

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dibahas atau di paparkan mengenai penelitian ini yakni, adanya perubahan atau peningkatan siswa dari hasil tes awal, siklus I, dan siklus II. Di setiap siklusnya terlihat peningkatan yang progresif. Dari pelaksanaan tes awal nilai rata-rata siswa yakni 4,43, pada siklus I nilai rata-rata siswa ialah 4,81, dan pada siklus II nilai rata-rata siswa mencapai 4,91. Tingkat keberhasilah siswa pada tes awal berjumlah 3 siswa atau 15%, pada siklus I siswa yang berhasil berjumlah 13 orang atau 65%, dan pada siklus II siswa yang behasil berjumlah 17 siswa atau 85%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan bagi pelatih untuk meningkatkan kualitas latihan serta mengembangkan dari cara melatih.

- 2) Variasi dari pelatih merupakan tugas dari kreatifitas pelatih dalam menyampaikan isi program pembelajaran latihan agar siswa pun dapat berkembang.
- 3) Teknik latihan hendaknya disesuaikan dengan psikomotor siswa agar dapat dikuasai, dipahami dan mudah dilakukan.
- 4) Khusus untuk cabang olahraga seni beladiri Pencak Silat diharap dapat memperbaiki kualitas latihan dengan adanya penelitian ini.
- 5) Berikan model pembelajaran latihan yang tepat sesuai dengan tujuan latihan agar program belajar latihan berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bambang KS, Biomekanika Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, 2015.
- Ernest, T. Stringer – Action Research, (California: SAGE Publication, 2007).
- Gatot Widodo, Peningkatan Keterampilan Teknik Menghindar Tendangan Sabit, (Jakarta, 2012).
- Hendrana Heris dan M. Afrilianto, Panduang Bagi Guru Penelitian Tindakan Kelas Suatu Karya Ilmiah, (PT Refika Aditama, 2014).
- Instrumen Pemanduan Bakat Pencak Silat, (Jakarta: Direktorat Olahraga Pelajar dan Mahasiswa Direktorat Jendral Olahraga Departemen Pendidikan Nasional, 2004).
- Lubis Johansyah, Pencak Silat Panduan Praktis, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004).
- Nana Sudjana, Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2001).
- Nana Syaodih Sukmadinata, Metode Penelitian Pendidikan, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2010).
- Nur Ali Bin Asmawi, Asas Teknik Olahraga Pencak Silat, (Jakarta: Bandar Seri Begawan, 1988).
- Nusa Putra, Penelitian Tindakan, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2014).
- O'ong Maryono, Pencak Silat Merentang Waktu, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000).
- Pelatihan Pelatih Fisik Level 1 (Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembina Keolahragaan Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, 2007).
- R. Kotot Slamet Hariyadi, Teknik Dasar Pencak Silat Tanding, (Jakarta: Dian Rakyat, 2003).
- Sajoto, Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga, (Semarang: Dahara Prize, 1995).
- Sucipto, Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran Pencak Silat, (Jakarta: Pustaka Pelajar, 2001).
- Tudor O Bompaa, *PERIODIZATION Theory add Methodology of Training*, 2009.
- Widiastuti, Tes dan Pengukuran Olahraga, (Jakarta: Bumi Timur Jaya, 2011).

Wijaya Kusuma, Mengenal Penelitian Tindakan Kelas, (Jakarta: PT Indeks, 2012).

Yanuar Kiram, Belajar Motorik, (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen DIKTI, 1992).

<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/16589/4/Chapter%2011.pdf>, diakses pada tanggal 29 Maret 2016, pukul 16.10.

http://id.wikipedia.org/wiki/jenis_karet, diakses pada tanggal 29 Maret 2016, pukul 16.10.

Cabang-olahraga-olahraga.blogspot.co.id/2013/05/tahapan-belajar-gerak-dalam.html, diakses pada tanggal 13 Juli 2016, pukul 15.38

www.trigonalmedia.com/2015/06/jenis-jenis-keterampilan-dalam.html, diakses pada tanggal 14 Juli 2016, pukul 02.20

Lampiran 1

PERENCANAAN PEMBELAJARAN LATIHAN

Pertemuan 1.

