

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Persiapan Penelitian

Suatu kegiatan penelitian hendaknya dibuat dan disajikan dengan memperhatikan tata cara penyusunan karya ilmiah. Dengan demikian penelitian tersebut dapat memberikan informasi dan gambaran yang jelas terhadap aspek variabel yang diteliti dan hasilnya dapat dipertanggungjawabkan serta bermanfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan. Peneliti melakukan seminar pada tanggal 17 Januari 2019 pukul 13.00 WIB di Gedung IKIP-PGRI Pontianak Ruang Seminar B.14. setelah seminar peneliti melakukan perbaikan desain dan membuat laporan hasil seminar sehingga mendapat ACC pada tanggal 24 Januari 2017. Pada tanggal 6 Februari 2019 yaitu hari Selasa peneliti menyerahkan surat izin penelitian ke SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat.

Proses pelaksanaan penelitian dilakukan mulai pada tanggal 7 Februari 2019 dan berakhir pada tanggal 23 Februari 2019 yang dilaksanakan setiap hari kamis dan sabtu disetiap minggunya di SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat. Hari kamis dimulai pukul 15.00 WIB sampai pukul 17.00 WIB, hari sabtu dimulai pukul 07.00 WIB sampai pukul 09.00 WIB.

Setelah melewati beberapa tahapan peneliti mendapatkan persyaratan sehingga penelitian ini bisa dilaksanakan dengan adanya izin yang dikeluarkan oleh lembaga IKIP-PGRI Pontianak dan surat itu diberikan kepada kepala SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat. Kepala sekolah memberikan surat rekomendasi, dengan adanya rekomendasi ini peneliti bisa menjalankan penelitian sebagaimana mestinya dan sesuai dengan yang diharapkan.

2. Data Pre-Implementasi

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas peserta belum menunjukkan hasil latihan yang baik, dengan persentase ketuntasan belajar 25% peserta.

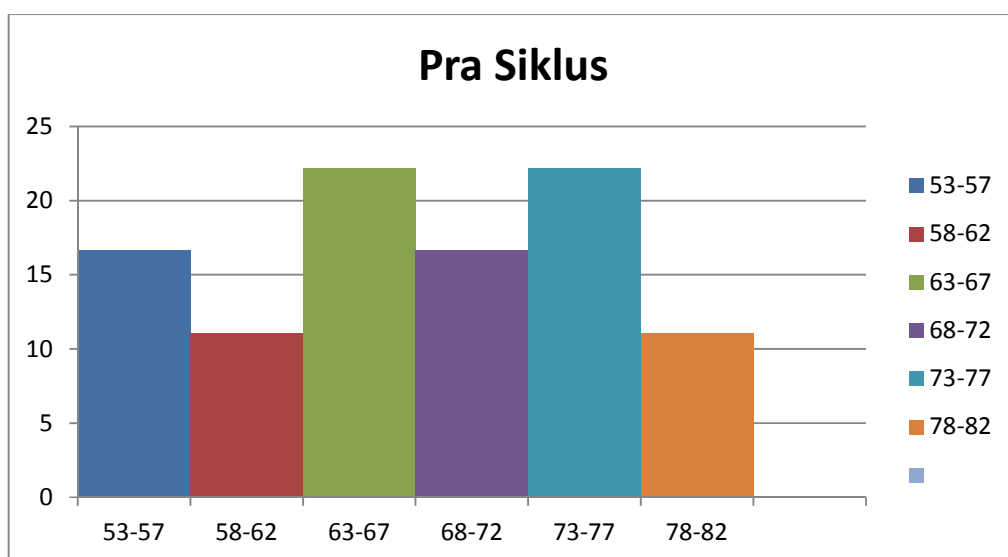
Melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan latihan yang kurang. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kualitas latihan tendangan sabit pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat dengan menggunakan metode *drill*. Pelaksanaan tindakan akan dilakukan sebanyak 2 siklus, yang masing-masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi dan Interpretasi, (4) Analisis dan Refleksi

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Teknik Dasar Tendangan
Sabit Dalam Pencak Silat Pada Siswa Kelas III A
SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

Interval Kelas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif
53 - 57	3	16,67	16,67
58 - 62	2	11,11	27,78
63 - 67	4	22,22	50
68 - 72	3	16,67	66,67
73 - 77	4	22,22	88,89
78 - 82	2	11,11	100
Total	18	100%	

