

Lampiran 6

Catatan Lapangan

Ruang : Lapangan Olahraga SD Negeri Sasanawiata Kabupaten Bogor

Hari, tanggal : Sabtu, 15 april 2017

Jam : 08.10 – 09.20

Deskripsi :

Untuk mengetahui kemampuan awal siswa, peneliti melaksanakan tes kemampuan awal tendangan depan dalam pencak silat pada siswa kelas V SD Negeri Sasanawiata Kabupaten Bogor dan juga untuk merencanakan tindakan apa yang akan diberikan. Sebelum siswa memasuki lapangan peneliti telah mempersiapkan alat-alat yang akan digunakan untuk tes tendangan depan .

Pada pukul 08.10 guru pendidikan jasmani memasuki lapangan dan sebagian siswa telah berbaris di lapangan. Siswa lainnya masih ada yang baru mengganti pakaiannya dengan pakaian olahraga dan segera memasuki lapangan. Setelah seluruh siswa telah siap dan membuat barisan dengan rapih, guru memerintahkan kepada ketua kelas untuk memimpin doa. Setelah itu ketua kelas berkata, “Mari teman-teman sebelum kita memulai pelajaran pada pagi ini kita berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa mulai”. Setelah beberapa saat kemudian ketua kelas berkata, “Berdoa selesai”. Kemudian ketua kelas kembalik ketempatnya dan guru mengabsen siswa dan memberikan penjelasan kegiatan apa yang

akan dilaksanakan. Guru juga memperkenalkan peneliti dan kolabor yang hadir dan memberi kesempatan kepada peneliti untuk menjelaskan maksud dan tujuan penelitiannya. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya, baik ditunjukkan kepada guru, peneliti atau kolaborator yang hadir. Lalu, ada seorang siswa yang bertanya (siswa putri bernama Aisyah), "Bagaimana melakukan gerakan tendangan depan?". Dan peneliti memperagakan gerakan tendangan depan sebanyak tiga kali. Setelah itu siswa dipanggil satu per satu untuk melaksanakan tes. Ada 36 orang siswa di kelas V yang mengikuti tes awal tendangan depan. Peneliti mencatat hasil kemampuan tes awal tendangan depan siswa kelas V. Setelah seluruh siswa telah selesai melaksanakan tes, peneliti mengembalikan kelas kembali kepada guru pendidikan jasmani. Kemudian guru memerintahkan kepada ketua kelas untuk membariskan teman-temannya dan menutup kegiatan belajar dengan berdoa.

Tanggapan Pengamat :

Dari hasil tes awal, sebagian besar siswa masih belum dapat melakukan tahapan gerakan tendangan depan secara benar. Khususnya siswa putri yang masih malu-malu dalam melakukan gerakan tendangan depan. Namun, ada beberapa siswa yang melakukan gerakan dengan benar. Siswa yang dikatakan tuntas hanya 10 siswa (27,78%).

Lampiran 7

Catatan Lapangan

Ruang : Lapangan Olahraga SD Negeri Sasanawiata Kabupaten Bogor

Hari, tanggal : Sabtu, 22 April 2017

Jam : 08.10 – 09.20

Deskripsi :

Pada pukul 08.10 siswa kelas V segera menuju lapangan olahraga untuk memasuki pelajaran pendidikan jasmani. Dan guru pendidikan Jasmani telah siap di lapangan untuk memberikan materi. Setelah siswa telah siap dilapangan, guru menugaskan ketua kelas untuk menyiapkan barisan dilanjutkan dengan berdoa. Ketua kelas menyiapkan barisan dengan aba-aba “seluruhnya siap gerak..” setelah melihat barisan telah rapih dan siswa yang lain sudah tidak ada yang bicara lagi ketua kelas memimpin doa untuk membuka pembelajaran pagi hari itu dengan menyerukan “Sebelum memulai pelajaran kita hari ini ada baiknya kita berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa mulai..”. Kemudian “berdoa selesai..” dan ketua kelas kembali kebarisan semula.

