

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN TENDANGAN “T”  
PENCAK SILAT MELALUI PENDEKATAN  
MEDIA TONGKAT KELAS VIII**

**Firmansyah, Ahmad Atiq, Eka Supriatna**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Untan

Email : Putrasyah37@gmail.com

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan media tongkat, dalam pembelajaran tendangan “T” pencak silat Siswa/i Kelas VIII A SMP 19 Negeri Pontianak. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu suatu metode untuk menjelaskan tentang sesuatu yang diteliti. Sesuai dengan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian “*Classroom Action Research*” (Penelitian Tindakan Kelas). Untuk pemecahan rendahnya pembelajaran tendangan “T” pencak silat Kelas VIII A SMP Negeri 19 Pontianak dengan menggunakan media Tongkat, yang berjumlah 40 siswa. Penelitian ini dilakukan dengan dua siklus, setiap siklusnya dengan 2x Pertemuan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut: Terjadi peningkatan yang dilihat dari observasi awal rata-rata kemampuan siswa melakukan tendangan “T” pencak silat yaitu, 15%. Setelah dilakukan tindakan siklus I terjadi peningkatan sebesar 30% yaitu menjadi 42,5%. Pada siklus II meningkat lagi sebesar 77,5% yaitu menjadi 90%. Dengan demikian rata-rata peningkatan dari observasi awal sampai siklus II sebesar 77,5%.

**Kata kunci:** Tendangan “T” Pencak Silat, Pendekatan Media Tongkat.

**Abstrak:** This study aims to determine the sticks media skills, learning kicks in "T" martial arts student / i Class VIII A SMP 19 Pontianak. The research method in this research is descriptive method is a method to describe something that is studied. In accordance with the purpose of research, this research using this type of research "Classroom Action Research" (Classroom Action Research). For solving the low kicks learning "T" martial arts class VIII SMP Negeri A 19 Pontianak using Stick media, which amounts to 40 students. This research was done in two cycles, each cycle with 2x meeting. Based on the research that has been done can be concluded the following: An increase is seen from the initial observation the average ability of students to kick "T" martial arts, namely, 15%. After the first cycle measures an increase of 30% ie to 42.5%. In the second cycle increased again by 77.5% ie to 90%. Thus the average peningktan of observation start to cycle II of 77.5%.

**Keywords:** Kicking "T" Pencak Silat, Stick Media Approach.

Pembelajaran beladiri di sekolah terdapat materi pencak silat. Pencak silat adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali, yang mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu aspek mental spiritual, aspek bela diri, aspek seni budaya. Dengan demikian, pencak silat merupakan cabang olahraga yang cukup lengkap untuk dipelajari (Hendro Wardoyo dan Johansyah Lubis, 2004: 17).

Dari hasil *observasi* pada saat peneliti mengikuti pelatihan kerja lapangan melihat dan mendengar ada kesan dikalangan siswa bahwa olahraga pencak silat hanya berisi seperangkat gerak monoton dan tidak bervariasi. Keterbatasan fasilitas yang membuat guru PJOK kesulitan dalam menyampaikan materi ajar kepada siswa. Selain itu juga membuat siswa harus menunggu sekian waktu untuk mendapatkan gilirannya dalam mempraktikkan materi tendangan "T".

Menurut Agus Mahendra dan Among Ma'mun (dalam Agung 2012: 2). Untuk mencapai hasil yang maksimal dalam proses pembelajaran pencak silat, peneliti mencoba menggunakan media Tongkat sebagai alat ukur guna mendapatkan hasil tendangan yang maksimal. Pencapaian keterampilan di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor proses belajar (*Learning Proses*), faktor pribadi (*Personal Factor*), dan faktor situasi (*Situasional Factor*), Ketiga faktor ini berpengaruh terhadap tercapai tindakanya keterampilan yang dipelajari.

Berdasarkan uraian di atas dan latar belakang yang telah diulas sebelumnya, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Proses Pembelajaran dalam Keterampilan Tehnik Tendangan "T" pada siswa yang mengikuti Proses Pembelajaran Pencak Silat Siswa/i di kelas VIII A SMP Negeri 19 Pontianak". Menurut F. Hartono Tendangan T adalah sebutan lain untuk macam tendangan dengan nama generic tendangan samping. Dalam bahasa Karate tendangan ini disebut sebagai Yoko-geri. Terdapat berbagai macam varian tendangan samping ini. Dalam pencak gaya Tejokusuman khususnya perguruan Krisnamurti ada belasan varian tendangan pada pola permainan atas dan bawah (dalam <http://iwansaputra52.wordpress.com/2012/11/24/skripsi-pencak-silat/>).