Berdasarkan tabel 4.1 sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

belum menunjukkan hasil yang baik. Dari 18 siswa, terdapat 3 siswa (16,67%) mendapat nilai 53-57, 2 (11,11%) siswa mendapatkan nilai 58-62, 4 siswa (22,22%) mendapat nilai 63-67, 3 siswa (16,67%) mendapat nilai 68-72, 4 siswa (22,22%) mendapat nilai 73-77, 2 siswa (11,11%) mendapat nilai 78-82. Untuk keseluruhan hanya 5 siswa (28%) telah tuntas dan 13 siswa (72%) belum tuntas. melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang kurang. Maka disusun sebuah tindakan lanjutan untuk meningkatkan hasil keterampilan teknik dasar tendangan sabit dengan menggunakan metode *drill* pada siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat. Untuk lebih jelasnya perhatikan histogram berikut ini:



Gambar 4.1 Histogram Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Dalam Pencak Silat Pada Siswa Kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat (Pre-Implementasi)

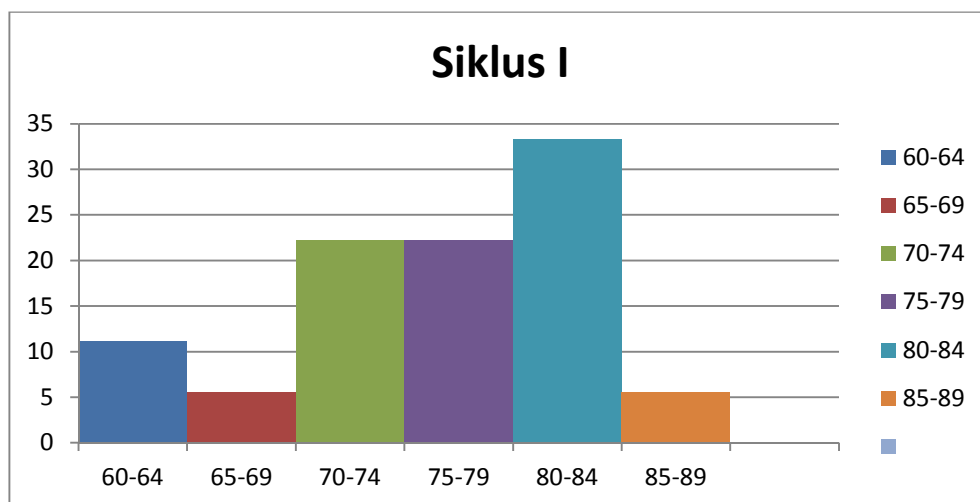
3. Data Siklus I

Data keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat setelah diberi tindakan pada siklus 1, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Teknik Dasar Tendangan
Sabit Dalam Pencak Silat Menggunakan Metode *drill* Pada Siswa
SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

Interval Kelas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif
60 - 64	2	11,11	11,11
65 - 69	1	5,56	16,67
70 - 74	4	22,22	38,89
75 - 79	4	22,22	61,11
80 - 84	6	33,33	94,44
85 - 89	1	5,56	100
Total	18	100%	

Berdasarkan tabel 4.2, keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat, setelah dilakukan siklus 1 dengan KKM 75 dari 18 siswa, terdapat 2 siswa (11,11%) mendapat nilai 60-64, 1 siswa (5,56%) mendapatkan nilai 65-69, 4 siswa (22,22%) mendapat nilai 70-74, 4 siswa (22,22%) mendapat nilai 75-79, 6 siswa (33,33%) mendapat nilai 80-84. 1 siswa (5,56%) mendapat nilai 85-89. Dari keseluruhan 11 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas atau 61%, sedangkan 7 siswa Tidak Tuntas atau 38.89%. untuk lebih jelasnya perhatikan histogram berikut ini :



Gambar 4.2 Histogram Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Dalam Pencak Silat Menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

