pukulan depan siswa usia 13 tahun PSN Perisai Putih Gor Koja Jakarta Utara dapat dilihat pada Diagram sebagai berikut :

Gambar 4.5 Diagram Pie hasil tes siklus I teknik Pukulan Depan



Berdasarkan hasil tes pada siklus I peneliti dan kolaborator menyimpulkan pada siklus I siswa mengalami peningkatan dari hasil tes awal yang telah dilakukan.

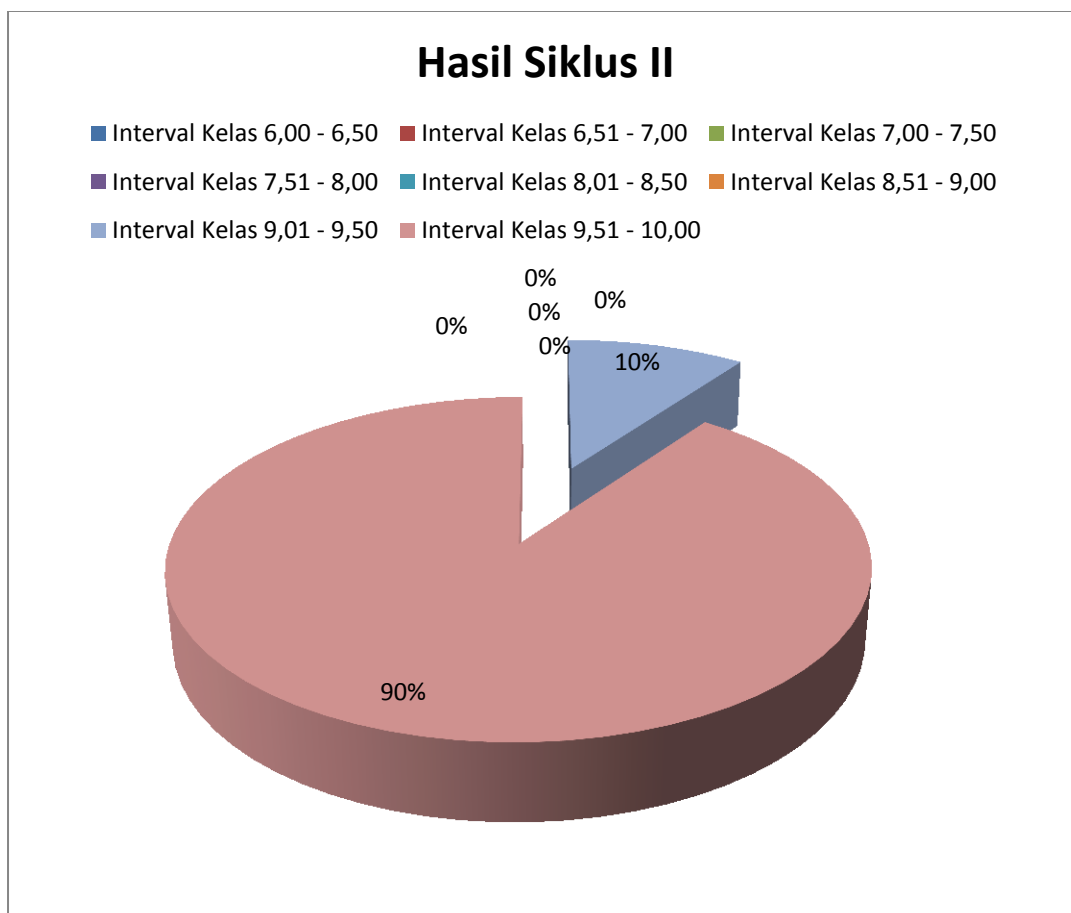
2. Hasil Penilaian Siklus II

Pada siklus II dilaksanakan latihan teknik pukulan depan dengan media *rubber*, maka di peroleh hasil tes dari tindakan siklus II atlet Pencak Silat PSN Perisai Putih Gor Koja Jakarta utara dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 8. Distribusi Hasil tes siklus II Pukulan depan

| No. | Interval Kelas | Frekuensi | Relatif (%) |
|--------|----------------|-----------|-------------|
| 1 | 6,00 - 6,50 | 0 | 0 |
| 2 | 6,51 - 7,00 | 0 | 0 |
| 3 | 7,01 - 7,50 | 0 | 0 |
| 4 | 7,51 - 8,00 | 0 | 0 |
| 5 | 8,01 - 8,50 | 0 | 0 |
| 6 | 8,51 - 9,00 | 0 | 0 |
| 7 | 9,01 - 9,50 | 2 | 10 |
| 8 | 9,51 - 10,00 | 18 | 90 |
| JUMLAH | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 18 siswa dinyatakan berhasil serta masuk kerentang 9,51 - 10,00 atau 90%, Namun masih ada 2 atlet yang masuk kerentang 9,01 - 9,50 atau 10%. Maka peneliti dan kolaborator menyimpulkan bahwa 90% siswa telah berhasil dalam upaya peningkatan keterampilan teknik pukulan depan pencak Silat dengan media *rubber*. 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 pukulan depan dengan media *rubber* siswa usia 13tahun PSN Perisai Putih Gor Koja Jakarta Utara dapat dilihat dalam diagram sebagai berikut:



Gambar 4.6 Diagram Pie hasil tes siklus II teknik Pukulan Depan

Dengan demikian dari hasil penilaian siklus II telah terjadi peningkatan dari 65% menjadi 90% pada tindakan siklus II, maka dapat disimpulkan bahwa latihan peningkatan tehnik pukulan depan dengan media *rubber* dapat meningkatkan keterampilan tehnik pukulan depan pencak silat.

