

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

a) Deskripsi Awal

Penelitian ini dimulai pada awal bulan Januari 2013 yang berlokasi di *Dojo* SMP Negeri 1 Balaraja dengan melakukan tes awal terhadap para siswa yang ada di *Dojo* SMP Negeri 1 Balaraja. Melalui tes ini, peneliti bekerja sama dengan kolaborator ingin mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam hal melakukan teknik *kihon* atau pukulan *くだん* *tsuki* dan kuda-kuda *zenkutsudachi* mereka sebelum diberikan tindakan atau perlakuan yang dilakukan melalui siklus latihan di bantu bersama dengan kolaborator.

Jumlah siswa yang mengikuti tes ini sebanyak 10 orang, yang terdiri dari 4 orang putra dan 6 orang putri. Dari hasil sementara untuk tes awal tersebut antara lain adalah : dari 10 orang anak yang melakukan tes awal hanya 3 orang anak dengan persentase diatas 80% yang dinyatakan memenuhi kriteria teknik dan 7 orang anak dengan persentase dibawah 70% yang lainnya belum memenuhi kriteria teknik dan belum sesuai dengan yang di harapkan dari segi teknik pukulan *gyakutsuki* dengan total hasil sementara untuk tes awal sebesar 69,3% yang baru didapat dari teknik mereka

Tabel.1
Hasil Tes Awal

No	Nama	Penilaian										Jumlah	Tes Awal	
		Badan			Tangan				Kaki					
		K	B	P	L	S	BK	LD	LB	TD	TB			
1	Yusuf	50	60	50	60	50	50	60	60	70	70	580	64%	
2	Sylvia	60	60	50	60	50	50	70	50	50	60	560	62%	
3	Artanti	70	80	80	80	70	80	80	80	80	80	780	86%	
4	Novita	60	60	50	60	50	50	60	50	60	50	550	61%	
5	Osep	50	70	50	60	50	70	60	60	50	60	580	64%	
6	Vina	60	60	50	50	50	50	50	50	50	50	520	57%	
7	Helsiah	60	60	50	70	60	60	50	70	50	60	590	65%	
8	Nurdin	70	80	70	70	80	80	70	60	80	80	740	82%	
9	Julius	80	80	70	80	70	80	70	80	60	70	740	82%	
10	Demi	50	60	50	70	50	70	70	80	60	70	630	70%	
TOTAL												6270	69.30%	

- Keterangan :

- K : Kepala - B : Bahu - P : Pinggul - L : Lengan
- S : Siku - BK : Bentuk Kepalan - LD :Lutut Depan
- LB : Lutut Belakang - TD : Telapak Depan - TB :Telapak Belakang

Hasil tes awal siswa di *Dojo* SMP Negeri 1 Balaraja dapat dilihat dalam diagram sebagai berikut :



Gambar 16 : Diagram Hasil Tes Awal teknik pukulan *くだん tsuki* dan *zenkutsu dachi*.

Hasil penilaian pada tes awal merupakan gambaran awal penelitian untuk membuat perencanaan penelitian, tindakan selanjutnya pada tiap siklusnya. Dari hasil tes awal teknik pukulan *くだん tsuki* dan *zenkutsu dachi* telah diketahui dan selanjutnya akan diberikan tindakan melalui alat bantu karet dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak pukulan *gyakutsuki* pada nomor *kumite* dalam cabang olahraga karate di *Dojo* SMP Negeri 1 Balaraja.

Penelitian diawali dalam bentuk siklus dengan membuat perencanaan. Dalam membuat perencanaan berdasarkan hasil diskusi peneliti dan kolaborator. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan strategi melatih apa saja yang akan diterapkan kepada siswa yang sesuai dengan kondisi mereka dan peneliti menyiapkan perlengkapan atau media alat bantu latihan dengan karet yang akan digunakan dalam proses latihan.

Setelah perencanaan selesai, peneliti melanjutkan ketahap selanjutnya yaitu pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini peneliti tetap dibantu

oleh kolaborator. Pelaksanaan tindakan menekankan kepada latihan-latihan teknik pukulan *くだん つuki* dan pukulan *gyakutsuki* melalui media alat bantu karet. Selama proses tindakan berlangsung peneliti melakukan pengamatan pelaksanaan tindakan dan mengamati proses latihan siswa, perkembangan kemampuan siswa menerima dan merespon terhadap tindakan yang diberikan.