4. Data Siklus II

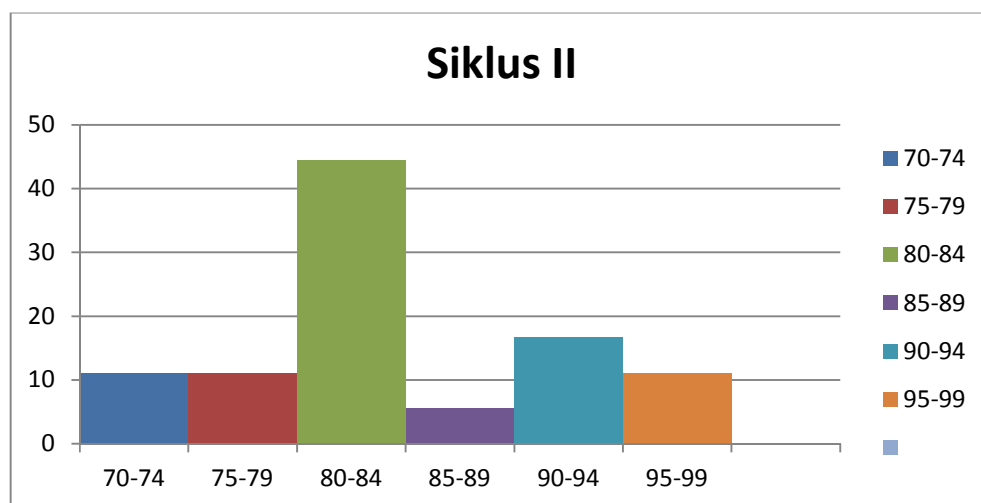
Data keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat setelah diberi tindakan pada siklus 1, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Dalam Pencak Silat Menggunakan Metode *drill* Pada Siswa Kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

Interval Kelas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Frekuensi Kumulatif
70 - 74	2	11,11	11,11
75 - 79	2	11,11	22,22
80 - 84	8	44,44	66,67
85 - 89	1	5,56	72,22
90 - 94	3	16,67	88,89
95 - 99	2	11,11	100
Total	18	100%	

Berdasarkan tabel 4.3, hasil penelitian keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat. Setelah diberikan tindakan Siklus II dengan nilai KKM 75 dari 18 siswa, terdapat 2 siswa (11,11%) mendapat nilai 70-74, 2 siswa (11,11%) mendapatkan nilai 75-79, 8 siswa (44,44%) mendapat nilai 80-84, 1 siswa (5,56%) mendapat nilai 85-89, 3 siswa (16,67%) mendapat nilai 90-94. 2 siswa (11,11%) mendapat nilai 95-99. Dari keseluruhan 16 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas yaitu 89%, sedangkan 2 siswa Tidak Tuntas yaitu 11%, dan Siklus II telah tercapai target yang diinginkan yaitu 89%, melebihi ketuntasan klasikal 75% maka pemberian tindakan dihentikan dan tidak berlanjut kesiklus berikutnya. Untuk lebih jelasnya perhatikan histogram berikut ini :



Gambar 4.3 Histogram Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Dalam Pencak Silat Menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat

B. Hasil Penelitian

1. Siklus I

Hasil observasi antara peneliti dan guru kolaborator tersebut dimaksudkan untuk mengetahui kondisi kelas pada materi keterampilan

teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat.

Data keterampilan peningkatan tendangan sabit dalam pencak silat pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat sebelum diberi metode *drill* dapat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.4 Persentase Pre-Implementasi

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
85 – 100%	Baik Sekali	-	-	-
75 – 84%	Baik	Tuntas	5	28%
50 – 74%	Cukup	Tidak Tuntas	13	72%
0 – 49%	Kurang	-	-	-
Jumlah			18	100%

Berdasarkan tabel 4.4 data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat belum menunjukkan hasil yang baik. Dari 18 siswa hanya 5 siswa (28%) telah tuntas dan 13 siswa (72%) belum tuntas. melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan latihan yang kurang. Maka disusun sebuah tindakan lanjutan untuk meningkatkan hasil keterampilan teknik dasar tendangan sabit dengan menggunakan metode *drill* pada siswa SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat.

Pelaksanaan tindakan dilakukan sebanyak 2 siklus, masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan, yaitu : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi, (4) Refleksi. Selama pelaksanaan siklus I maka peneliti dan guru kolaborator melakukan pengambilan data penelitian. Adapun deskripsi data yang diambil adalah kondisi keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat pada siswa SDN 22 Kecamatan

Pontianak Barat setelah diberikan Siklus I dengan metode *drill* disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.5 Penelitian Hasil Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Siklus I

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
85 – 100%	Baik Sekali	Tuntas	1	5.56
75 – 84%	Baik	Tuntas	10	55.55
50 – 74%	Cukup	Tidak Tuntas	7	38.89
0 – 49%	Kurang			
Jumlah			18	100%

Berdasarkan tabel 4.5, hasil keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat, setelah dilakukan siklus I dengan KKM 75 dari 18 siswa, 11 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas (61%), sedangkan 7 siswa Tidak Tuntas (39%).