- A. Tujuan pembelajaran Latihan
 - Meningkatkan keterampilan tendangan Sabit
- B. Materi Pembelajaran Latihan
 - Teknik tendangan Sabit
- C. Metode Belajar Latihan
 - Metode belajar latihan dengan praktik
- D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran Latihan

Pertemuan 1 : (Waktu Latihan : 90 Menit)

- 1) Pembukaan : 5 menit
 - ❖ Berbaris
 - ❖ Berdoa
 - ❖ Pengarahan seputar materi
- 2) Pemanasan : 10 menit
 - ❖ Jogging
 - ❖ *Stretching* statis dan dinamis
- 3) Inti Materi : 60 menit

- ❖ Latihan tahapan-tahapan gerakan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet yang diikatkan pada kaki pada saat melepas tendangan 4 set 10 repetisi kaki kanan dan kiri.
 - ❖ Latihan pengulangan tahapan-tahapan gerakan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet yang diikatkan pada kaki 3 set 10 repetisi.
- 4) Pendinginan : 10 menit
- ❖ *Jogging*
 - ❖ *Statis Strech*
- 5) Penutupan : 5 menit
- ❖ Evaluasi dan masukan dari materi teknik yang diberikan
 - ❖ Berbaris
 - ❖ Berdoa

Pertemuan 2.

- A. Tujuan Pembelajaran Latihan
 - Meningkatkan keterampilan tendangan Sabit
- B. Materi Pembelajaran Latihan
 - Teknik tendangan Sabit dengan karet
- C. Metode Belajar Latihan
 - Metode latihan dengan praktik

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran Latihan

Pertemuan 1 : (Waktu Latihan : 90 menit)

1) Pembukaan : 5 menit

- ❖ Berbaris
- ❖ Berdoa
- ❖ Pengarahan seputar materi

2) Pemanasan : 10 menit

- ❖ *Jogging*
- ❖ *Stretching* statis dan dinamis

3) Inti materi : 60 menit

Teknik dasar tendangan Sabit :

- ❖ Melakukan tahapan-tahapan gerakan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet yang diikatkan pada kaki.
- ❖ Pengulangan tahapan-tahapan gerak teknik tendangan Sabit melalui alat bantu karet 10 repetisi 4 set kaki kanan dan kiri.
- ❖ Mengaplikasikan rangkaian gerak melalui media alat bantu karet 10 repetisi 4 set kaki kanan dan kiri.

4) Pendinginan : 10 menit

- ❖ *Jogging*
- ❖ *Statis stretch*

5) Penutupan : 5 menit

Pertemuan 3.

A. Tujuan Pembelajaran Latihan

- Meningkatkan keterampilan tendangan Sabit

B. Materi Pembelajaran Latihan

- Teknik tendangan Sabit dengan karet

C. Metode Belajar Latihan

- Metode latihan dengan praktik

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran Latihan

Pertemuan 1 : (Waktu Latihan : 90 menit)

1) Pembukaan : 5 menit

- ❖ Berbaris
- ❖ Berdoa
- ❖ Pengarahan seputar materi

2) Pemanasan : 10 menit

- ❖ *Jogging*
- ❖ *Stretching* statis dan dinamis

3) Inti materi : 60 menit

Teknik dasar tendangan Sabit :

- ❖ Melakukan tahapan-tahapan gerakan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet yang diikatkan pada kaki.

- ❖ Pengulangan tahapan-tahapan gerak teknik tendangan Sabit melalui alat bantu karet 10 repetisi 5 set kaki kanan dan kiri.
 - ❖ Pengulangan rangkaian gerak teknik tendangan Sabit melalui media alat bantu karet 10 repetisi 5 set kaki kanan dan kiri.
- 4) Pendinginan : 10 menit
- ❖ *Jogging*
 - ❖ *Statis stretch*
- 5) Penutupan : 5 menit
- ❖ Evaluasi dan masukan dari materi teknik yang diberikan
 - ❖ Berbaris
 - ❖ Berdoa

Pertemuan 4.

