

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Awal

Penelitian ini diawali dengan diadakannya observasi awal pada tanggal 1 Mei 2016 bertempat di SMPN 220 Jakarta, yang merupakan tempat pelaksanaan penelitian. Observasi yang dilakukan bertujuan untuk melihat kondisi atau mengidentifikasi kondisi awal kemampuan siswa, yaitu kemampuan tendangan Sabit dalam pencak silat, subjek penelitian yaitu Siswa Ekstrakurikuler KPS Nusantara SMPN 220 Jakarta sebanyak 20 orang. 15 laki-laki dan 5 perempuan. Setelah observasi lokasi selesai, peneliti membuat rencana untuk mengadakan penelitian tes awal pada tanggal 16 Mei 2016.

Peneliti mengidentifikasi kondisi awal kemampuan siswa terhadap program pembelajaran latihan yang akan diajarkan oleh peneliti yaitu kemampuan tendangan Sabit pencak silat dengan menggunakan alat bantu Karet dalam proses pembelajaran latihan. Adapun hasil tes awal sebagai berikut : 20 orang siswa, hanya 3 yang dinyatakan berhasil dengan nilai 5. Sedangkan 17 siswa lainnya memiliki nilai kurang dari 5 atau nilai rata-rata 4,43 dan dinyatakan belum berhasil.

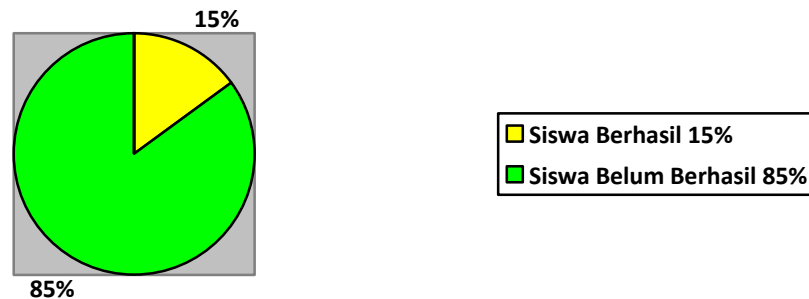
Tabel 2. Frekuensi Nilai Tes Awal Tendangan Sabit Pencak Silat

| No. | Interval Kelas | Frekuensi | Keterangan |
|--------|----------------|-----------|----------------|
| 1 | 1,00 - 1,50 | 0 | |
| 2 | 1,51 - 2,00 | 0 | |
| 3 | 2,01 - 2,50 | 0 | |
| 4 | 2,51 - 3,00 | 0 | |
| 5 | 3,01 - 3,50 | 0 | |
| 6 | 3,51 - 4,00 | 1 | Belum Berhasil |
| 7 | 4,01 - 4,50 | 13 | Belum Berhasil |
| 8 | 4,51 - 4,99 | 3 | Belum Berhasil |
| 9 | 5,00 | 3 | Berhasil |
| JUMLAH | | 20 | |

Maka dapat dilihat dari tabel distribusi di atas terlihat bahwa hanya 3 siswa yang masuk kelas rentang 5,00 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 5,00. Jumlah siswa tersebut ialah 3 siswa masuk kerentang 4,51 – 4,99, 13 siswa masuk kerentang 4,01 - 4,50, 1 siswa masuk kerentang 3,51 - 4,00.

Dapat di lihat hasil tes awal kemampuan tendangan Sabit Pencak Silat pada Siswa Ekstrakulikuler KPS Nusantara SMPN 220 jika dijadikan Presentase dapat dilihat dalam diagram dibawah ini:

HASIL TES AWAL



Gambar 11: Diagram Hasil Tes Awal Keterampilan Tendangan Sabit Pencak Silat.

Hasil penilaian pada tes awal merupakan refleksi awal penelitian untuk membuat perencanaan penelitian, tindakan, observasi, dan refleksi selanjutnya pada tiap siklusnya. Dari hasil tes awal tendangan Sabit telah diketahui dan selanjutnya akan diberikan tindakan melalui alat bantu karet dalam upaya meningkatkan keterampilan tendangan Sabit pada Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat KPS Nusantara SMPN 220 Jakarta.

Penelitian diawali dalam bentuk siklus yang diawali dengan membuat perencanaan. Dalam membuat perencanaan berdasarkan hasil diskusi peneliti dan kolabolator merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan strategi melatih apa saja yang akan diterapkan kepada siswa yang sesuai dengan

pembelajaran latihan dan peneliti menyiapkan perlengkapan atau media alat bantu Karet yang akan digunakan untuk membuat proses pembelajaran latihan.