2. Siklus II

Selama pelaksanaan siklus II peneliti dan guru kolaborator melakukan pengambilan data penelitian. Adapun deskripsi data yang diambil, kondisi hasil penelitian keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.6 Penelitian Hasil Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
85 – 100%	Baik Sekali	Tuntas	6	33.33
75 – 84%	Baik	Tuntas	10	55.56
50 – 74%	Cukup	Tidak Tuntas	2	11.11
0 – 49%	Kurang			
Jumlah			18	100%

Berdasarkan tabel 4.6, hasil keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat, setelah dilakukan siklus II dengan KKM 75 dari 18 siswa, 16 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas (89%), sedangkan 2 siswa Tidak Tuntas (11%). Dari hasil siklus II telah tercapai target yang diinginkan yaitu 89%, maka pemberian tindakan dihentikan dan tidak berlanjut kesiklus berikutnya.

Tabel 4.7 Hasil Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Menggunakan Metode *Drill* Pada Siklus I dan Siklus II

Rentang Nilai	Kategori	Kriteria	Siklus I	Siklus II
85 - 100%	Baik Sekali	Tuntas	5,56%	38,89%
75 - 84%	Baik	Tuntas	55,55%	55,55%
50 - 74%	Cukup	Tidak Tuntas	38,89%	5,56%
0 - 49%	Kurang	Tidak Tuntas	0	0
			100%	100%

Berdasarkan tabel 4.7 Persentase hasil peningkatan keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat, pada siklus I dalam rentang nilai 85-100% kategori baik sekali sebanyak 1 siswa atau 5,56% sedangkan siklus II terdapat peningkatan sebanyak 7 siswa atau 38,89%, pada siklus I dalam rentang nilai 75-84% kategori baik sebanyak 10 siswa atau 55,55% sedangkan siklus II tidak terdapat peningkatan untuk kategori baik sebanyak 10 siswa atau 55%, pada siklus I dalam rentang nilai 50-74% kategori cukup sebanyak 7 siswa atau 38,89% sedangkan pada siklus II menurun menjadi 1 siswa atau 5,56%. Pada siklus I dan II siswa yang mendapatkan kategori kurang tidak ada.

Tabel 4.8 Hasil Peningkatan Ketuntasan (KKM) Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Sabit Menggunakan Metode *Drill* Pada Siklus I dan Siklus II

Keterangan	Persentase		Peningkatan Ketuntasan
	Siklus I	Siklus II	
Persentase Ketuntasan	61% (11 Siswa)	89% (16 Siswa)	28%
Persentase Ketidaktuntasan	39% (7 Siswa)	11% (2 Siswa)	

Berdasarkan tabel 4.8 Peningkatan ketuntasan (KKM) keterampilan teknik dasar tendangan sabit dalam pencak silat menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat. persentase ketuntasan pada siklus I terdapat 11 siswa atau 61% sedangkan pada siklus II terdapat peningkatan 16 siswa atau 89%, persentase ketidaktuntasan pada siklus I terdapat 7 siswa atau 39% sedangkan pada siklus II menurun menjadi 2 siswa atau 11%. Pada siklus II telah melebihi target yang diinginkan yaitu 89% dari persentase ketuntasan sama dengan lebih dari

75% maka penelitian ini dihentikan dan tidak berlanjut pada siklus berikutnya.

C. Pembahasan

1. Pre-Implementasi

Sesuai dengan rancangan 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, di mana peneliti dapat mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar tendangan sabit yang di miliki oleh setiap siswa. Data ini merupakan kemampuan teknik dasar tendangan sabit sebelum peneliti melakukan tindakan terhadap siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat.

Dari uraian di atas dapat di jelaskan dari jumlah 18 siswa terdiri dari 10 siswa putra dan 8 siswa putri. Sebanyak 13 siswa atau 72% belum mengalami ketuntasan, sedangkan 5 orang siswa atau sekitar 28% mengalami ketuntasan latihan. Selanjutnya peneliti menggunakan metode *drill* untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan sabit yang diikuti semua siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat.

