

## UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENDANGAN T PENCAK SILAT SISWA KELAS 4 SD MUHAMMADIYAH PUCANG GADING MRANGGEN DEMAK

Catur Wahyu Priyanto<sup>1✉</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmasi Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim  
e mail : [caturwahyupriyanto26@gmail.com](mailto:caturwahyupriyanto26@gmail.com)

### Abstrak

*Penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan T dalam cabang olahraga pencak silat melalui alat bantu kursi pada siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Semarang. Metode yang digunakan yaitu metode Penelitian Tindakan Kelas dengan teknik penelitian tes dan observasi, penelitian dilakukan dua siklus dengan setiap siklus berdasarkan empat tahapan. Jumlah sisiwa yang dijadikan responden dalam satu kelas 33 siswa. Berdasarkan hasil atau data penelitian, terdapat peningkatan dari pra siklus ke siklus I dan siklus II. Peningkatan terlihat progresif dari setiap kenaikan dalam KKTP (kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran) siswa dari data pra siklus dinyatakan tercapai 7 siswa (21,21%), hasil belajar siklus I dinyatakan tercapai 15 siswa (45,45%), hasil belajar sisklus II dinyatakan tercapai 30 siswa (90,91%). Dengan demikian alat kursi dapat meningkatkan hasil belajar tendangan T pencak silat siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak.*

**Kata kunci:**, Hasil Belajar, Tendangan T, Pencak Silat

### ABSTRACT

*Research that aims to improve learning outcomes for T kicks in the sport of pencak silat using chair aids for grade 4 students at SD Muhammadiyah Pucang Gading Semarang. The method used is the Classroom Action Research method with test and observation research techniques. The research was carried out in two cycles with each cycle based on four stages. The number of students who were respondents in one class was 33 students. Based on the results or research data, there was an increase from pre-cycle to cycle I and cycle II. The increase looks progressive from each increase in the KKTP (criteria for achieving learning objectives) for students from pre-cycle data, 7 students (21,21%), the first cycle learning results were stated to be achieved by 15 students (45,45%), the second cycle*

*learning results were stated to be achieved by 30 students ( 90,91%). In this way, the chair tool can improve the learning outcomes of pencak silat T-kicks for 4th grade students at SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak.*

**Keywords:** *Learning Results, Kick T, Pencak silat*

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Pendidikan juga diartikan sebagai proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan peserta didik (Iyakrus, 2018). Kurikulum Merdeka adalah kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam di mana konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami konsep dan menguatkan kompetensi. (Fauzi, 2022). Guru memiliki keleluasaan untuk memilih berbagai perangkat ajar sehingga pembelajaran dapat disesuaikan dengan kebutuhan belajar dan minat peserta didik. KKTP adalah singkatan dari Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran. KKTP adalah serangkaian kriteria atau indikator yang menunjukkan sejauh mana peserta didik telah mencapai kompetensi pada tujuan pembelajaran.

Data Observasi Rabu, 17 Januari 2024 peneliti bertemu dengan Mukhammad Sahid Hidayatollah selaku guru mapel pendidikan jasmani SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak. Beliau menyampaikan bahwa siswa kelas 4 kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran tendangan T Pencak silat belum tercapai dengan baik. Dari 33 siswa yang tuntas hanya 7 siswa atau 21%. Pengamatan beliau kelemahan siswa pada ketepatan obyek sasaran tendangan T belum tepat yaitu sasaran tendangan terlalu turun cenderung ke arah kemaluan dan ada yang terlau tinggi cenderung

mengarah ke leher. Peneliti berasumsi alat bantu kursi diharapkan mampu membantu siswa untuk menyesuaikan angkatan kaki terhadap sasaran tendangan T ke arah perut dan dada lawan. Alat bantu kursi, selain alat mudah diperoleh, mudah digunakan, dan awet, sehingga memungkinkan proses pembelajaran tendangan T dapat terlaksana dengan baik. Perbedaan alat bantu kursi dalam penelitian ini dengan penelitian yang sudah adalah alat bantu kursi untuk membantu proses angkatan kaki, sasaran tendangan diganti dengan balon untuk membiasakan ketepatan sasaran. Selain itu pelaksanaan pembelajaran dikemas dalam permainan dengan menambahkan unsur kompetisi. Sehingga diharapkan hasil belajar pembelajaran tendangan T siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak dapat tercapainya kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran dengan baik.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana hasil belajar tendangan T Pencak silat dengan alat bantu kursi pada siswa kelas 4 B SD Muhammadiyah Pucang Gading Tahun 2024?. Tujuan penelitian untuk mengetahui sejauh mana efektifitas tendangan T menggunakan alat bantu kursi dan membandingkan hasil belajar tendangan T antara siswa yang menggunakan metode konvensional dengan siswa yang menggunakan alat bantu kursi. Manfaat penelitian diharapkan alat bantu kursi mampu menjadi solusi dalam mempermudah proses pembelajaran tendangan pencak silat, khususnya tendangan T.

Pencak silat merupakan cabang olahraga hasil budaya Indonesia untuk membela atau mempertahankan ekstensi (kemandirian) dan integritas terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup, meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. (Fauzan et al., 2019). 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 seluruk bagian tubuh (Lubis, 2004). Cara melakukan teknik dasar tendangan T yaitu Lakukan posisi kuda-kuda kiri dengan benar, Tendangkan kaki kanan dari samping

ke arah depan, Hentakkan telapak kaki dengan perkenaan tumit dan sisi bagian kaki yang tajam dan Posisikan kedua tangan berada di depan dada sebagai penyeimbang (Wibowo, 2022). Keunggulan tendangan T adalah jangkauan lebih Panjang, jarak kepala dengan lawan lebih jauh dengan kata lain lebih aman, Eksplorasi tenaga lebih maksimal, sasaran tendangan lebih jelas atau lebih luas. Kelemahan tendangan T adalah tetepatan tendangan atau sasaran tendangan, tendangan biasanya digunakan pada pertarungan jarak jauh, kebutuhan energi lebih besar, dan ketika serangan berlangsung posisi badan dan pandangan menyamping sehingga membuka celah untuk lawan melaukan serangan.