Tahapan selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan bagaimana keberhasilan, kekurangan dan penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai bahan untuk latihan.

- **Pelaksanaan Siklus**

Adapun pelaksanaan tindakan berdasarkan siklus.1 adalah sebagai berikut:

- 1. Pertemuan pertama**

Pelaksanaan proses pembelajaran pada siklus ini yaitu dengan menerapkan materi *kihon* dasar. Hal ini terkait dengan bentuk tes yang di gunakan adalah teknik gerakan pukulan *gyakutzuki*, maka anak akan di ajarkan mulai dari dasar bagaimana melakukan teknik *kihon* dengan benar yaitu dengan melakukan teknik pukulan *くだん つuki* yang mudah dan benar

yang akhirnya teknik tersebut berkembang ke arah teknik yang lebih sulit yaitu pukulan *gyakutzuki* dengan benar.

Pukulan *くだん つuki* merupakan salah satu teknik pukulan yang mendasar dalam karate. *くだん つuki* adalah pukulan lurus yang mengarah ke dada atau ulu hati. Pada siklus ini anak diberi arahan untuk melakukan teknik dasar pukulan *くだん つuki* di tempat dengan kuda kuda *heikho dachi* dan menggunakan media alat bantu karet untuk membentuk gerakan yang sesuai di harapkan. Karena pada masa ini banyak dari para murid kurang mampu untuk melakukan teknik dasar dengan benar sesuai target yang ingin di capai dalam hal penguasaan *kihon* dasar yang masih mudah kemudian di lanjutkan ke tingkat yang lebih sulit. Sebelum melangkah ke tahap yang lebih sulit mereka melakukan teknik *kihon* dasar pukulan *くだん つuki* yang bertujuan untuk membentuk teknik *kihon* mereka terhadap pukulan *くだん つuki* terlebih dahulu.



Gambar.17 : Teknik dasar pukulan *くだん つuki*

Hasil Pengamatan & Evaluasi Pada Pertemuan.1 :

1. Pada pertemuan ini masih ada beberapa anak yang belum memahami konsep teknik pukulan *くだん つuki* dan kuda-kuda *ぜんくつす dachi*.
2. Masih ada beberapa siswa yang belum fokus dalam melakukan teknik tersebut seperti bentuk kepala yang kurang benar, sasaran yang kurang tepat, kepala yang masih bergerak, telapak kaki yang masih melenceng.
3. Masih perlu adanya perbaikan untuk teknik dasar pada siswa dalam teknik pukulan dan kuda-kuda.

2. Pertemuan Kedua

Pada siklus kedua mereka masih melakukan teknik kegiatan teknik dasar *kihon* pukulan dengan menggunakan media alat bantu karet, namun pada siklus ini anak sudah mulai melakukan teknik pukulan *くだん つuki* dengan menggunakan kuda kuda *ぜんくつす dachi* di tempat, berjalan maju kedepan dan mundur. Hal ini di maksudkan agar anak dapat lebih berkembang dan lebih baik dalam melakukan teknik pukulan.

Pada saat melakukan gerakan yang di instruksikan, peneliti dapat pula mengamati sejauh mana perkembangan anak dalam melakukan teknik tersebut sebelum nanti mengarah ke tingkat yang lebih sulit. Terlebih pada siklus ini mereka sudah melakukan pukulan dengan kuda kuda *ぜんくつす dachi* yang di gunakan pula pada saat nanti melakukan teknik pukulan *gyakutzuki*.



Gambar.18 : Teknik pukulan *くだん tsuki* dengan kuda-kuda *zenkutsu dachi* dan media karet.

Hasil Pengamatan & Evaluasi Pada Pertemuan.2 :

1. Pada pertemuan.2 ini masih ada sebagian anak yang belum menguasai teknik *kihon* dengan menggunakan media alat bantu karet.
2. Ada beberapa siswa yang masih belum fokus dalam melakukan teknik *くだん tsuki* pada saat maju dan mundur dengan menggunakan karet.
3. Masih perlu adanya perbaikan untuk teknik *kihon* melangkah maju dan mundur.