- A. Tujuan Pembelajaran Latihan
- Meningkatkan keterampilan tendangan Sabit
- B. Materi Pembelajaran Latihan
- Teknik tendangan Sabit dengan karet
- C. Metode Belajar Latihan
- Metode latihan dengan praktik
- D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran Latihan

Pertemuan 1 : (Waktu Latihan : 90 menit)

1) Pembukaan : 5 menit

- ❖ Berbaris
- ❖ Berdoa
- ❖ Pengarahan seputar materi

2) Pemanasan : 10 menit

- ❖ *Jogging*
- ❖ *Stretching* statis dan dinamis

3) Inti materi : 60 menit

Teknik dasar tendangan Sabit :

- ❖ Perbaikan dari hasil evaluasi siklus I, sikap pandangan, sikap tangan, sikap kaki, sikap badan.
- ❖ Beban latihan : karet tetap diikatkan di kaki, akan tetapi karet agak sedikit dipendekan. Agar bebannya bertambah.
- ❖ Pengulangan tahapan-tahapan gerakan dasar tendangan Sabit 10 repetisi 5 set kaki kanan dan kiri.

4) Pendinginan : 10 menit

- ❖ *Jogging*
- ❖ Statis *stretch*

5) Penutupan : 5 menit

- ❖ Evaluasi dan masukan dari materi teknik yang diberikan
- ❖ Berbaris
- ❖ Berdoa

Lampiran 2

Catatan lapangan no. 1

Tempat : Lapangan SMPN 220 Jakarta Barat

Hari, Tanggal : Senin, Selasa, Rabu, 16-18 Mei 2016

Jam :15.00-17.00

Deskripsi :

Siswa dan pelatih sudah berada di lapangan dan siswa sudah berbaris untuk melakukan upacara perguruan KPS Nusantara. Setelah melakukan upacara perguruan, siswa seperti biasa melakukan salam perguruan silat. Setelah selesai melakukan salam, pelatih menjelaskan materi program yang akan dilaksanakan yaitu teknik dasar tendangan Sabit dengan menggunakan alat bantu karet. Setelah dijelaskan siswa sudah mengerti yang akan diterima, selanjutnya siswa melakukan pemanasan yang diawali dengan *jogging* mengitari lapangan sekolah. Setelah selesai, siswa berbaris kembali untuk melakukan pemanasan statis dan dinamis bersama-sama yang dipimpin oleh salah satu siswa.

Selesai melakukan pemanasan, barulah diberikan materi program latihan yang telah disampaikan diawal latihan. Pelatih mempergerakan teknik dasar tendangan Sabit secara detail, mulai dari tahap persiapan, tahap gerakan awal, tahap melepas tendangan, tahap tarikan tendangan, dan tahap

akhir agar siswa dapat mempraktekan gerakan yang nantinya akan diperagakan oleh siswa.

Awal latihan melalui alat bantu karet, keret yang digunakan diikatkan di kaki untuk melakukan tendangan Sabit. Ini dilakukan sebagai tahap pengenalan siswa terhadap alat bantu, selain itu juga menyesuaikan dengan hasil yang didapat pada tes awal siswa. Siswa melakukan gerakan tahap per tahap agar dapat mengetahui konsep dari gerakan yang dilakukannya. Pelatih mengamati gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa dan mengavaluasi gerakan-gerakan yang salah. Banyak siswa yang tidak mau mengangkat tinggi lututnya pada saat ingin melepas tendangan. Posisi dan pandangan siswa pun banyak yang tidak fokus ke arah sasaran. Pada saat melepas tendanga, banyak siswa yang menendang tidak lurus dan tidak membentuk tendangan Sabit dan bukan ke arah sasaran, ini dikarenakan siswa yang tidak mau mengangkat tinggi lututnya pada tahap gerakan awal. Setelah siswa melakukan gerakan dari tahap ke tahap, siswa menggabungkan gerakan tendangan menjadi satu rangkaian.

Apabila siswa sudah mampu melakukan gerakan melepas tendangan tanpa kehilangan keseimbangan selanjutnya siswa melanjutkan melepas kaki yang melakukan tendangan Sabit dengan alat bantu karet. Siswa yang mampu melepas tendangan tanpa kehilangan keseimbangan, siswa dapat melakukannya dari tahap ke tahap lagi seperti latihan sebelumnya. Setelah

siswa sudah melakukan gerakan dari tahap ke tahap barulah siswa dapat menggabungkan gerakan menjadi satu rangkaian tendangan Sabit.

