

Meningkatkan hasil belajar pukulan lurus dalam pencak silat melalui penggunaan alat bantu pembelajaran

Improving learning outcomes of straight punch in pencak silat through the use of learning aids

Widiyantoro

SDN 1 Tengger ,Puhpelem Wonogiri,Jawa Tengah, Indonesia

johncolection@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar pukulan lurus dalam pencak silat melalui penggunaan media alat bantu pembelajaran pada siswa kelas V SDN 1 Tengger Semester gasal tahun pelajaran 2019/2020. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian siswa kelas V SDN 1 Tengger semester gasal Tahun Pelajaran 2019/2020 berjumlah 31 siswa. Sumber data berasal dari guru dan siswa. Pengumpulan data dengan tes pukulan lurus pencak silat dan observasi aktifitas pesertadidik dan guru selama kegiatan belajar mengajar pukulan lurus pencak silat dengan menggunakan alat bantu Pembelajaran. Avaliditas data dengan teknik triangulasi. Data dalam penelitian ini berupa data kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif adalah skor perolehan pukulan lurus pencak silat, data kualitatif terdiri dari: aktivitas guru, keaktifan siswa, aktifitas siswa, dan penggunaan alat bantu. Data kuantitatif dianalisis dengan T-tests sedangkan data kualitatif dianalisis dengan analisis kritis. Pada penelitian ini menghasilkan suatu data peningkatan siswa dalam mempelajari pukulan lurus menggunakan media alat bantu pembelajaran. Ketercapaian ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat dari pra siklus ke siklus 1 sebesar 38.71%. Dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 12.91%. Peningkatan ketuntasan hasil belajar secara keseluruhan dari kondisi awal ke siklus 2 sebesar 51.62%. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan: Penggunaan media alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar pukulan lurus pencak silat pada siswa kelas V SDN 1 Tengger Semester gasal Tahun Pelajaran 2019/2020.

Kata kunci: Pembelajaran pukulan lurus pencak silat, media alat bantu pembelajaran, hasil belajar pukulan lurus pencak silat.

Abstract. *The purpose of this study was to improve learning outcomes of passing strokes in pencak silat through the use of learning aids media for fifth grade students of SDN 1 Tengger Odd semester of the 2019/2020 school year. This research is a Classroom Action Research (CAR). The research was carried out in two cycles, with each cycle consisting of planning, implementing actions, observing and reflecting. The research subjects were 31 students of class V SDN 1 Tengger odd semester in the 2019/2020 academic year. Sources of data come from teachers and students. Collecting data by testing the straight stroke of pencak silat and observing the activities of students and teachers during teaching and learning activities of straight stroke of pencak silat using learning aids. Data validity with triangulation technique. The data in this study are quantitative and qualitative data. Quantitative data is the score of straight strokes of pencak silat, qualitative data consists of: teacher activity, student activity, student activity, and use of assistive devices. Quantitative data were analyzed by T-test while qualitative data were analyzed by critical analysis. In this study resulted in an increase in student data in learning straight strokes using learning aids media. The achievement of complete learning outcomes of pencak silat straight stroke from pre-cycle to cycle 1 is 38.71%. From cycle 1 to cycle 2 of 12.91%. The improvement in overall learning outcomes from the initial conditions to cycle 2 is 51.62%. Based on the results of the study, it was concluded: The use of learning aids media can improve learning outcomes of pencak silat straight strokes in fifth grade students of SDN 1 Tengger Odd semester in the 2019/2020 academic year.*

Keywords: *Learning straight strokes of pencak silat, learning aid media, learning outcomes of pencak silat straight strokes.*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan

berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga beladiri pencak silat. Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri bangsa Indonesia yang dikenal sejak jaman nenek moyang. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman. Maksud dan tujuan pelajaran beladiri kepada peserta didik yaitu, agar peserta didik mengenal olahraga beladiri dan mampu membela dirinya apabila mendapat gangguan yang membahayakan dirinya. Dalam pembelajaran cabang olahraga beladiri pencak silat diajarkan macam-macam teknik dasar pencak silat. Johansyah (2004: 7) menyatakan: Teknik yang perlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: (1) langkah dan pola langkah, (2) sikap pasang dan pengembangan, (3) teknik belaan, (4) teknik serangan, (5) teknik jatuhan dan, (6) teknik kunci.