3. Pertemuan Ketiga

Pada siklus ketiga ini mereka sudah mulai melakukan teknik pukulan *gyakutsuki* namun masih tetap menggunakan media alat bantu karet untuk membantu mereka mendapatkan bentuk pukulan *gyakutzuki* yang benar.

Seperti yang telah dijelaskan diatas bahwa *Gyakutsuki* adalah salah satu teknik pukulan dalam karate yang umum di gunakan pada nomor kumite

(*fight*) di dalam setiap pertandingan karate. Sasaran *gyakutzuki* adalah area wilayah dada dan wajah, namun untuk area wajah tidak terlalu di tekankan adanya benturan keras karena mengingat arena itu merupakan daerah sensitive namun tetap mengandung unsur bernilai point. Hasil akhir dari bentuk *gyakutsuki* adalah dengan bersilangnya antara tangan dan kaki kuda kuda *zenkutzu dachi*, apabila tangan kanan di depan maka kaki kiri yang maju ke depan untuk melakukan kuda kuda *zenkutzu dachi*, begitu juga sebaliknya dengan tangan kiri.

Pada tahapan ini di harapkan anak dapat melakukannya dengan baik karena inilah hasil dari beberapa siklus sebelumnya yang sudah mengajarkan teknik dasar pukulan *udan tsuki* dengan menggunakan media alat bantu karet. Pada siklus ini anak akan melakukan teknik pukulan *gyakutzuki* di tempat terlebih dahulu, jika di rasa sudah cukup baik maka anak akan melakukannya dengan bergerak maju ke depan menggunakan *step* atau langkah yang sudah di lakukan sebelumnya untuk mendapatkan teknik pukulan yang benar. Peneliti dapat mengamati sejauh mana perkembangan anak-anak dalam melakukan teknik yang ingin dicapai.



Gambar.19: Teknik pukulan *gyakutzuki* dengan media alat bantu karet.

Hasil Pengamatan & Evaluasi Pada Pertemuan.3 :

1. Sudah mulai terlihat peningkatan dari segi teknik mereka dalam melakukan teknik pukulan.
2. Masih ada beberapa orang anak yang masih terlihat canggung pada saat melakukan teknik pukulan *gyakutsuki* dan kuda-kuda *zenkutsu dachi* dengan menggunakan media alat bantu karet tersebut.
3. Masih perlu adanya perbaikan dalam hal sinkronisasi teknik pukulan *gyakutsuki* mereka dengan kuda-kuda *zenkutsu dachi*.

4. Pertemuan Keempat

Pada siklus ini diharapkan anak sudah dapat melakukan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan lebih baik sesuai yang diharapkan oleh peneliti. Pada tahapan ini anak masih melakukan teknik pukulan *gyakutsuki* yang masih dengan media alat bantu karet untuk lebih membentuk gerakan mereka dengan lebih baik dan sesuai target.

Pada tahap ini mereka latihan teknik pukulan *gyaku tsuki* di tempat dengan kuda-kuda *zenkutsu dachi* menggunakan karet. Kemudian di susul dengan latihan teknik kuda-kuda *zenkutsu dachi* dengan *moving* atau melompat dari posisi *stand kumite*. Pada saat *moving stand kumite* bersamaan dengan gerakan teknik pukulan *gyaku tsuki* dengan menggunakan kuda-kuda *zenkutsu dachi* arah maju ke depan dengan *moving stand kumite*



Gambar.20 : Teknik pukulan *gyakutsuki* dari *stand kumite*

Hasil Pengamatan & Evaluasi Pada Pertemuan.4 :

1. Sudah terlihat adanya peningkatan dan perubahan pada murid dalam hal teknik pukulan *gyakutsuki* dan kuda-kuda *zenkutsu dachi* dengan menggunakan media alat bantu karet.
2. Pada pertemuan ini mereka mulai mengaplikasikan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan posisi *stand kumite* dan *moving* bergerak atau dengan kondisi *kumite* yang sesungguhnya.