Setelah perencanaan selesai, peneliti melanjutkan ketahap siklus selanjutnya yaitu tindakan dan observasi. Pada tahap ini peneliti tetap dibantu oleh kolabolator. Pelaksanaan tindakan menekankan terhadap pembelajaran latihan tendangan Sabit Pencak Silat melalui media alat bantu Karet. Selama proses tindakan berlangsung peneliti mengobservasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses pembelajaran latihan siswa, perilaku yang ditunjukkan siswa, kemampuan siswa menerima dan merespon terhadap tindakan yang diberikan.

Tahap siklus selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolabolator melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolabor mendiskusikan bagaimana keberhasilan, kekurangan dan penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai pedoman dalam perencanaan siklus berikutnya.

2. Pelaksanaan Siklus I

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal latihan. Waktu yang digunakan sesuai dengan program pembelajaran latihan yang telah dibuat 120 menit. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus, setiap siklus dilaksanakan 4 kali pertemuan. Siklus ini terhenti sampai siswa

memperlihatkan peningkatan yang sesuai dengan target yang telah ditentukan.

a. Perencanaan Tindakan I

Tujuan yang diharapkan:

- 1) Siswa memahami konsep teknik tendangan Sabit yang benar.
- 2) Siswa dapat mempraktekan tahapan gerakan tendangan Sabit Pencak Silat.
- 3) Siswa mampu melakukan tendangan Sabit Pencak silat ke arah sasaran.

b. Pelaksanaan Tindakan I

Pelaksanaan tindakan I diawali dengan pelatih mempersiapkan siswa, setelah itu pelatih memberikan motivasi, konsep gerakan tendangan Sabit Pencak Silat yang benar. Penjelasan dimulai dari tingkatan yang termudah hingga yang kompleks:

- 1) Tahap Persiapan, meliputi:
 - Sikap pandangan
 - Sikap tangan
 - Sikap kaki
 - Sikap badan

2) Tahap Gerakan Awal, meliputi:

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

3) Tahap Melepas Tendangan, meliputi:

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

4) Tahap Tarikan Tendangan, meliputi:

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

5) Sikap Akhir, meliputi:

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

Setelah kelima tahap selesai siswa dituntut untuk menggabungkan kelima tahap tersebut disertai penjelasan dan motivasi bahwa inti dari gerakan tendangan Sabit Pencak Silat adalah kaki diangkat setinggi pinggang dan menendang kearah sasaran dan peneliti mulai menerapkan latihan dengan menggunakan media alat bantu karet.

Latihan yang dilakukan adalah:

- a) Pelatih menjelaskan konsep teknik gerakan tendangan Sabit Pencak Silat.
- b) Siswa berbaris dan melakukan sikap persiapan gerakan tendangan Sabit melalui alat bantu karet.
- c) Siswa mengikat kakinya dengan karet dan kaki siswa melakukan tendangan Sabit Pencak Silat.
- d) Siswa melakukan gerakan awal tendangan Sabit Pencak Silat dengan mengangkat paha kanan hingga membentuk sudut 90 derajat.
- e) Siswa melakukan gerakan melepas tendangan Sabit Pencak Silat dengan mendorong kaki menggunakan media alat bantu karet.
- f) Siswa melakukan gerakan tarikan kaki dan gerakan akhir tendangan Sabit Pencak Silat dengan menarik kembali kaki setelah melakukan tendangan dan kembali seperti sikap persiapan.

peneliti dan kolabolator mempunyai tugas untuk meningkatkan kemampuan teknik tendangan Sabit Pencak Silat dengan menggunakan alat bantu karet dalam setiap pertemuannya.

c. Hasil Observasi I

Pengamatan yang dilakukan kolabolator selama berlangsungnya proses pembelajaran latihan memberikan hasil sebagai berikut:

- Siswa mempunyai gerakan kooordiansi yang baik, ini sangat menunjang latihan yang akan diajarkan pelatih, dengan materi keterampilan teknik tendangan Sabit Pencak Silat.
- Siswa masih belum ada yang memahami konsep tendangan Sabit yang benar.
- Pelatih memberikan contoh gerak tendangan Sabit dan siswa memperhatikan dengan seksama.
- Pada tahap gerakan awal, tahap melepas tendangan, dan tahap tarikan tendangan, sikap tangan siswa masih ada yang berada di samping badan.
- Pada tahap persiapan dan akhir, sikap kaki siswa masih ada yang dibuka terlalu lebar tidak selebar bahu, sikap tangan masih tidak didepan dada.
- Sikap badan siswa masih ada yang menghadap kearah samping, condong kearah belakang.

d. Analisis dan Refleksi

Peneliti dan kolabolator sepakat bahwa tujuan dan latihan yang telah dilakukan pada siklus ini sudah terlihat ada peningkatan namun masih ada

beberapa hal yang harus diperbaiki seperti pada tahap sikap pandangan, sikap tahap pada tahap gerakan awal, melepas tendangan, dan tarikan tendangan, sikap kaki pada tahap persiapan, tahap akhir, dan tahap melepas tendangan, serta sikap badan masih ada siswa yang melakukan kesalahan. Untuk memperbaiki gerakan yang masih kurang maka penelitian ini dilanjutkan pada siklus II dengan lebih memperhatikan tahap pelaksanaan dan tahap lanjutan.