Sedangkan menurut Johansya Lubis (2004: 28) tendangan T adalah serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya lurus ke depan dan kenaannya pada tumit, telapak kaki dan sisih luar telapak kaki, posisi lurus, biasanya digunakan untuk serangan samping, dengan sasaran seluruh bagian tubuh.

Menurut Arief S. Sadiman dkk (2010: 6) Media adalah sebuah alat yang mempunyai fungsi menyampaikan pesan. Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Sedangkan Menurut Bovee (dalam <http://dertraumer.blogspot.com/2012/09/pengertian-tujuan-manfaat-dan-fungsi.html>/dikunjungi 4 juni 2014) media pembelajaran adalah sebuah alat yang berfungsi dan digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Pembelajaran adalah proses komunikasi antara pembelajar, pengajar, dan bahan ajar.

Menurut Harjanto (2010: 246) media pembelajaran adalah menunjuk pada perlengkapan yang memiliki bagian-bagian yang rumit seperti televise dan film. Sedangkan Menurut Iif Khoiru Ahmadi dan Sofan Amri (2010: 115) kata media itu sendiri berasal dari bahasa latin yang merupakan betuk jamak dari kata

(medium) yang berarti : pengantar atau perantara, dengan demikian dapat diartikan bahwa media merupakan wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan. Sedangkan menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain (2010: 120) media adalah merupakan wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan.

Menurut Dini Rosdiani (2013: 75) media pembelajaran merupakan alat bantu pendengaran dan penglihatan (Audio Visual Aid) bagi peserta didik dalam rangka memperoleh pengalaman belajar secara signifikan. Sedangkan menurut National Education Association (dalam <http://belajarpsikologi.com/pengertian-media-pembelajaran/> dikunjungi 4 juni 2014) mengungkapkan bahwa media pembelajaran adalah sarana komunikasi dalam bentuk cetak maupun pandang dengar termasuk teknologi perangkat keras.

Menurut Marshall McLuhan (dalam Harjanto, 2010 : 246) media adalah suatu ekstensi manusia yang memungkinkannya mempengaruhi orang lain yang tidak mengadakan kontak langsung dengan dia. Media pembelajaran dalam penelitian ini yaitu media tongkat yang direntangan antara dua tiang atau dipengang dua orang yang saling berhadapan dan memiliki ukuran panjang 1,6/2 meter dengan diameter 5cm, , Tongkat yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tongkat bambu.

Tongkat adalah peralatan serba guna bagi pramuka, tongkat pramuka memiliki berbagai manfaat dan kegunaan, oleh karena itu peneliti mengambil penelitian dengan menggunakan media tongkat yang diharapkan dapat meningkatkan hasil tendangan “T” dalam pencak silat.

## **METODE**

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu suatu metode untuk menjelaskan tentang sesuatu yang diteliti. Menurut Arif (dalam Hamdani, 2014: 38) penelitian deskriptif adalah menjelaskan penggunaan melalui demonstrasi tentang upaya meningkatkan kebugaran jasmani melalui modifikasi pembelajaran pencak silat khususnya tendangan T pada siswa SMP Negeri 19 Pontianak di kelas VIII.

Penelitian ini dilakukan secara kolaborasi oleh peneliti dengan guru PJOK SMP Negeri 19 Pontianak. Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui 3 siklus untuk melihat aktivitas siswa melalui modifikasi pembelajaran pencak silat yang berupa tendangan “T” untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar tendangan “T”. Jika pada siklus pertama peningkatan tehnik keterampilan tendangan “T” sudah 60% (dalam Syaiful Bahari Djamarah dan Aswan Zain, 2006:107) maka berhenti pada siklus pertama, jika tidak ada peningkatan akan dilanjutkan dengan siklus 2 dan 3.

Prosedur penelitian adalah langkah-langkah yang harus dilalui peneliti dalam menerapkan metode yang akan diterapkan dalam penelitian langkah selanjutnya adalah menentukan banyaknya tindakan yang dilakukan dalam setiap siklus. Dalam penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan tindakan yang berlangsung secara terus menerus kepada subjek penelitian.