3. Sudah terlihat peningkatan dari segi ketepatan dalam melakukan pukulan terhadap sasaran.

5. Pertemuan Kelima

Ini merupakan siklus terakhir yang akan dilakukan oleh anak dalam mencapai teknik pukulan *gyakutsuki* dengan benar. Pada siklus ini anak tidak lagi menggunakan media alat bantu karet, namun hanya melakukan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan *step* atau langkah maju sesuai teknik yang selama ini telah di ajarkan pada siklus yang pertama.

Pada tahap inilah peneliti melihat dan menilai sejauh mana perkembangan murid menerapkan apa yang telah diberikan pada siklus pertama hingga yang terakhir.

Hasil Pengamatan & Evaluasi Pada Pertemuan.5 :

1. Semakin terlihat adanya peningkatan dari segi teknik mereka dan ketepatan pukulan terhadap sasaran.
2. Terlihat adanya perubahan dari segi bentuk pukulan di bandingkan pada saat tes awal sebelumnya.
3. Terlihat bahwa kohai atau murid telah menguasai teknik pukulan *gyakutsuki* dalam keadaan atau posisi *stand kumite* dan *moving kumite*.

Analisis dan Refleksi

Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan serta dari hasil evaluasi, menarik kesimpulan bahwa latihan teknik pukulan *gyakutsuki*

dengan menggunakan media alat bantu karet dapat meningkatkan keterampilan gerak pukulan *gyakutsuki* di nomor *Kumite* pada cabang Olahraga Karate. Hal ini terlihat dari siswa yang sudah mampu memahami konsep teknik pukulan dan mampu melakukan tahapan-tahapan melalui latihan teknik gerakan pukulan *gyakutsuki* dengan baik.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah dilakukan tes awal, dapat diketahui kondisi siswa sebelum latihan menggunakan media alat bantu karet. Dari hasil yang didapat siswa yang berhasil sebanyak 3 orang anak. Prosentase keberhasilan siswa sebesar 30% untuk yang berhasil sedangkan 7 orang anak lainnya 70% belum sesuai dengan kriteria. Setelah dilaksanakan tindakan siklus I maka diperoleh hasil peningkatan teknik pada anak, yaitu: untuk anak yang berhasil sebanyak 8 orang anak yang mendapatkan point diatas 90% dan 2 orang anak dengan perolehan point di bawah 90%. Sehingga diperoleh hasil, untuk siswa yang berhasil sebanyak 8 orang siswa dan yang tidak berhasil sebanyak 2 orang siswa. Dengan demikian terjadi peningkatan dalam latihan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan menggunakan media alat bantu karet.

1. Hasil Penilaian Siklus I

Setelah melaksanakan latihan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan media alat bantu karet pada siklus I, maka diperoleh hasil tes pada anak dari *Dojo*

SMP Negeri 1 Balaraja yang dapat dilihat dalam tabel dan diagram di bawah

ini :

Tabel.2
Hasil Tes Akhir

No	Nama	Penilaian										Jumlah	Tes Akhir %
		Badan			Tangan			Kaki					
		K	B	P	L	S	BK	LD	LB	TD	TB		
1	Yusuf	70	80	80	80	70	90	80	80	90	90	810	90%
2	Sylvia	80	80	90	80	70	80	90	80	80	80	810	90%
3	Artanti	80	90	90	90	80	80	80	90	90	90	860	95%
4	Novita	70	70	60	70	60	60	70	70	80	80	690	76%
5	Osep	80	70	80	90	80	80	80	90	80	80	810	90%
6	Vina	80	70	60	70	70	60	60	70	70	70	680	75%
7	Helsiah	80	70	90	90	80	80	80	90	80	80	820	91%
8	Nurdin	80	80	80	90	80	90	80	70	80	80	810	90%
9	Julius	80	80	80	90	80	90	90	80	90	90	850	94%
10	Demi	80	80	90	80	70	80	90	90	80	90	830	92%
	TOTAL											7970	88.30%

- Keterangan :

- K : Kepala - B : Bahu - P : Pinggul - L : Lengan
- S : Siku - BK : Bentuk Kepalan - LD : Lutut Depan
- LB : Lutut Belakang - TD : Telapak Depan - TB : Telapak Belakang



Gambar.21: Diagram tes akhir teknik pukulan *gyakutsuki*.