Setelah siswa selesai berlatih, siswa melakukan pendinginan. Setelah itu pelatih dan siswa melaksanakan upacara penutupan KPS Nusantara. Selesai upacara penutupan pelatih mengabsen siswa, memberikan evaluasi dan segala yang terjadi selama proses latihan berlangsung. Pelatih juga memberikan motivasi kepada siswa agar menjadi lebih baik lagi. Selesai mengabsen dan evaluasi pelatih membubarkan siswa.

Tanggapan Pengamat :

Siswa sudah mulai menerapkan teknik dasar tendangan Sabit melalui alat bantu karet. Pada awalnya siswa sangat sulit untuk melakukan gerakan dan merasa jenuh, banyak siswa yang mengeluh karena tidak dapat menahan angkatan kaki yang tinggi dan gerakan melepas tendangan tanpa kehilangan keseimbangan dan karetnya terlalu kencang. Kemudian siswa diberikan penambahan beban latihan dan gerakan yang lebih kompleks. Siswa mulai dapat melakukan teknik dasar tendangan Sabit.

Lampiran 3

Catatan lapangan no. 2

Tempat : Lapangan SMPN 220 Jakarta Barat

Hari, Tanggal : jumat, 20 Mei 2016

Jam :15.00-17.00

Deskripsi :

Peneliti melaksanakan tes siklus I tendangan Sabit guna mengetahui apakah adanya peningkatan pada siswa selama latihan setelah tes awal. Peneliti menyiapkan alat-alat yang akan digunakan untuk tes tendangan Sabit.

Sebelum latihan dimulai para siswa terlebih dahulu dibariskan untuk melakukan upacara seperti biasanya. Setelah melakukan upacara siswa diwajibkan untuk melakukan salam pencak silat. Selesai melakukan salam, pelatih menjelaskan materi latihan yang akan diberikan yaitu teknik tendangan Sabit.

Pelatih memimpin pemanasan agar otot-otot siswa siap untuk melakukan tes siklus I. pemanasan yang dilakukan adalah *jogging* dan peregangan dinamis. Setelah pemanasan selesai dilakukan, pelatih dan kolabor mempersiapkan untuk mengambil siklus I. Pelatih memberikan arahan kepada kolabor unuk pengisian table penilaian. Setelah kolabolator siap, pelatih memanggil siswa untuk melakukan tes pada siklus I.

Tanggapan Pengamat :

Dari hari tes pada siklus I yang diberikan dapat dilihat bahwa siswa sudah mulai banyak terlihat benar cara melakukan gerakan tendangan Sabit, namun masih ada beberapa siswa yang melakukan kesalahan. Pada tahap pelaksanaan masih ada siswa yang tidak fokus dan tidak memperhatikan arah sasaran, posisi tangan siswa sudah dapat melakukan dengan benar, sikap kaki siswa masih ada yang tidak dibuka selebar bahu dan masih ada yang dengan kaki terlalu rendah, dan siswa masih ada yang mendarat dengan tidak seimbang.

Sedangkan pada tahap akhir sikap pandangan siswa masih ada yang melihat ke arah bawah, dan melirik ke arah kanan atau kiri tidak memperhatikan arah sasaran, sikap tangan siswa sudah dapat melakukan sikap pasang dengan benar, sikap kaki siswa masih ada yang tidak dibuka selebar bahu dan sikap badan siswa masih ada yang condong ke arah depan dan belakang.

Setelah siswa selesai melakukan tes siklus I, siswa dibariskan untuk melakukan pendinginan yang dipimpin oleh pelatih. Setelah melakukan pendinginan, siswa melakukan upacara penutupan. Setelah selesai dilakukan, pelatih dan siswa diberikan evaluasi dari latihan yang telah dilakukam.

Pengamat dan kolabolator menyimpulkan pada tes siklus I ini sudah banyak yang terlihat dapat melakukan teknik tendangan Sabit. Dari hasil

yang diperoleh dapat disimpulkan ada 13 siswa yang dinyatakan berhasil memiliki skor di atas rata-rata melakukan gerakan teknik tendangan Sabit atau sebanyak (65%) siswa sudah memahami konsep dan mengaplikasikan gerakan tendangan Sabit melalui alat bantu karet.