### Siklus Pelaksanaan PTK

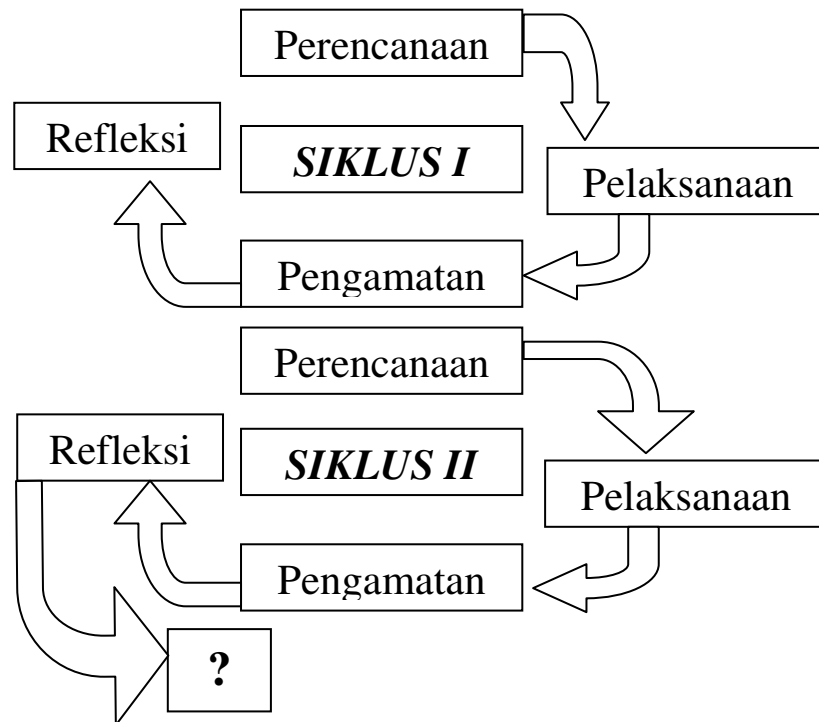


Diagram 1 Siklus Pelaksanaan Tindakan Kelas

Sumber: Suharsimi Arikunto, dkk ( 2011: 16)

Pada penelitian ini menggunakan subyek tindakan yakni siswa SMP Negeri 19 Pontianak pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan jumlah 40 orang dengan komposisi laki-laki 23 orang dan perempuan 17 orang. Alasan peneliti melakukan penelitian di lokasi tersebut karena penelitian sudah mengetahui karakter anak dan peneliti merupakan guru PPL di SMP Negeri 19 Pontianak. Dengan demikian peneliti sudah mengenali lokasi penelitian.

Adapun alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Lapangan, tempat yang dilakukan untuk memberi meteri dan tes uji praktek.
2. Peluit, digunakan untuk mempermudah dalam pelaksanaan tes.
3. Pecing, digunakan sebagai titik sasaran dalam melakukan tendangan T.
4. Formulir tes dan alat tulis, untuk mencatat siswa yang menjadi sampel.
5. Tongkat, sebagai ukuran tingginya tendangan
6. Tiang, untuk menempatkan atau tempat menggantungkan tongkat.

Penelitian ini menggunakan analisis dan refleksi dalam setiap siklus berdasarkan data dari hasil observasi, analisis dan refleksi dilakukan oleh guru sebagai peneliti. Analisis menggunakan statistik deskriptif, khususnya perbandingan rata-rata. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persen (%).

- a. Untuk menganalisis data tentang aktivitas belajar dan hasil belajar kemampuan siswa dalam melakukan tes tendangan “T” diperlukan rumus untuk mengetahui persentase rata-rata sebagai berikut:

$$KB = \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}} \times 100\%$$

Keterangan:

KB : Ketuntasan Belajar

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Deskripsi Data Tes Pre-Implementasi

Sesuai dengan rencana penelitian pada Bab III, yang menerangkan bahwa sebelum diadakan tindakan, terlebih dahulu peneliti mengadakan tes awal (pre-Implementasi). Hasil tes ini berfungsi sebagai data awal (*input*) bagi peneliti, dimana peneliti dapat mengetahui tingkat kemampuan Tendangan “T” yang dimiliki oleh siswa. Data ini merupakan terhadap Siswa Kelas VIII A Sekolah SMP Negeri 19 Pontianak. Adapun hasil tes Pre-Implementasi dari catatan-catatan dan pengamatan dilapangan ini dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 1 Deskripsi hasil penilaian tes awal (Pre-Implementasi)