Tabel.3

Hasil Tingkat Kemajuan

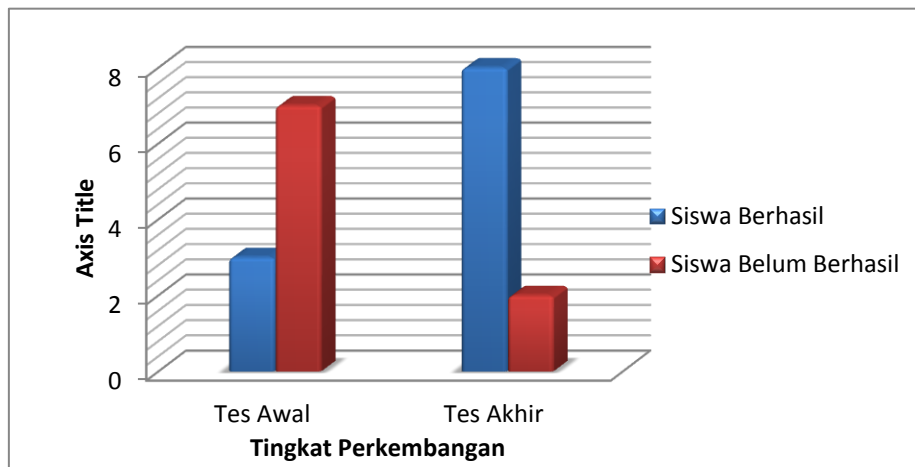
No	Nama Siswa	Tes Awal %	Tes Akhir %
1	Yusuf Setyo Arifin	64%	90%
2	Sylvia Melinda	62%	90%
3	Artanti . A	86%	95%
4	Novita Permatasari	61%	76%
5	Osep Sopian	64%	90%
6	Vina Febriana	57%	75%
7	Helsiah	65%	91%
8	M.Nurdin	82%	90%
9	M.Julius Eriansah	82%	94%
10	Demi Putri. L	70%	92%
	TOTAL	693%	883%
		69.3%	88.3%

C. Pengamatan Kolaborator

Dari hasil latihan teknik pukulan *gyakutsuki* di Dojo SMP Negeri 1 Balaraja, dengan tes awal dinyatakan dari hasil yang didapat bahwa siswa yang berhasil sebanyak 3 orang anak. Prosentase keberhasilan siswa sebesar 30% untuk yang berhasil sedangkan 7 orang anak lainnya 70% belum sesuai dengan kriteria. Setelah dilaksanakan tindakan siklus I maka diperoleh hasil peningkatan teknik pada anak, yaitu: untuk anak yang berhasil sebanyak 8 orang anak yang mendapatkan point diatas 90% dan 2 orang anak dengan perolehan point di bawah 90%. Sehingga diperoleh hasil, untuk siswa yang berhasil sebanyak 8 orang siswa dan yang tidak berhasil sebanyak 2 orang siswa. Dengan demikian terjadi peningkatan dalam latihan teknik pukulan *gyakutsuki* dengan menggunakan media alat bantu karet.

Berdasarkan hasil tes akhir, peneliti dan kolaborator menyimpulkan pada siklus I siswa mengalami peningkatan dari hasil tes awal yang telah dilakukan. Dengan demikian dari hasil penilaian siklus I telah terjadi peningkatan pada anak yang dapat di lihat pada hasil tes akhir. Peneliti dan kolabor telah menemukan jawaban atas hasil perumusan masalah apakah penggunaan media alat bantu karet dapat meningkatkan keterampilan gerak pukulan *gyakutsuki* yang benar pada nomor *kumite* dalam cabang olahraga karate di *Dojo* SMP Negeri 1 Balaraja dan peningkatan yang terlihat bersifat progres, sehingga dapat disimpulkan bahwa media alat bantu karet dapat meningkatkan keterampilan gerak teknik pukulan *gyakutsuki* pada nomor

Kumite di cabang Olahraga *Karate*. Dengan demikian peneliti dan kolaborator menghentikan penelitian sampai disini karena perumusan masalah telah terjawab.



Gambar.22 : Diagram Siswa Berhasil dan Belum Berhasil pada teknik pukulan *Gyakutsuki*