2. Siklus I

Proses penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Masing-masing siklus terdapat 4 tahapan, antara lain : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi (4) Refleksi. Pada setiap akhir siklus, peneliti dan guru kolaborator melakukan refleksi bersama untuk melakukan pembahasan mengenai siklus yang telah dilakukan, untuk selanjutnya mencari solusi pemecahan masalah yang terjadi pada pra siklus sebelumnya dan menentukan tindakan kedepan yang harus dilakukan untuk keberhasilan siklus berikutnya jika indikator ketercapaian belum terpenuhi.

Untuk mengetahui peningkatan keterampilan teknik dasar tendangan sabit di SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat dengan menggunakan metode *drill*, maka di evaluasi secara tertulis pada akhir latihan. Dengan menggunakan metode *drill* maka kegiatan latihan teknik dasar tendangan sabit diharapkan lebih terarah dan sesuai dengan yang di harapkan.

1) Tahap Perencanaan Siklus 1

Latihan pencak silat kelas III A dengan menggunakan metode *drill*, pada siklus 1 di rencanakan 2 kali pertemuan. Alokasi waktu yang di gunakan 2 x 60 menit (2 x pertemuan), peneliti akan merencanakan pedoman lembar observasi untuk mengamati kegiatan latihan yang di lakukan oleh siswa selama alokasi waktu yang di tentukan.

Perencanaan latihan pada siklus I ini mencakup penentuan jadwal kegiatan dan jadwal latihan. Kegiatan tersebut di jabarkan sebagai berikut :

a) Jadwal Kegiatan

Jadwal kegiatan penelitian tindakan kelas menjadi empat bagian. Pertama tahap perencanaan (*planning*), tahap ini di hari Kamis tanggal 7 Februari 2019. kedua tindakan (*action*) tahap ini di laksanakan hari Sabtu 9 Februari 2019. ketiga pengamatan (*observasi*) tahap ini di laksanakan pada tanggal 9 Februari 2019 pukul 08.00-10.00. keempat refleksi (*reflecting*) tahap ini di laksanakan pada tanggal 9 Februari 2019.

b) Jadwal Latihan

Jadwal latihan harian di susun berdasarkan usia atlet agar tidak berpengaruh buruk terhadap pertumbuhan. Jadwal latihan memuat waktu pelaksanaan, tempat latihan, urutan latihan, alokasi waktu, tujuan latihan, uraian kegiatan dan intensitas latihan. Latihan keterampilan teknik dasar tendangan sabit di mulai dengan melihat program latihan harian khusus kelas III A dengan urutan latihan pemanasan, latihan inti kekuatan umum, melatih kecepatan, kelentukan, *colling down* dan evaluasi.

Kegiatan latihan adalah sebagai berikut :

1. Melakukan pemanasan statis dinamis dan permainan yang melatih ketangkasan tendangan

2. Meningkatkan daya tahan tubuh secara umum di lakukan dengan *hop-jump, push-up dan sit-up*
3. Melatih kecepatan dengan melakukan gerakan tendangan secara bertahap dengan melewati sabuk dan di lakukan dalam 2 set
4. Meningkatkan daya tahan aerobik dengan lari 400 meter interval 2 menit
5. Melakukan kegiatan kelentukan cium lutut dengan baik dan benar
6. Melakukan pendinginan dan evaluasi

Langkah-langkah kegiatan latihan di arahkan pada aktivitas yang melibatkan seluruh siswa. Untuk lebih jelasnya, langkah-langkah kegiatan latihan dapat dilihat pada lampiran.

2) Tahap Pelaksanaan Siklus 1

Upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* ini mengupayakan peserta aktif, percaya diri, bertanggung jawab, timbul rasa kebersamaan dan sepenanggungan dalam berkelompok. Dengan demikian, di harapkan hasil atau keterampilan teknik dasar tendangan sabit siswa meningkat. Penelitian ini di laksanakan sebanyak dua siklus. Masing-masing siklus terdiri dari empat tahap, yaitu : perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Berikut ini adalah uraian tentang pelaksanaan latihan siklus I. Tindakan siklus I di laksanakan dua kali pertemuan.

a) Pertemuan 1

Uraian kegiatan pada siklus I pada pertemuan ke-1 hari Sabtu pukul 07.00 – 09.00 WIB tanggal 9 Februari 2019 adalah sebagai berikut :

Kegiatan Awal :

1. Guru membuka latihan dengan melakukan apersepsi
2. Guru memberikan pemanasan jogging ringan keliling lapangan

3. Guru memberikan pemanasan statis dan dinamis

Kegiatan Inti :

1. Guru memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit dan menjelaskan cara-cara dasar yang dilakukan
2. Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari Guru tentang gerakan yang diperagakan.
3. Guru meminta kepada siswa untuk memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit secara perlahan dan bertahap dilakukan berulang-ulang.
4. Guru meminta kepada siswa untuk memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit menggunakan sabuk yang dipegang setiap ujungnya dan siswa menendang melewati batas sabuk dan dilakukan secara berulang-ulang, untuk ketepatan sasaran digunakan paching.