NO.	Skor	Keterangan Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1.	37-40	A. (Sangat Baik)	0	0%
2.	30-36	B. (Baik)	6	15%
3.	24-29	C. (Cukup)	12	30%
4.	10-23	D. (Kurang)	22	57,5%
Jumlah			40	100%

Tabel 1. Kategori Persentase

KETERANGAN			
Keberhasilan	Jumlah Siswa	Persentase	KKM
Tuntas	6	15%	
Belum Tuntas	34	85%	75
Jumlah	40	100%	
Rata-rata			55

Tabel 1 menunjukkan bahwa ketuntasan hasil belajar sebesar 15% dan yang belum tuntas sebesar 85%. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam proses penelitian terkait dalam pembelajaran yang dilakukan masih belum berhasil, karena

indikator keberhasilan minimal 75%. Ternyata masih terdapat siswa yang nilainya belum mencapai KKM 75.

## **Pembahasan**

### **1. Deskripsi Data Hasil Penelitian Siklus I**

Kegiatan penelitian pada siklus I dilakukan dua kali pertemuan selama 90 menit. Adapun tahapan pada siklus I adalah :

#### **a. Tahap Perencanaan**

Pada tahap ini dilakukan penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Penjaskes dengan kompetensi dasar (KD) : Mempraktekan gerak dasar Tendangan "T" dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama regu, sportivitas, dan kejujuran. Instrumen pembelajaran terdiri dari lembar penelitian. Perangkat lain yang perlu dipersiapkan adalah media pembelajaran yang dapat menunjang kelancaran pelaksanaan pembelajaran yaitu peralatan pembelajaran (Tongkat Bambu), pluit, lembar penilaian dan kamera.

#### **b. Tahap Pelaksanaan**

Berdasarkan rencana pembelajaran yang telah disusun, pelaksanaan tindakan pada siklus pertama diawali dengan guru meniup pluit untuk membariskan siswa, siswa di bagi menjadi empat barisan, mengucapkan salam, guru mengecek kehadiran siswa dengan absen. Guru memimpin pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti. Selanjutnya guru mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan atau dipelajari sekaligus memberikan contoh tendangan "T" yang benar kepada siswa, lalu siswa disuruh maju untuk memberikan contoh tendangan "T" dan guru menjelaskan apakah sudah benar atau belum. Kemudian siswa dibagi 3 kelompok, yang bertugas sebagai: pemegang tongkat, pencatat skor yaitu gurunya dan yang melakukan tendangan "T" secara bergantian.

Untuk pertemuan kedua pada siklus pertama sama dengan pertemuan kesatu, diawali dengan guru meniup peluit untuk membariskan siswa, siswa di bagi menjadi empat barisan, mengucapkan salam, guru mengecek kehadiran siswa dengan absen. Guru mengintruksi ketua kelas untuk memimpin pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti yang diajarkan oleh guru pada pertemuan kesatu, dan kegiatan yang dilakukan pada pertemuan kedua sama dengan kegiatan yang dilakukan pada pertemuan pertama.

#### **c. Observasi**

kegiatan observasi dilakukan oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung. Hasil observasi terhadap pelaksanaan tindakan dideskripsikan bahwa masih ada siswa yang kurang memperhatikan dalam pembelajaran karena merasa heran dan terpengaruh adanya petugas fotografer (tukang foto) yang dianggap hal baru dalam pembelajaran.

Pada saat pengamatan atau observasi masih terlihat adanya siswa yang kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran seperti :

1. Siswa asyik memperhatikan temannya (tidak konsentrasi)
2. Siswa masih ragu-ragu dalam melakukan Tendangan "T"

Sehingga saat melakukan tendangan "T" siswa takut dengan celana yang dipakainya sobek, lalu tidak benar melakukan tendangan "T" saat tahap awalan,

tahap pelaksanaan dan tahap akhir tendangan “T”, sehingga tendangan malah mengenai Tongkat yang di rentangkan.

Jadi pada pengamatan yang dilakukan, penelitian mendapat beberapa catatan di lapangan tentang kegiatan pembelajaran yang berlangsung.