Berdasarkan jenisnya serangan dalam pencak silat dibedakan menjadi dua yaitu, pukulan dan tendangan. Jenis pukulan pencak silat yaitu: pukulan depan, pukulan samping, pukulan sangkul, pukulan lingkar, tebasan, tebangan, sangga, tamparan, kepret, tusukan, totokan, patukan, cengkaman, gentusan, sikuan dan dobrakan. Sedangkan jenis tendangan pencak silat yaitu: tendangan depan, tendangan samping, tendangan sabit, tendangan berputar serta sapuan. Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran pencak silat di SDN 1 tengger dilaksanakan secara konvensional. Guru menjelaskan teknik pukulan lurus pencak silat, memberikan contoh pukulan lurus dan selanjutnya memberi aba-aba siswa untuk melakukan pukulan lurus yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar siswa kurang senang, siswa merasa jenuh dan bosan, siswa justru bercanda (gojek/bahasa Jawa) dengan siswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, siswa kurang menguasai teknik pukulan lurus sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas. Permasalahan yang terjadi pada siswa kelas V SDN 1 Tengger harus dicarikan solusi yang tepat. Pembelajaran pukulan lurus yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama ternyata kurang menarik perhatian siswa. Pada umumnya siswa akan lebih senang melakukan pukulan lurus apabila ada target atau sasaran yang harus dikenai, sehingga akan menjadi lebih semangat. Upaya meningkatkan perhatian dan memenuhi hasrat gerak siswa, maka dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat pada siswa kelas V SDN 1 Tengger tahun pelajaran 2019/2020 dibutuhkan alat bantu yang tepat. Srijono Brotosuryo, Sunardi dan M. Furqon H. (1994: 297) menyatakan: Dengan menggunakan alat bantu mengajar atau media, pengajaran dapat menjadi lebih konkrit dan menarik, sehingga mudah untuk dimengerti dan dipahami anak didik. Alat bantu merupakan salah satu media dalam pembelajaran yang sangat berperan penting untuk mendukung pencapaian tujuan pembelajaran. Melalui alat bantu yang

digunakan dalam pembelajaran materi pembelajaran lebih konkrit dan mudah dipahami siswa serta lebih menarik. Alat bantu yang dapat digunakan untuk membantu pembelajaran pukulan lurus pencak silat antara lain: bola plastik yang di gantung dan bantalan atau alat bantu lainnya. Alat bantu dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat dengan bantalan (pecing target) yaitu, bantalan yang dipegang oleh temannya dan selanjutnya siswa melakukan pukulan lurus ke arah bantalan (pecing target) secara berulang-ulang. Sedangkan alat bantu bola plastik yang di gantung dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat yaitu, bola plastik yang digantung, kemudian siswa melakukan pukulan lurus secara berulang-ulang. Atau alat bantu bola plastik digerakkan (digoyangkan) dan setelah berada lurus di depan siswa melakukan pukulan lurus ke arah bola plastik tersebut. Melalui media alat bantu dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat diharapkan siswa lebih senang lebih fokus dan tertantang untuk melakukan pukulan lurus yang cepat dan akurat. Pembelajaran pukulan lurus yang menarik perhatian siswa, siswa lebih senang, mau melakukan pukulan lurus secara berulang-ulang dan diharapkan akan meningkatkan kemampuan pukulan lurus pencak silat. Apakah benar melalui media alat bantu bola plastik yang digantung dapat meningkatkan hasil belajar pukulan lurus pencak silat. Pencak silat pada dasarnya merupakan pembelaan diri dari insan Indonesia untuk menghindari diri dari segala marabahaya. Berkaitan dengan pencak silat Sumarno (1992) menyatakan: Pencak mempunyai pengertian sebagai gerak dasar beladiri yang terikat pada peraturan dan digunakan dalam belajar, latihan dan pertunjukkan. Silat mempunyai pengertian sebagai gerak beladiri yang sempurna, yang bersumber pada kerokhaniaan yang suci murni, guna keselamatan diri atau kesejahteraan bersama, menghindarkan diri dari bala atau bencana (hlm,194). Menurut Srihati Waryati dan Agus Mukholid (1992: 15) bahwa: pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela dan mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup dan alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Menurut Virdy (2011) menyatakan: Pencak silat adalah suatu metode bela diri yang diciptakan untuk mempertahankan diri dari bahaya yang dapat mengancam keselamatan dan kelangsungan hidup. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, pencak silat merupakan hasil budaya manusia Indonesia yang mempunyai tujuan untuk membela dan mempertahankan diri dari segala marabahaya untuk mencapai keselarasan dan keselamatan hidup dan meningkatkan rasa taqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.