Guru memulai memanggil nama-nama siswa untuk mengabsen satu persatu. Setelah itu dilanjutkan dengan memberikan penjelasan mengenai materi yang akan dipelajari dan apa saja yang harus dilaksanakan oleh siswa. Guru menjelaskan materi pada hari ini adalah tendangan depan dalam pencak silat dengan penggunaan alat

bantu yaitu bantalan. Guru berkata pada siswa,” Perhatikan baik-baik dan ingat tahapan gerakan tendangan depan..”, gurupun mendemonstrasikan tahapan gerakan tendangan depan sebanyak tiga kali, dan salah satu murid memegang bantalan Setelah itu guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok berpasangan . Dan guru menjelaskan tugas masing-masing siswa.

Siswa menjadi pelaku, guru dan peneliti mengamati. Setelah itu guru membagikan lembar kerja (*work sheet*) dan guru menugaskan kepada ketua kelas untuk membagikan lembar kerja kepada siswa lainnya. Selanjutnya siswa melaksanakan pembelajaran tendangan depan dalam berpasangan satu menjadi pelaku dan satu memegang bantalan. Guru dan peneliti mengamati jalannya pembelajaran tendangan depan. Guru dan penelliti mengamati siswa bagaimana mereka saling memberikan umpan balik dan komunikasi pada saat pembelajaran. Setelah guru memberi aba-aba peluit, pembelajaran telah usai. Guru memerintahkan siswa kembali berbaris seperti semua, lalu mengevaluasi gerakan siswa dan segala yang terjadi selama pembelajaran berlangsung. Setelah itu guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang pembelajaran tendangan depan. Ada seorang siswa bernama Syifa bertanya kepada guru, “Bapa, mengapa setiap saya menendang kaki saya selalu di bawah?” lalu guru menjawab “Karena pada saat menendang posisi badan tetap

tegak, seharusnya posisi badan agak condong ke bawah sedikit jadi pada saat mengangkat paha bisa lebih tinggi.”. Setelah evaluasi dilaksanakan, guru menugaskan kembali ketua kelas untuk menutup kegiatan pembelajaran dengan berdoa. Ketua kelas berkata, “mari teman-teman dan bapa guru, beserta kaka sebelum kita menyelesaikan pembelajaran pada pagi hari ini, kita berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa dimulai”. Setelah beberapa saat, ketua kelas berkata “berdoa selesai..”. selanjutnya ketua kelas membubarkan barisan dengan aba-aba “balik kanan bubar..jalan”. Dan pembelajaran berakhir.

Tanggapan Pengamat :

Siswa sudah mulai memahami konsep tahapan gerakan tendangan depan dari mulai persiapan, gerakan perkenaan, dan sikap akhir. Dan pelaksanaan gerak tendangan depan yang benar sudah mulai terlihat. Namun, gerakannya masih ada yang harus diperbaiki. Untuk mengaplikasikan nilai-nilai efektif yang harus ditetapkan sudah terlihat seperti nilai kerjasama saat melaksanakan tendangan depan dengan berpasangan dan saling memberikan evaluasi kepada temannya. Pengamat dan kolaborator menyimpulkan bahwa kurang lebih 75,64% siswa yang sudah memahami konsep dan mengaplikasikan gerakan tendangan depan. Serta telah mencapai nilai kriteria ketuntasan minimum.