Hasil catatan-catatan lapangan tersebut pada siklus ini sebagai berikut :

Tabel 2 Deskripsi Hasil Penilaian Belajar Siswa Pada Siklus 1

NO.	Skor	Keterangan Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1.	37-40	A. (Sangat Baik)	1	2,5%
2.	30-36	B. (Baik)	16	40%
3.	24-29	C. (Cukup)	19	47,5%
4.	10-23	D. (Kurang)	4	10%
Jumlah			40	100%

Tabel 2. Kategori Persentase

KETERANGAN			
Keberhasilan	Jumlah Siswa	Persentase	KKM
Tuntas	17	42,5%	75
Belum Tuntas	23	57,5%	
Jumlah	40	100%	
Rata-rata			71

Tabel 2. menunjukkan bahwa ketuntasan belajar sebesar 42,5% dan belum tuntas sebesar 57,5% dari materi tendangan “T” pencak silat dengan metode *Part Whole Part* ( bagian pembagian) masih terdapat siswa yang belum mencapai indikator keberhasilan minimal 75%. Hal ini menunjukkan masih perlunya penelitian tindakan lanjutan demi keterampilan nilai minimal KKM.

#### d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi diatas dapat diketahui bahwa masih ada beberapa siswa yang kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran. Untuk menindak lanjuti pembelajran pada siklus II perlu ditekankan kepada siswa mengenai perhatian siswa terhadap kegiatan pembelajaran.

Kurangnya keberanian dan keaktifan serta dalam melakukan teknik tendangan “T” karena siswa masih merasa tidak terbiasa dengan tongkat yang biasanya menggunakan busa (pecing). Untuk mengatasi hal ini di siklus II, guru berusaha memberikan semangat dan motivasi agar membangkitkan keberanian siswa dengan cara menciptakan suasana pembelajaran menjadi suasana yang menarik dan menyenangkan.

## **2. Deskripsi Data Hasil Penelitian Siklus II**

Pembelajaran yang dilakukan pada siklus II merupakan kelanjutan dari siklus I. Pelaksanaannya dilakukan dua kali pertemuan dan dirancang sebagai berikut :

### **a. Tahap Perencanaan**

Perencanaan penelitian tindakan kelas pada tahap ini meliputi penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang akan diterapkan pada siklus ke II. kompetensi dasar (KD) : Mempraktekan gerak dasar Tendangan “T” dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama regu, sportivitas, dan kejujuran. Instrumen pembelajaran terdiri dari lembar penilaian, dan soal tes.

Rencana pada siklus ke II ada sedikit perbedaan dengan siklus I, hal ini didasarkan pada refleksi siklus I. Tindakan yang mendapatkan penekanan dari guru pada siklus II adalah mengarahkan siswa agar lebih aktif dalam meningkatkan pembelajaran meliputi kerjasama dan keberanian serta konsentrasi dalam melakukan tahap-tahap tendangan “T”.

Upaya yang dilakukan oleh guru untuk mewujudkan hal diatas dalam penyusunan rencana pembelaran dengan teknik mencari pasangan dan kerjasama kelompok dalam melakukan tendangan.

### **b. Tahap Pelaksanaan**

Pada pertemuan kedua siklus II ini proses pembelajaran berlangsung berdasarkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Berdasarkan pembelajaran yang telah disusun, pelaksanaan tindakan pada pertemuan kedua, siklus kedua diawali dengan guru meniup pluit untuk membariskan siswa, siswa di bagi menjadi empat barisan, mengucapkan salam, guru mengecek kehadiran siswa dengan absen. Guru mengintruksi ketua kelas untuk memimpin pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti yang diajarkan oleh guru pada siklus I.

Selanjutnya guru menyampaikan tujuan pembelajaran dilanjutkan dengan tanya jawab serta mempraktikkan tahapan-tahapan tendangan “T” yang benar yang sudah dipelajari pada siklus I. Guru memberikan penghargaan kepada siswa yang masih ingat dalam pembelajaran yang belum sempurna, karena pada siklus II ini akan memperdalam atau memperkuat cara tahapan-tahapan teknik tendang “T”. Langkah selanjutnya guru membagi siswa menjadi lima kelompok dengan mencari kelompoknya sendiri, tiap kelompok terdiri dari delapan orang dan tiap kelompok melakukan gerakan tendangan “T” dengan media tongkat secara bergantian. Setiap kelompok yang sudah di bagi lima kelompok tadi, ada yang bertugas menendang, dan dua orang yang memegang tongkat dalam setiap kelompok yang sudah di bagi guru.