METODE PENELITIAN

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan di lapangan olahraga SDN 1 Tengger kec Puhpelem. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan dari bulan Juni 2019 sampai selesai.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum melaksanakan proses penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan survei untuk mengetahui keadaan nyata di lapangan. Hasil dari survei sebagai berikut:

1. Siswa kurang memperhatikan saat pembelajaran Penjas.

Dari kegiatan proses pembelajaran Penjas di sekolah yang diperoleh informasi siswa cenderung sulit diatur saat pembelajaran Penjas berlangsung. Hal ini dibuktikan oleh saat melakukan pengamatan. Saat mengikuti pembelajaran Penjas, siswa menunjukkan sikap seenaknya sendiri, tidak memperhatikan penjelasan guru, tidak memperhatikan pelajaran sepenuhnya (sambil lalu), ada yang berbicara dengan teman lainnya, bahkan ada yang bermain sendiri dengan temannya.

2. Terbatasnya prasarana dan sarana Penjas

Terbatasnya prasarana dan sarana Penjas terbukti dengan tidak memiliki gelanggang beladiri dan sedikitnya alat-alat olahraga yang dimiliki sekolah untuk pembelajaran Penjas.

3. Guru kurang kreatif menciptakan alat bantu pembelajaran Penjas.

Pembelajaran Penjas yang dilakukan monoton dan tidak pernah membuat alat bantu untuk menyampaikan materi pelajaran Penjas.

Berdasarkan tindakan pembelajaran pukulan lurus pencak silat dengan alat bantu bola plastik pada siklus 2 ternyata kemampuan pukulan lurus pencak silat dan ketuntasan hasil belajar meningkat lebih baik. Peningkatan kemampuan pukulan lurus pencak silat dan ketuntasan hasil belajar disebabkan antara lain: Alat bantu yang digunakan lebih menantang, sehingga siswa sangat aktif dan serius mengikuti pembelajaran. Adanya koreksi dan evaluasi pada siklus 2 menjadikan siswa lebih memahami maksud dan tujuan dari alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat. Siswa sangat senang adanya *reward* dari peneliti dan adanya nilai tambahan, sehingga siswa berusaha memperoleh nilai tambahan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dapat dipaparkan pembahasan hasil penelitian sebagai

berikut:

Perbandingan ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari kondisi awal ke siklus 1 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari Prasiklus ke Siklus 1.

Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Prasiklus	Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Prasiklus ke Siklus 1	Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat dari Prasiklus ke Siklus I
35.48%	74.19%	38.71%

Berdasarkan histogram tersebut menunjukkan bahwa, ketuntasan hasil pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari pra siklus ke siklus 1 mengalami peningkatan 38.71%. Perbandingan ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger tahun pelajaran 2019/2020 dari siklus 1 ke siklus 2 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari Siklus 1 ke Siklus 2.

Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Siklus 1	Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Siklus 2	Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat dari Siklus 1 ke Siklus 2
74.19%	87.10%	12.91%

Berdasarkan grafik tersebut menunjukkan bahwa, ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari siklus 1 ke siklus 2 mengalami peningkatan sebesar 12.91%. Perbandingan ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari pra siklus ke siklus 2 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari Prasiklus ke Siklus 2.

Ketuntasan dalam Hasil Belajar pada Pukulan lurus Pencak Silat Prasiklus	Ketuntasan Hasil Belajar pada pukulan lurus pencak silat prasiklus ke siklus 2	Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar pada pukulan lurus pencak silat prasiklus ke siklus 2
35.48%	87.10%	51.62%

Berdasarkan grafik tersebut menunjukkan bahwa, ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dari pra siklus ke siklus 2 mengalami peningkatan 51.62%. Prosentase ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 prasiklus sebagai berikut:

Tabel 12. Rekapitulasi Ketuntasan Hasil Belajar dan Prosentase Pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun Pelajaran 2019/2020 pada Prasiklus

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
≥80	Baik sekali	Tuntas	5	16.12%
75 – 79	Baik	Tuntas	6	19.35%
70 – 74	Cukup	Tuntas	0	0.00%
65 – 69	Kurang	Tuntas	12	38.71%
≤64	Kurang sekali	Tidak Tuntas	8	25.81%
			31	100%