Kegiatan Penutup :

1. Guru memberikan pendinginan kepada siswa
2. Guru dan siswa melakukan refleksi dengan menanyakan kepada siswa tentang hambatan yang dihadapi dan hal-hal yang menarik yang mereka rasakan selama proses latihan berlangsung
3. Berbaris, berdoa dan hormat perguruan

b) Pertemuan 2

Uraian kegiatan pada siklus I pada pertemuan ke-2 hari Kamis pukul 15.00 – 17.00 WIB tanggal 14 Februari 2019 adalah sebagai berikut :

Kegiatan Awal :

1. Guru membuka latihan dengan melakukan apersepsi
2. Guru memberikan pemanasan jogging ringan keliling lapangan
3. Guru memberikan pemanasan statis dan dinamis
4. Melakukan permainan yang melatih ketangkasan tendangan

5. Melakukan tanya jawab mengenai pertemuan pertama dan memberikan informasi bahwa pertemuan kedua ini melakukan tes tendangan sabit menggunakan metode *drill* yang dilakukan secara berulang-ulang

Kegiatan Inti :

5. Guru memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit dan menjelaskan cara-cara dasar yang dilakukan
6. Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari Guru tentang gerakan yang diperagakan.
7. Guru meminta kepada peserta untuk memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit menggunakan sabuk yang dipegang setiap ujungnya dan peserta menendang melewati batas sabuk dan dilakukan secara berulang-ulang, untuk ketepatan sasaran digunakan paching.
8. Uji kompetensi tes keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill*

Kegiatan Penutup :

1. Guru memberikan pendinginan kepada siswa
2. Guru dan siswa melakukan refleksi dengan menanyakan kepada siswa tentang hambatan yang dihadapi dan hal-hal yang menarik yang mereka rasakan selama proses latihan berlangsung
3. Berbaris, berdoa dan hormat perguruan

3) Tahap Pengamatan(*observing*) Siklus 1

Pada tahap ini, peneliti melakukan pemantauan dan pencatatan atas apa yang peneliti lihat, dengar dan rasakan. Dalam hal ini, adalah proses keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill*, menggunakan instrumen pengumpulan data yang telah ditetapkan yakni dengan menggunakan lembar catatan dan dokumentasi sehingga diperoleh seperangkat data tentang pelaksanaan tindakan.

a) Respon Siswa Pada Siklus 1

1. Siswa tidak mendengarkan apersepsi dari guru
2. Siswa kurang memperhatikan gerakan tendangan sabit yang di peragakan oleh guru
3. Masih banyak siswa yang belum bisa memperagakan teknik dasar tendangan sabit dengan benar

b) Pengamatan Terhadap Guru Pada Siklus 1

1. Pengorganisasian materi latihan (sistematika, materi dan kesesuaian alokasi waktu) kurang baik
2. Guru kurang maksimal dalam menyampaikan tujuan latihan
3. Guru kurang tegas terhadap siswa yang tidak tertib dalam melaksanakan latihan

4) Tahap Refleksi (*Reflecting*) Siklus I

Berdasarkan pengamatan dan analisis terhadap perencanaan dan pelaksanaan dan hasil observasi dari siklus I, hasil observasi menunjukkan bahwa indikator penelitian ini belum sepenuhnya tercapai, peneliti berupaya mencari faktor penyebab fenomena tersebut, kemudian melakukan refleksi bersama-sama. Setelah melaksanakan dan menyelesaikan siklus I. Sehingga perlu melakukan refleksi dari latihan yang telah berlangsung di antaranya :

1. Pengorganisasian materi latihan (sistematika, materi dan kesesuaian alokasi waktu) lebih dimaksimalkan
2. Memberikan arahan kepada siswa agar lebih memperhatikan saat guru menjelaskan dan memperagakan teknik dasar tendangan sabit
3. Menegur siswa yang tidak fokus dalam latihan serta diberi sanksi tegas jika melanggar
4. Menyampaikan tujuan latihan lebih dimaksimalkan

Berbagai kekurangan yang terjadi pada saat latihan siklus I ini nantinya akan di perbaiki pada saat latihan siklus II.