Lampiran 4

Catatan lapangan no. 3

Tempat : Lapangan SMPN 220 Jakarta Barat

Hari, Tanggal : Senin, Selasa, Rabu, 23-25 Mei 2016

Jam :15.00-17.00

Deskripsi :

Siswa dan pelatih sudah berada di lapangan dan siswa sudah berbaris untuk melakukan upacara perguruan KPS Nusantara. Setelah melakukan upacara perguruan, siswa seperti biasa melakukan salam perguruan silat. Setelah selesai melakukan salam, pelatih menjelaskan materi proram yang akan dilaksanakan yaitu teknik dasar tendangan Sabit dengan menggunakan alat bantu karet. Setelah dijelaskan siswa sudah meteri yang akan diterima, selanjutnya siswa melakukan pemanasan yang diawali dengan *jogging* mengitari lapangan sekolah. Setelah selesai, siswa berbaris kembali untuk melakukan pemanasan statis dan dinamis bersama-sama yang dipimpin oleh salah satu siswa.

Selesai melakukan pemanasan, barulah diberikan materi program latihan yang telah disampaikan diawal latihan. Pelatih mempergerakan teknik dasar tendangan Sabit secara detail, mulai dari tahap persiapan, tahap gerakan awal, tahap melepas tendangan, tahap tarikan tendangan, dan tahap

akhir agar siswa dapat mempraktekan gerakan yang nantinya akan diperagakan oleh siswa.

Awal latihan melalui alat bantu karet, keret yang digunakan diikatkan di kaki untuk melakukan tendangan Sabit. Ini dilakukan sebagai tahap pengenalan siswa terhadap alat bantu, selain itu juga menyesuaikan dengan hasil yang didapat pada tes awal siswa. Siswa melakukan gerakan tahap per tahap agar dapat mengetahui konsep dari gerakan yang dilakukannya. Pelatih mengamati gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa dan mengavaluasi gerakan-gerakan yang salah. Banyak siswa yang tidak mau mengangkat tinggi lututnya pada saat ingin melepas tendangan. Posisi dan pandangan siswa pun banyak yang tidak fokus ke arah sasaran. Pada saat melepas tendanga, banyak siswa yang menendang tidak lurus dan tidak membentuk tendangan Sabit dan bukan ke arah sasaran, ini dikarenakan siswa yang tidak mau mengangkat tinggi lututnya pada tahap gerakan awal. Setelah siswa melakukan gerakan dari tahap ke tahap, siswa menggabungkan gerakan tendangan menjadi satu rangkaian.

Apabila siswa sudah mampu melakukan gerakan melepas tendangan tanpa kehilangan keseimbangan selanjutnya siswa melanjutkan melepas kaki yang melakukan tendangan Sabit dengan alat bantu karet. Siswa yang mampu melepas tendangan tanpa kehilangan keseimbangan, siswa dapat melakukannya dari tahap ke tahap lagi seperti latihan sebelumnya. Setelah

siswa sudah melakukan gerakan dari tahap ke tahap barulah siswa dapat menggabungkan gerakan menjadi satu rangkaian tendangan Sabit.

Setelah siswa selesai berlatih, siswa melakukan pendinginan. Setelah itu pelatih dan siswa melaksanakan upacara penutupan KPS Nusantara. Selesai upacara penutupan pelatih mengabsen siswa, memberikan evaluasi dan segala yang terjadi selama proses latihan berlangsung. Pelatih juga memberikan motivasi kepada siswa agar menjadi lebih baik lagi. Selesai mengabsen dan evaluasi pelatih membubarkan siswa.

Tanggapan Pengamat :

Siswa sudah memahami tentang konsep dan mampu melaksanakan gerakan teknik dasar tendangan Sabit. Minat siswa semakin meningkat dengan alat bantu karet. Ini terlihat dari semangat para siswa yang ingin mencoba gerakan yang benar. Siswa tidak lagi terlihat jenuh dan mengeluh tentang materi yang diberikan.