Kegiatan akhir pada pertemuan ini guru memberikan penjelasan dan penguatan pada siswa untuk pertemuan yang kedua serta memberikan peluang kepada siswa untuk bertanya dengan pembelajaran yang belum dimengerti.

### **c. Observasi**

Hasil observasi pada siklus II ini dapat dideskripsikan bahwa sebagian besar siswa sudah dapat meningkatkan aktifitas dalam meningkatkan pelajaran. Semua siswa sudah aktif dalam melakukan tendangan “T” pencak silat. Siswa yang ragu-ragu atau yang tidak konsentrasi dalam melaksanakan tendangan “T”



pencak silat sudah sangat berkurang bisa dibayangkan sudah tidak ada lagi siswa yang ragu-ragu.

Setelah selesai pelaksanaan siklus II diadakan tes kemampuan melakukan tendangan “T” pencak silat, dengan tahapan-tahapan yaitu tahapan awalan, tahapan pelaksanaan dan tahap akhir.

Tabel 3. Deskripsi Hasil Penilaian Belajar Siswa Pada Siklus II

NO.	Skor	Keterangan Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1.	37-40	A. (Sangat Baik)	7	17,5%
2.	30-36	B. (Baik)	29	72,5%
3.	24-29	C. (Cukup)	4	10%
4.	10-23	D. (Kurang)	0	0%
Jumlah			40	100%

Tabel 1. Kategori Persentase

KETERANGAN			
Keberhasilan	Jumlah Siswa	Persentase	KKM
Tuntas	36	90%	75
Belum Tuntas	4	10%	
Jumlah	40	100%	
Rata-rata	83		

Tabel 3. menunjukkan yang telah tuntas sebesar 90% dan tidak tuntas 10% yaitu terdapat empat siswa yang tidak tuntas.

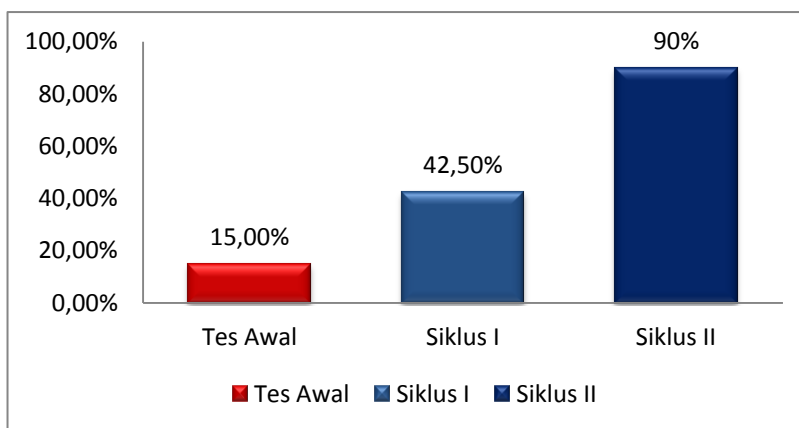
Hasil penelitian tindakan kelas tentang pembelajaran tendangan “T” pencak silat, yang dilakukan sebanyak dua siklus dapat disajikan sebagai berikut :

Aktivitas siswa selama mengikuti pembelajaran yang terkait dengan aktivitas teknik tendangan “T” pencak silat dapat dilihat dari hasil pengamatan atau observasi yang dilakukan pengamat atau peneliti. Aktivitas siswa selama mengikuti pembelajaran tendangan “T” pada tabel 4.7.

Tabel 4. Hasil pengamatan terhadap aktivitas siswa selama mengikuti pembelajaran teknik tendangan “T” pencak silat dari tes awal sampai siklus II

NO.	Uraian Pengamatan	Persentase	Keterangan
1.	Tes Awal	15%	
2.	Siklus I	42,5%	Meningkat 30%
3.	Siklus II	90%	Meningkat 77,5%

Hasil pengamatan atau observasi yang disajikan pada tabel di atas dapat dideskripsikan bahwa aktivitas siswa selama mengikuti pembelajaran selalu meningkat. Peningkatan tingkat keberanian dan keaktifan siswa serta kemampuan dalam melakukan teknik tendangan “T” pencak silat dalam proses pembelajaran pada kelas VIII A SMP Negeri 19 Pontianak selama dua siklus penelitian tindakan kelas, dapat lebih jelas terlihat pada grafik berikut :



Grafik I. Deskripsi hasil Presentase penelitian dari tahap awal sampai siklus II

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa penerapan media pembelajaran tendangan “T” dengan media tongkat di kelas VIII A SMP Negeri 19 Pontianak dikatakan berhasil.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak dua siklus dapat disimpulkan bahwa pembelajaran teknik tendangan “T” menggunakan pendekatan media tongkat bambu dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar siswa SMP Negeri 19 Pontianak Tahun Pelajaran 2014/2015.