3. Pelaksanaan Siklus II

Tindakan yang dilakukan pada siklus II tidak jauh berbeda dengan siklus pertama karena tindakan siklus II dilakukan dengan tujuan yang sama pada siklus I, yang membedakan pada siklus II ini adalah siswa lebih difokuskan pada sikap pandangan, sikap tangan, sikap kaki, dan sikap badan pada siswa yang masih melakukan kesalahan.

a. Perencanaan Tindakan II

Tujuan yang diharapkan:

- 1) Siswa lebih memahami konsep teknik tendangan Sabit.
- 2) Siswa dapat melakukan gerakan tendangan Sabit.
- 3) Siswa dapat melakukan gerakan tendangan Sabit pada tahap persiapan dan pelaksanaan terutama pada sikap pandangan, sikap tangan, sikap kaki, dan sikap badan.

b. Pelaksanaan tindakan II

Peneliti dan kolabolator memulai program pembelajaran latihan tendangan Sabit pada siklus II ini dengan lebih mempertajam gerakan tendangan Sabit melalui sikap pandangan, tangan, dan kaki yang mengarah kearah sasaran.

Pada tindakan siklus II ini peneliti menjelaskan dan mempergerakan 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 dan mampu mengarah ke sasaran. Peneliti menginstrusikan siswa untuk mempraktekan gerakan tendangan Sabit yang sudah dipergakan dari yang termudah hingga gerakan yang kompleks dan kemudian menggabungkannya menjadi satu rangkaian.

Dengan melakukan tindakan selanjutnya yang menggunakan media alat bantu karet yang sedikit berbeda dengan siklus I, dimana siklus II ini siswa melakukan tendangan Sabit dengan cara melakukan tendangan dengan mengikatkan karet pada kaki siswa dengan media karet.

Latihan yang dilakukan adalah:

- 1) Pelatih menjelaskan konsep teknik dasar gerakan tendangan Sabit.
- 2) Siswa berbaris dan mengatur ikatan karet pada kedua kaki sesuai perintah pelatih.

- 3) Siswa melakukan gerakan tahap persiapan melalui alat bantu karet.
- 4) Siswa melakukan tahap gerakan awal dengan mengangkat pah setinggi pinggang 90 derajat.
- 5) Siswa melakukan tahap melepas tendangan dengan media alat bantu karet yang dilakukan kearah sasaran.
- 6) Siswa melakukan tahap tarikan tendangan dan tahap akhir dengan menarik kaki setelah melepas tendangan dan kembalu ke sikap.

c. Hasil Observasi II

Hasil ovbsevasi yang diperoleh peneliti dan kolabolator selama berlangsungnya tindakan siklus II adalah sebagai berikut:

- Siswa mudah memahami konsep tendangan Sabit.
- Siswa sudah mampu memperbaiki sikap tahapan yang benar.
- Siswa sudah mampu memperbaiki sikap tendangan Sabit kearah sasaran.
- Siswa mampu mempertahankan keseimbangan pada saat melakukan tendangan Sabit.

d. Analisis dan Refleksi II

Peneliti dan kolabor mendiskusikan hasil observasi siklus II dan menarik kesimpulan bahwa latihan tendangan Sabit melalui alat bantu media

karet dapat meningkatkan hasil keterampilan tendangan Sabit. Siswa yang sudah mampu memahami konsep, mampu melakukan tahapan-tahapan gerakan tendangan Sabit dan menunjukkan sikap positif selama latihan berlangsung.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah dilakukan tes awal yang dilakukan oleh peneliti, dapat diketahui kondisi siswa belum latihan menggunakan alat bantu karet. Dari hasil yang didapat siswa yang berhasil sebanyak 3 siswa atau 15% dengan nilai 5. Hasil keberhasilan siswa setelah dilakukan tindakan siklus I sebanyak 13 siswa atau 65% yang berhasil dengan nilai 5. Hasil tindakan I tersebut kemudian dianalisis oleh peneliti dan kolabor untuk perencanaan tindakan siklus II. Setelah dilaksanakan tindakan siklus II maka diperoleh peningkatan keberhasilan siswa yang berhasil sebanyak 17 siswa atau 85% dengan nilai 5. Dengan demikian terjadi peningkatan dalam latihan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet.