Lampiran 5

Catatan lapangan no. 4

Tempat : Lapangan SMPN 220 Jakarta Barat

Hari, Tanggal : jumat, 27 Mei 2016

Jam :15.00-17.00

Deskripsi :

Peneliti melaksanakan tes siklus I tendangan Sabit guna mengetahui apakah adanya peningkatan pada siswa selama latihan setelah tes awal. Peneliti menyiapkan alat-alat yang akan digunakan untuk tes tendangan Sabit.

Sebelum latihan dimulai para siswa terlebih dahulu dibariskan untuk melakukan upacara seperti biasanya. Setelah melakukan upacara siswa diwajibkan untuk melakukan salam pencak silat. Selesai melakukan salam, pelatih menjelaskan materi latihan yang akan diberikan yaitu teknik tendangan Sabit.

Pelatih memimpin pemanasan agar otot-otot siswa siap untuk melakukan tes siklus I. pemanasan yang dilakukan adalah *jogging* dan peregangan dinamis. Setelah pemanasan selesai dilakukan, pelatih dan kolabor mempersiapkan untuk mengambil siklus I. Pelatih memberikan arahan kepada kolabor unuk pengisian table penilaian. Setelah kolabolator siap, pelatih memanggil siswa untuk melakukan tes pada siklus I.

Tanggapan Pengamat :

Dari hasil tes pada siklus II yang dilakukan dapat dilihat bahwa siswa sudah banyak benar dari cara melakukan gerakan tendangan Sabit. Pada tahap awalan, sikap pandangan siswa ke fokus sasaran, sikap tangan berada di depan dada dengan sikap pasang, sikap kaki dibuka selebar bahu dan jari-jari menghadap kedepan, dan sikap badan ke arah sasaran.

Pada tahap gerakan awal sikap pandangan siswa fokus ke arah sasaran, posisi badan tegak, posisi kaki mengangkat dengan setinggi pinggang. Pada saat melepas tendangan, sikap pandangan ke arah sasaran, sikap tangan satu berada di depan dada dan satunya lagi mengepal melindungi kemaluan, sikap kaki melakukan tendangan lurus ke arah sasaran dan membetuk busur atau sabit. Pada tahap tarikan tendangan, sikap pandangan siswa fokus ke arah sasaran, sikap tangan satu di depan dada dan satunya lagi mengepal melindungi kemaluan.

Pengamat dan kolabolator menyimpulkan pada tes siklus II ini siswa terlihat dapat melakukan teknik tendangan Sabit. Dari hasil tindakan untuk siklus II menurut pengamat dan kolabolator jumlah siswa yang berhasil dalam latihan tendangan Sabit sebanyak 17 siswa atau sebesar (85%). Terdapat peningkatan dibandingkan dengan siklus I yang berhasil sebanyak 13 siswa atau sebesar (15%). Dengan ini penelitian dilaksanakan cukup sampai disini.

Lampiran 6

Hasil Tes Tendangan Sabit SMPN 220 Jakarta Barat

NO	NAMA	TES		
		AWAL	SIKLUS I	SIKUS II
1	Ahmad Sofyan	5	5	5
2	Nugraha Adhi	4,35	4,35	5
3	Rifky Darmawan	4,2	4,55	5
4	Rama Elga	4,2	5	5
5	Alif Farhan	5	5	5
6	Nada salsabila	4,45	4,45	4,45
7	M Afrel	4,1	5	5
8	M Zaki Mubarok	4,2	4,2	4,2
9	Pingkan Oktavianisa	3,9	5	5
10	Sheila monica	4,45	5	5
11	Prasanti	4,3	4,3	5
12	Arif Firmansyah	4,8	4,8	5
13	Faras Satrianto	4,5	5	5
14	Maya Oktaviani	4,75	5	5
15	Arif Budiansyah	4,1	5	5

16	Alam Rudiansah	4,6	4,6	4,6
17	Danur Bawono	4,25	5	5
18	M Syahid	4,3	5	5
19	M Rafli Suseno	4,25	5	5
20	Aditya Candra	5	5	5
JUMLAH		1774	1925	1965
RATA-RATA		4,435	4.812	4,912
JUMLAH SISWA BERHASIL		3	13	17
PRESENTASE (%)		15	65	85

Lampiran 10.

Gambar penelitian siswa Pencak silat KPS Nusantara SMPN 220 Jakarta Barat.

Sumber : dokumentasi pribadi.