Peningkatan kemampuan hasil belajar siswa dalam melakukan tendangan “T” pencak silat ini terdiri dari hal-hal sebagai berikut :

1. Terjadi peningkatan yang dilihat dari obsevasi awal kemampuan siswa melakukan tendangan “T” pencak silat yaitu 15%. setelah dilakukan tindakan siklus I terjadi peningkatan sebesar 30% yaitu menjadi 42,5%. Pada siklus II meningkat lagi sebesar 77,5% yaitu menjadi 90%. Dengan demikian yang tuntas dari observasi awal sampai siklus II sebesar 77,5%.
2. Berdasarkan uraian nomor satu diatas, dapat dikatakan bahwa pembelajaran teknik tendangan “T” pencak silat dengan menggunakan media tongkat dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar siswa SMP Negeri 19 Pontianak dikatakan berhasil.

## Saran

Dalam rangka meningkatkan hasil pembelajaran tendangan “T” pencak silat dengan pendekatan media tongkat, maka menyampaikan saran sebagai berikut :

### 1. Untuk Siswa

a. Kepada siswa hendaknya aktif dan berani dalam proses pembelajaran dan berusaha meningkatkan kemampuan belajar sehingga memperoleh hasil yang lebih baik lagi.

b. Kepada siswa yang sudah benar dalam melakukan teknik tendangan “T” pencak silat jangan merasa bosan dan malas untuk memberikan contoh kepada teman yang lain.

### 2. Untuk Guru

a. Memberi motivasi kepada siswa untuk aktif mengikuti pembelajaran tendangan “T” pencak silat dengan menggunakan pendekatan tongkat bambu.

b. Memberikan motivasi kepada siswa dalam memberikan penguatan kepada siswa yang benar dalam melakukan tendangan “T” pencak silat, sehingga siswa dapat menunjukkan cara yang lebih baik dalam melakukan tendangan “T” pencak silat.

### 3. Sekolah

Untuk sekolah dan seluruh warga sekolah semoga setelah selesainya dilakukan penelitian ini, maka penelitian ini dapat dijadikan acuan dan lebih berguna untuk memajukan nama baik sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

Agung, Wahyu Hidayat. (2012). Surve Keterampilan Tendangan Sabit Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat Di SMP 21 Pontianak. **Skripsi**. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP) UNTAN.

Ahmad, Iif Khoiru dan Sofan Amri.(2010). **Strategi Pembelajaran Sekolah Berstandar Internasional Dan Nasional**. Jakarta. PT. Prestasi Pustakaraya.

Arikunto, Suharsimi dan dkk. (2011). **Penelitian Tindakan Kelas**. Jakarta : PT Bumi Aksara.

Bovee.(2012). **Pengertian, Tujuan, Manfaat, Dan Fungsi Media Pembelajaran**.(Online).(http://der-traumer.blogspot.com/2012/09/pengertian-tujuan-manfaat-dan-fungsi.html/ dikunjungi 7 oktober 2013).

Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain.(2010) **Strategi Belajar Mengajar**. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Hartono, (2012). <http://iwansaputra52.wordpress.com/2012/11/24/skripsi-pencak-silat/>

Hamdani.(2014). Upaya Peningkatan Kemampuan Roll Depan Menggunakan Matras Dimiringkan Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 04 Parit Merdeka Kuabupaten Sambas Tahun 2014.**Skripsi**. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Untan.

- Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo. (2014). **PENCAK SILAT**. Panduan Praktis Jakarta: PT RajaGrafindo Perada.
- Lubis, Johansyah. (2004). **Pencak Silat**. Panduan Praktis, Jakarta: PT Rajagrafindo Persada..
- Rosdiani, Dini. (2013). **Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**. Bandung: Alfabeta
- Sadiman, Arief S, R. Rahardjo, Anung Haryono, Rahardjito. (2010). **Media Pendidikan**. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Syaiful, Bahri Djamarah dan Aswandi Zain. (2006). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta : PT Rineka Cipta.