3.Siklus II

Proses penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Masing-masing siklus terdapat 4 tahapan, antara lain : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi (4) Refleksi. Pada setiap akhir siklus, peneliti dan guru kolaborator melakukan refleksi bersama untuk melakukan pembahasan mengenai siklus yang telah dilakukan, untuk selanjutnya mencari solusi pemecahan masalah yang terjadi pada siklus I dan menentukan tindakan kedepan yang harus dilakukan untuk keberhasilan siklus berikutnya jika indikator ketercapaian belum terpenuhi.

Untuk mengetahui peningkatan keterampilan teknik dasar tendangan sabit di SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat dengan menggunakan metode *drill* maka di evaluasi secara tertulis pada akhir latihan. Dengan menggunakan metode *drill* maka kegiatan latihan teknik dasar tendangan sabit diharapkan lebih terarah dan sesuai dengan yang di harapkan.

1) Tahap Perencanaan Siklus II

Perencanaan latihan dalam siklus II cakupannya sama dengan siklus I, yaitu penentuan jadwal pelaksanaan tindakan dan jadwal latihan. Kedua kegiatan tersebut di paparkan sebagai berikut :

a) Jadwal kegiatan

Jadwal kegiatan penelitian tindakan kelas menjadi empat bagian. Pertama tahap perencanaan (*planning*), tahap ini di laksanakan hari Sabtu tanggal 16 Februari 2019 pukul 07.00 – 09.00 Wib. kedua tindakan (*action*) tahap ini di laksanakan hari Sabtu 16 Februari 2019. ketiga pengamatan (*observasi*) tahap ini di laksanakan hari Sabtu 16 Februari 2019. keempat refleksi (*reflecting*) tahap ini di laksanakan pada tanggal 16 Februari 2019.

b) Jadwal Latihan

Jadwal latihan untuk siklus II ini tidak mengalami perubahan dari rancangan siklus I. Hal ini di karenakan rancangan jadwal latihan yang di buat pada siklus I di nilai sudah sangat

baik. Hanya dalam penjabaran jadwal latihan perlu di perbaiki. Jadwal latihan yang di kembangkan adalah bagaimana meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan sabit. Materi latihan pokoknya adalah metode *drill*.

Untuk memperbaiki kelemahan dan meningkatkan hasil maka tahap perencanaan siklus II sesuai dengan hasil refleksi pada siklus I meliputi kegiatan sebagai berikut :

1. Pengorganisasian materi latihan (sistematika, materi dan kesesuaian alokasi waktu) lebih dimaksimalkan
2. Memberikan arahan kepada siswa agar lebih memperhatikan saat guru menjelaskan dan memperagakan teknik dasar tendangan sabit
3. Menegur siswa yang tidak fokus dalam latihan serta diberi sanksi tegas jika melanggar
4. Menyampaikan tujuan latihan lebih dimaksimalkan

2) Pelaksanaan Siklus II

Berdasarkan hasil diskusi dengan kolaborator Tindakan kedua di lakukan pada hari Kamis tanggal 21 Februari 2019, yaitu pada pukul 15.00-17.00 Wib. Dengan siswa berjumlah 18 orang. Pelaksanaan tindakan ini di lakukan oleh guru dan siswa sebagai berikut :

a) Pertemuan ke-1

Media latihan yang di siapkan sebelumnya oleh peneliti yaitu paching dan sabuk. Pelaksanaan tindakan ini di lakukan oleh pelatih dan peserta.

Kegiatan Awal :

1. Guru membuka latihan dengan mengucapkan salam dan hormat pesilat, guru melakukan apersepsi dan menyampaikan kompetensi serta tujuan latihan.
2. Guru memberikan pemanasan statis dinamis kepada siswa.
3. Guru memberikan permainan yang melatih ketangkasan tendangan sabit

Kegiatan Inti :

1. Guru menjelaskan tentang manfaat latihan menggunakan metode *drill*.
2. Siswa mendengarkan penjelasan dari guru.
3. Guru memperagakan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* kemudian siswa mempraktikkannya.