1. hasil Penilaian Siklus I

Berdasarkan data yang didapat, maka disimpulkan bahwa adanya peningkatan pada siklus I dibandingkan dengan tes awal. Namun masih ada beberapa siswa yang masih mendapatkan nilai dibawah dari yang ditetapkan oleh peneliti, yaitu 7 siswa atau 35% yang belum berhasil. Dengan demikian

dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pada kemampuan keterampilan tendangan Sabit Pencak Silat pada Siswa Ekstrakurikuler SMPN 220 Jakarta dari nilai rata-rata tes awal 4,43 dan siswa berhasil hanya 3 siswa atau 15% menjadi rata-rata 4,81 dalam siklus I dan siswa mencapai keberhasilan menjadi 13 siswa atau 65%. Namun pada siklus I belum mencapai target yang ditetapkan oleh peneliti.

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

2. Hasil Penilaian Siklus II

Berdasarkan data yang didapat, maka disimpulkan bahwa sebanyak 17 siswa atau 85% dinyatakan berhasil. Namun masih ada beberapa siswa yang belum masuk nilai yang ditetapkan yaitu 3 siswa atau 15%. Dengan demikian peneliti dan kolaborator menyimpulkan bahwa 17 siswa atau 85% telah berhasil dalam upaya peningkatan keterampilan tendangan Sabit Pencak Silat. Jumlah keberhasilan siswa tersebut telah mencapai target yang telah ditentukan oleh peneliti. Dengan demikian peneliti dan kolaborator memberhentikan penelitian sampai disini, karena permasalahan telah terjawab.

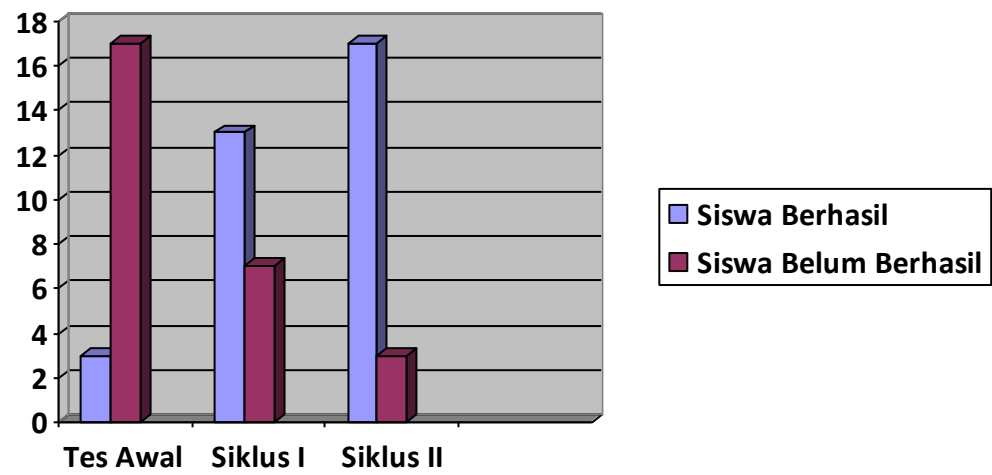
Dengan demikian dari hasil penilaian siklus I telah terjadi peningkatan dari 13 siswa atau 65% yang berhasil menjadi 17 siswa atau 85% pada tingkatan siklus II, maka dapat disimpulkan bahwa media alat bantu karet dapat meningkatkan keterampilan tendangan Sabit Pencak Silat.

C. Pengamatan Kolaborator

Hasil pembelajaran latihan teknik dasar tendangan Sabit Pencak Silat pada Siswa Ekstrakurikuler KPS Nusantara SMPN 220 Jakarta, tes awal nilai rata-rata siswa 4,43, siklus I nilai rata-rata siswa 4,81, dan siklus II nilai rata-rata siswa 4,91. Untuk keberhasilan hasil pembelajaran latihan siswa tes awal dinyatakan berhasil sejumlah 3 siswa, siklus I siswa dinyatakan berhasil sejumlah 13 siswa atau 65% dan siklus II siswa yang dinyatakan berhasil berjumlah 17 siswa atau 85%.

Setelah melihat hasil tes awal, siklus I, siklus II dan peningkatan siswa dalam proses pembelajaran latihan tendangan Sabit Pencak Silat. Peneliti dan kolabor telah menemukan jawaban atas hasil perumusan masalah apakah latihan menggunakan alat bantu karet dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan keterampilan tendangan Sabit, yaitu bahwa melalui latihan menggunakan alat bantu karet dapat meningkatkan keterampilan tendangan Sabit Pencak Silat dan peningkatan yang terlihat bersifat progress atau adanya peningkatan pada setiap siklusnya. Dengan demikian peneliti

dan kolabolator menghentikan penelitian sampai disini karena perumusan masalah telah terjawab.



Gambar 12. Diagram Batang Hasil Siswa Berhasil dan Belum Berhasil