Lampiran 8

Catatan Lapangan

Ruang : Lapangan Olahraga SD Negeri Sasanawiata Kabupaten Bogor

Hari, tanggal : Sabtu, 29 April 2017

Jam : 08.10 – 09.20

Deskripsi :

Ketika mendengar bell, tepatnya pada pukul 08.10 siswa kelas V berlarian menuju lapangan olahraga untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Sebelumnya siswa telah bergantian ganti pakaian olahraga. Kemudian guru meniup peluit tanda siswa untuk berkumpul dan berbaris. Guru memberi instruksi kepada siswa untuk membuat barisan berbanjar (5 banjar). Setelah itu guru memanggil ketua kelas kedepan barisan menugaskan untuk merapihkan barisan dan memimpin doa. Setelah menerima amanat dari guru ketua kelas memberikan aba-aba dan berkata, “seluruhnya, siap gerak..” yang dilanjutkan dengan berdoa dan ketua kelas berkata, “berdoa mulai..” dan sesaat kemudia ketua kelas berkata, “berdoa selesai..”, ketua kelas kembali kebarisan. Segera setelah barisan telah rapih, guru mengambil daftar hadir dan memanggil nama siswa untuk mengabsen. Pemanasan dimulai, siswa melakukan bentuk tendangan depan dengan 4 hitungan selanjutnya 2 hitungan dan 1 hitungan. sepuluh

menit berlalu guru meniup menginstruksikan siswa melakukan peregangan. Peregangan selesai, guru kembali membariskan siswa dan memberikan penjelasan mengenai pelaksanaan pembelajaran. Guru kembali membentuk siswa menjadi berpasangang untuk melaksanakan gerakan tendangan depan. Setelah mendengarkan instruksi guru, siswa segera bersiap melakukan gerakan tendangan depan. Mendengar aba-aba peluit siswa melakukan tendangan depan. Setelah 10 menit berlalu, guru kembali meniup peluit untuk menghentikan aktifitas dan guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengevaluasi gerakan temannya atau pasangannya. Setelah itu guru kembali memberikan waktu untuk siswa melaksanakan gerakan. Kembali setelah 10 menit siswa melakukan gerakan, guru bertanya kepada siswa “bagaimana gerakan tendangan depan teman atau pasangan kalian?”. Setelah selesai, guru kembali membariskan siswa untuk mengevaluasi dan menutup kegiatan pembelajaran.

Tanggapan Pengamat :

Siswa sudah mampu melaksanakan gerakan tendangan depan. Namun, masih terdapat beberapa siswa melakukan tendangan terlalu rendah atau tidak tepat sasaran dikarenakan siswa badannya masih sangat kaku.

Lampiran 9

Catatan Lapangan

Ruang : Lapangan Olahraga SD Negeri Sasanawiata Kabupaten Bogor

Hari, tanggal : Sabtu, 6 Mei 2017

Jam : 08.10 – 09.20

Deskripsi :

Ketika mendengar bell, tepatnya pada pukul 08.10 siswa kelas V berlarian menuju lapangan olahraga untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Sebelumnya siswa telah bergantian ganti pakaian olahraga. Kemudian guru meniup peluit tanda siswa untuk berkumpul dan berbaris. Guru memberi instruksi kepada siswa untuk membuat barisan berbanjar (5 banjar). Setelah itu guru memanggil ketua kelas kedepan barisan menugaskan untuk merapihkan barisan dan memimpin doa. Setelah menerima amanat dari guru ketua kelas memberikan aba-aba dan berkata, “seluruhnya, siap gerak..” yang dilanjutkan dengan berdoa dan ketua kelas berkata, “berdoa mulai..” dan sesaat kemudia ketua kelas berkata, “berdoa selesai..”, ketua kelas kembali kebarisan. Segera setelah barisan telah rapih, guru mengambil daftar hadir dan memanggil nama siswa untuk mengabsen. Guru menjelaskan materi pada hari ini adalah tendangan depan dalam pencak silat dengan alat bantu yaitu bola plastik yang di gantung. Guru

berkata pada siswa,” Perhatikan baik-baik dan ingat tahapan gerakan tendangan depan..”, gurupun mendemonstrasikan tahapan gerakan tendangan depan sebanyak tiga kali, dengan target yang sudah di tentukan yaitu bola plastik yang di gantung Setelah itu guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok berpasangan . Dan guru menjelaskan tugas masing-masing siswa.