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa, pada kondisi awal ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dengan kategori baik sekali (tuntas) sebanyak 5 orang (16.00%), kategori baik (tuntas) sebanyak 6 orang (19.35%). Rekapitulasi ketuntasan hasil belajar dan prosentase pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 setelah siklus 1 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 13. Rekapitulasi Ketuntasan Hasil Belajar dan Prosentase Pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun Pelajaran 2019/2020 setelah Siklus 1

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
≥80	Baik sekali	Tuntas	9	29.03%
75 – 79	Baik	Tuntas	14	45.16%
70 – 74	Cukup	Tuntas	0	0.00%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	5	16.13%
≤64	Kurang sekali	Tidak Tuntas	3	9.68%
			31	100%

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa, pada siklus 1 ketuntasan hasil belajar

pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dengan kategori baik sekali (tuntas) sebanyak 9 orang (29.03%), kategori baik (tuntas) sebanyak 14 orang (45.16%). Rekapitulasi ketuntasan hasil belajar dan prosentase pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 setelah siklus siklus 2 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 14. Rekapitulasi Ketuntasan Hasil Belajar dan Prosentase pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger tahun pelajaran 2019/2020 setelah Siklus 2

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
≥80	Baik sekali	Tuntas	18	58,06%
75 – 79	Baik	Tuntas	9	29,03%
70 – 74	Cukup	Tuntas	0	0,00%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	4	12,90%
≤64	Kurang sekali	Tidak Tuntas	0	0,00%
			31	100%

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa, pada siklus 2 ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 dengan kategori baik sekali (tuntas) sebanyak 18 orang (58.06%), kategori baik (tuntas) sebanyak 9 orang (29,03.06%).

Rekapitulasi ketuntasan hasil belajar dan prosentase pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 tengger tahun pelajaran 2019/2020 pada pra siklus, setelah siklus 1 dan setelah siklus 2 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 15. Rekapitulasi Ketuntasan Hasil Belajar dan Prosentase pukulan lurus Pencak Silat Siswa Kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 pada Pra Siklus, setelah Siklus 1 dan setelah Siklus 2

Rentang Nilai	Keterangan	Pra Siklus	Siklus 1	Siklus 2
> 80	Baik sekali	16.00%	29.03%	58,06%
75 – 79	Baik	19.35%	45.16%	29,03%
70 – 74	Cukup	0.00%	0.00%	0.00%
65 – 69	Kurang	38.71%	16.13%	12,90%
< 64	Kurang sekali	25.81%	9.68%	0,00%
		100%	100%	100%

KESIMPULAN

Berdasarkan data ketuntasan hasil belajar pukulan lurus pencak silat siswa kelas V SDN 1 Tengger Tahun pelajaran 2019/2020 pada prasiklus, setelah siklus 1 dan setelah

siklus 2 menunjukkan bahwa, pembelajaran pukulan lurus pencak silat menggunakan alat bantu dapat meningkatkan hasil belajar pukulan lurus pencak silat. Hal ini karena penggunaan alat bantu bantalan dan bola plastik dalam pembelajaran pukulan lurus pencak silat dapat menumbuhkan rasa senang dan motivasi belajar siswa meningkat. Siswa memahami lebih kongkrit materi pelajaran yang diterimanya yaitu, melakukan pukulan lurus yang harus dikenakan pada bantalan atau bola plastik. Dengan adanya alat bantu bantalan dan bola plastik, siswa lebih semangat melakukan pukulan lurus secara berulang-ulang. Pembelajaran pukulan lurus pencak silat yang dilakukan secara berulang-ulang akan meningkatkan hasil belajar pukulan lurus pencak silat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta. UNS Press
- Agus Margono, Agus Mukholid, Sapta Kunta Purnama & Budhi Satyawan. 2011.
- Alibaba. 2009. [http://abibaba7.blogspot.com/2009/04/teknik - dasar - pencak – silat - 2.html](http://abibaba7.blogspot.com/2009/04/teknik-dasar-pencak-silat-2.html) . 12 September 2012
- Benny A. Pribadi. 2009. *Model Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- H.J. Gino, Suwarni, Suropto, Maryanto dan Sutijan. 1998. *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta: UNS Press.
- Harminingsih. 2011. <http://labarasi.wordpress.com/2011/04/19/faktor-yang-mempengaruhi-hasil-belajar/> 17 juli 2012
- <http://www.google.co.id/search?q=tendangan+depan+pencak+silat&hl>
- Husdarta & Yudha M. Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Iman Widodo (2011) <http://gebangtinatar.iman-widodo.com/tentang-penca-silat>
Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Johansyah Lubis. 2004. *Pencak Silat Panduan Praktis*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.