Kegiatan Penutup :

1. Guru memberikan pendinginan kepada siswa.
2. Siswa dan guru melakukan refleksi dengan menanyakan kepada siswa tentang hambatan yang di hadapi dan hal-hal yang menarik yang mereka rasakan selama proses latihan berlangsung.
3. Berbaris, berdoa dan hormat perguruan

b) Pertemuan 2

Uraian kegiatan pada siklus II pada pertemuan ke-2 hari Sabtu pukul 07.00 – 09.00 WIB tanggal 23 Februari 2019 adalah sebagai berikut :

Kegiatan Awal :

1. Guru membuka latihan dengan melakukan apersepsi
2. Guru memberikan pemanasan jogging ringan keliling lapangan
3. Guru memberikan pemanasan statis dan dinamis
4. Melakukan permainan yang melatih ketangkasan tendangan
5. Melakukan tanya jawab mengenai pertemuan pertama dan memberikan informasi bahwa pertemuan kedua ini melakukan tes tendangan sabit menggunakan metode *drill*

Kegiatan Inti :

1. Guru memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit dan menjelaskan cara-cara dasar yang di lakukan
2. Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari

Guru tentang gerakan yang di peragakan.

3. Guru meminta kepada siswa untuk memperagakan gerakan teknik dasar tendangan sabit menggunakan sabuk yang dipegang setiap ujungnya dan siswa menendang melewati batas sabuk dan dilakukan secara berulang-ulang, untuk ketepatan sasaran digunakan paching.
4. Uji kompetensi tes keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill*

Kegiatan Penutup :

1. Guru memberikan pendinginan kepada siswa
2. Guru dan siswa melakukan refleksi dengan menanyakan kepada siswa tentang hambatan yang di hadapi dan hal-hal yang menarik yang mereka rasakan selama proses latihan berlangsung
3. Berbaris, berdoa dan hormat perguruan

3) Pengamatan (*Observing*) siklus II

Pada tahap ini di laksanakan pengamatan bersamaan dengan guru melaksanakan tindakan, yaitu hari Sabtu tanggal 23 Februari 2019 pukul 07.00 s.d. 09.00 Wib. Pengamatan pada tindakan ini sama seperti pengamatan sebelumnya yaitu, peneliti amati di lapangan tersebut dan melakukan pengamatan terhadap keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill*.

a) Respon Siswa Pada Siklus II

1. Siswa mendengarkan apersepsi dari guru dengan fokus
2. Siswa sudah bisa memperagakan gerakan tendangan sabit yang di peragakan oleh guru
3. Siswa sudah tertib dalam melaksanakan latihan

b) Pengamatan Terhadap guru Pada Siklus II

1. Pengorganisasian materi latihan (sistematika, materi dan kesesuaian alokasi waktu) sudah baik
2. Guru sudah maksimal dalam menyampaikan tujuan latihan

3. Guru sudah tegas terhadap siswa yang tidak tertib dalam melaksanakan latihan

4) Tahap Refleksi (*Reflecting*) Siklus II

Berdasarkan pengamatan dan hasil observasi pada siklus kedua maka dapat di peroleh sebagai berikut :

1. Aktivitas guru dalam pelaksanaan proses latihan sudah sesuai dengan jadwal latihan.
2. Pada kegiatan awal semua kegiatan di lakukan dengan tepat.
3. Tidak ada lagi siswa yang pasif dan mendapatkan bimbingan.
4. Meningkatnya latihan siswa tendangan sabit menggunakan metode *drill* di dukung oleh meningkatnya pengembangan metode guru dalam melatih secara intensif dan membimbing siswa dan memotivasi siswa selama proses latihan.
5. Latihan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* sudah mampu membangun kerjasama dan rasa tanggung jawab siswa dalam memahami keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill*.

Secara umum keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* telah memperbaiki hasil latihan siswa dalam memahami sikap awalan, tahap gerakan dan sikap akhir, selain itu hasil dari tes siklus II sangat memuaskan dan telah mencapai target yang telah ditentukan oleh peneliti dan guru kolaborator yaitu siswa yang tuntas terdapat 89% atau sebanyak 16 siswa. Maka dari itu penelitian dengan materi keterampilan teknik dasar tendangan sabit menggunakan metode *drill* pada siswa kelas III A SDN 22 Kecamatan Pontianak Barat dihentikan dengan telah tercapainya target dari pembelajaran.