Siswa menjadi pelaku guru dan peneliti mengamati. Setelah itu guru membagikan lembar kerja (*work sheet*) dan guru menugaskan kepada ketua kelas untuk membagikan lembar kerja kepada siswa lainnya. Selanjutnya siswa melaksanakan pembelajaran tendangan depan dengan sasaran target yaitu bola plastik yang di dantungdalam berpasangan satu menjadi pelaku dan satu memperhatikan. Guru dan peneliti mengamati jalannya pembelajaran tendangan depan. Guru dan penelliti mengamati siswa bagaimana mereka saling memberikan umpan balik dan komunikasi pada saat pembelajaran. Setelah guru memberi aba-aba peluit, pembelajaran telah usai. Guru memerintahkan siswa kembali berbaris seperti semua, lalu mengevaluasi gerakan siswa dan segala yang terjadi selama pembelajaran berlangsung. Setelah itu guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang pembelajaran tendangan depan., guru kembali meniup peluit untuk menghentikan aktifitas dan guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengevaluasi

gerakan temannya atau pasangannya. Setelah itu guru kembali memberikan waktu untuk siswa melaksanakan gerakan. Kembali setelah 10 menit siswa melakukan gerakan, guru bertanya kepada siswa “bagaimana gerakan tendangan depan teman atau pasangan kelompok kalian?”. Setelah selesai guru dan peneliti menyiapkan tes untuk mengetahui kemampuan melakukan gerakan tendangan depan. Siswa di tes satu per satu. Setelah tes usai dilaksanakan, guru kembali membariskan siswa untuk mengevaluasi dan menutup kegiatan pembelajaran.

Tanggapan Pengamat :

Siswa sudah mampu melaksanakan gerakan tendangan depan, siswa telah memahami konsep yang sebenarnya mengenai gerakan tendangan depan dan siswa memperlihatkan sikap yang positif dalam pembelajaran. Hasil tindakan siklus II ini pengamat telah melihat siswa yang tuntas dalam melaksanakan pembelajaran tendangan depan dalam sebesar 100%. Dengan ini penelitian dilaksanakan cukup sampai disini.

Lampiran 10




Lembar Kerja (*Work Sheet*)
Menendang (Tendangan Depan) dalam Pencak Silat

Petunjuk :

Berikan tanda \surd butir yang dilakukan sesuai dengan gerakan dan sikap yang benar.

Pelaku 1 :

Pengamat :

No	Unsur Gerak	Aspek yang dinilai	Penilaian				
			4	3	2	1	
1	 Tahap Persiapan	a. Sikap Pandangan	fokus terhadap sasaran yang akan ditendang				
		b. Sikap Badan	Posisi badan menghadap sasaran				
		c. Sikap Kaki	berdiri dengan kaki terbuka selebar bahu				
		d. Sikap Lengan	sikap lengan didepan dada dengan posisi siap				
2	 Tahap Perkenaan	a. Sikap Pandangan	pandangan ke arah target.				
		b. Sikap Badan	badan agak condong ke belakang posisi tubuh (seperti orang tidur).				
		c. Sikap Kaki	posisi kaki lurus dan tepat pada sasaran, (putar telapak kaki depan dengan tumit sebagai porosnya , kaki depan tadi menghadap kemudian angkat lutut)				
		d. Sikap Lengan	Kedua lengan menutupi dada.				
3	 Tahap Akhir	a. Sikap Pandangan	Pandangan ke arah target.				
		b. Sikap Badan	Badan tegak menghadap sasaran				
		c. Sikap Kaki	posisi kaki yang aktif melakukan tendangan, Tarik kembali ke posisi sikap pasang dan jaga keseimbangan				

		d. Sikap Lengan	sikap lengan didepan dada dengan posisi siap.				
--	--	-----------------	---	--	--	--	--