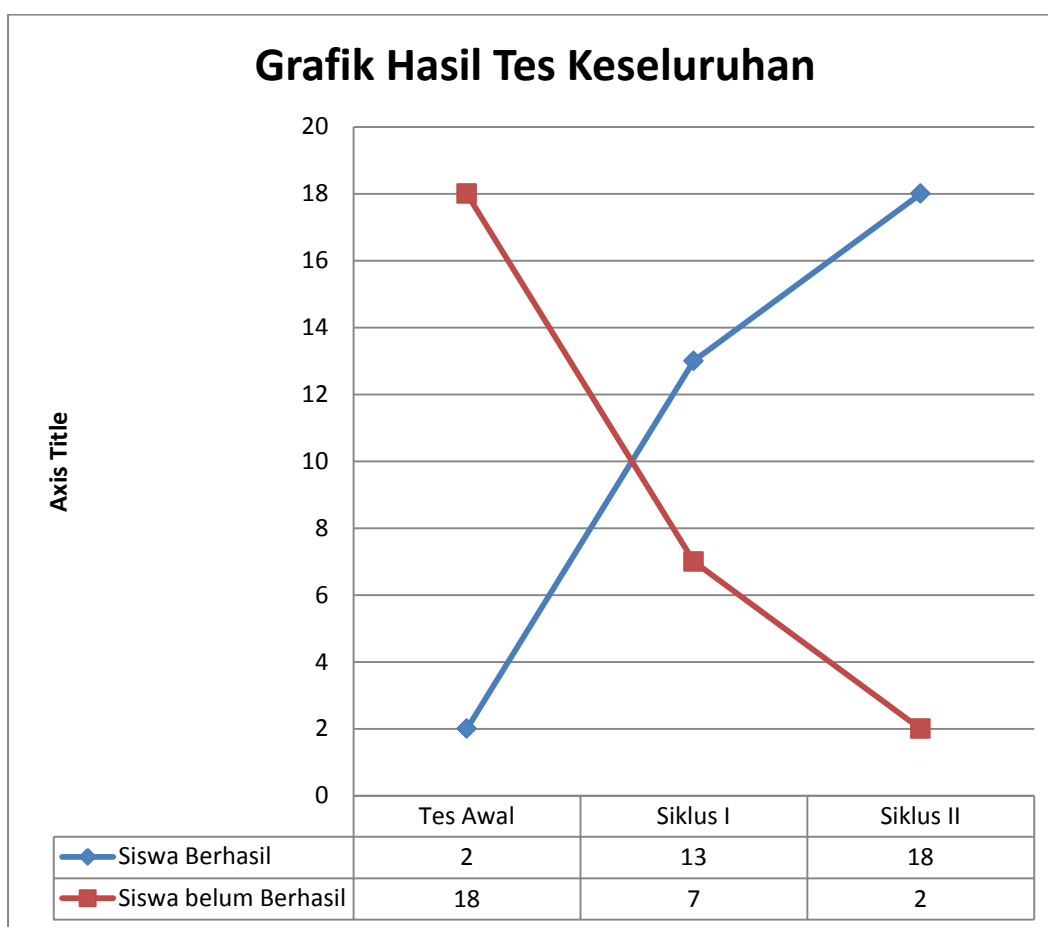
3. pengamatan Kolaborator

Dalam penelitian ini kolaborator mengamati dan berdiskusi memberikan masukan di tiap siklusnya. Hasil latihan teknik pukulan depan siswa usia 13 tahun PSN Perisai putih Gor Koya Jakarta Utara, ialah pelaksanaan tes awal dengan nilai rata-rata siswa 7,58, pada siklus I nilai rata-rata atlet 9,53, dan pada siklus II nilai rata-rata siswa yakni 9,93. Dan untuk keberhasilan hasil latihan siswa pada tes awal yang dinyatakan berhasil berjumlah 2 atlet atau 10% saja. Untuk hasil keberhasilan pada siklus I ada 13 siswa yang dinyatakan berhasil atau 65%, dan pada siklus II siswa yang dinyatakan berhasil sejumlah 18 siswa atau 90%.

Peningkatan hasil tes awal, siklus I, dan siklus II dalam latihan teknik pukulan depan dilihat sangat baik. Peneliti dan Kolaborator telah menemukan jawaban atas hasil perumusan permasalahan peneliti yakni Apakah teknik pukulan depan dengan sasaran media *rubber* dapat meningkatkan teknik pukulan depan pada PSN Perisai putih Gor Koya Jakarta Utara 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.

Tabel 9. Hasil atlet berhasil dan belum berhasil

| Tes Awal | | Siklus I | | Siklus II | |
|----------------|----------------------|----------------|----------------------|----------------|----------------------|
| Siswa Berhasil | Siswa Belum Berhasil | Siswa Berhasil | Siswa Belum Berhasil | Siswa Berhasil | Siswa Belum Berhasil |
| 2 | 18 | 13 | 7 | 18 | 2 |



Gambar 4.6 Grafik hasil tes keseluruhan