Media merupakan segala sesuatu yang dapat menyampaikan dan menyalurkan pesan dari sumber secara terencana, sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif dimana penerimanya dapat melakukan proses belajar secara efektif dan efisien. Media pembelajaran dapat dikatakan alat bantu pembelajaran, yaitu segala sesuatu yang dapat digunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan atau keterampilan peserta didik, sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar (Aliansyah et al., 2021). Alat bantu kursi adalah alat sederhana terbuat dari kayu berbentuk kursi, dengan tinggi 70 centimeter, Panjang 60 centimeter, lebar 60 centimeter.

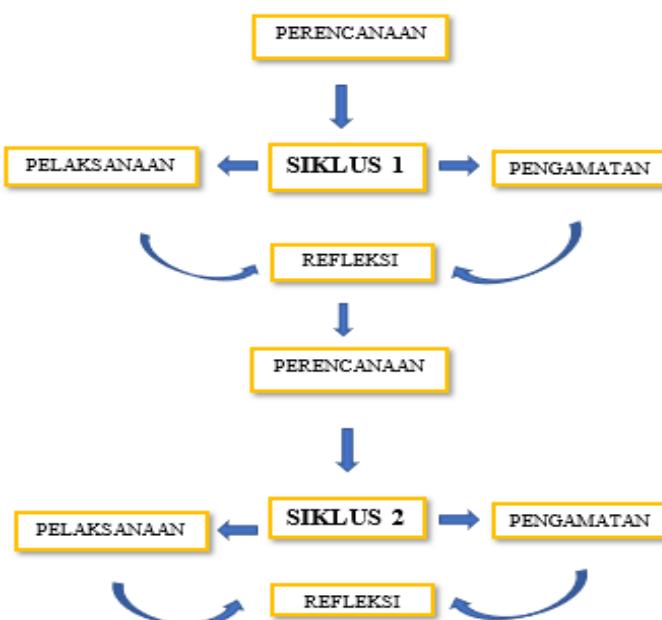
Penelitian yang relevan dari Monica,W.T. Tahun 2020 “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tendangan Pencak Silat Menggunakan Alat Bantu Karet Gelang (Penelitian Tindakan Kelas pada Peserta Didik Kelas IX J SMPN 3 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020). Ketuntasan belajar peserta didik dari hasil tes pada siklus I siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 11 peserta didik (36%), dan siklus II peserta didik yang dinyatakan tuntas sejumlah 26 siswa (80%). Kesimpulanya adalah alat bantu karet gelang dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar tendangan pencak silat peserta didik kelas IX J SMP Negeri 3 Kota Tasikmalaya.

## B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas atau Classroom Action Research yaitu penelitian yang dilakukan oleh tenaga pendidik atau seorang guru kepada peserta didik (Khasinah, 2013). Bertujuan untuk memecahkan tingkat ketuntasan kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran tendangan T pencak silat siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 33 siswa. Hal ini dikarenakan:

- Tercatat dari data pra siklus 7 siswa tuntas kktp.
- Antusias siswa dalam Pratik pencak silat kurang.

Penelitian tindakan kelas terencana 2 siklus dengan pertimbangan jika siswa tuntas kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran lebih dari 50% siswa dalam kelas, jika belum tercapai dari 50% akan dilanjutkan siklus 3 dan seterusnya. Setiap siklus dilakukan 4 tahapan 1. Tahap perencanaan 2. Tahap Pelaksanaan 3. Observasi/ pengamatan 4. Refleksi.



Gambar 1. Tahap Penelitian Tindakan Kelas

Tahapan pelaksanaan dan Pengamatan dilakukan secara bersamaan dikarenakan termasuk materi praktik sehingga akan lebih mudah ketika siswa melakukan praktik tendangan T, guru mengamati praktik yang dilakukan siswa. Adapun Teknik pengumpulan data yang berbentuk kuantitatif berupa data-data yang disajikan berdasarkan angka maka dihitung dengan rumus deskriptif presentase berikut :

- a. Afektif Nilai =  $\frac{\text{Skor peroleh}}{\text{Skor Maximal}} \times 20$

b. Kognitif Nilai =  $\frac{\text{Skor peroleh}}{\text{Skor Maximal}} \times 30$

c. Psikomotorik Nilai =  $\frac{\text{Skor Peroleh}}{\text{SkorMaximal}} \times 50$

Penelitian dengan 3 aspek yang digunakan untuk mengukur hasil belajar siswa dan menggambarkan ketuntasan objek pada kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran yaitu aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik.

Alat bantu kursi dikemas dalam permainan dengan unsur kompetisi, yaitu siswa melakukan tendangan T dengan alat bantu kursi, sasaran balon berada di sisi belakang kursi posisi atas 50cm. Siswa melakukan 5x percobaan untuk siklus 1 dan 7x percobaan untuk siklus 2. Unsur kompetisi dimasukkan dengan cara secara bersamaan 3 siswa melakukan tendangan T dengan aat bantu kursi dengan sasaran bola. Pemenang diketahui dengan kriteria tendangan waktu tercepat dan ketepatan tendangan yang dilakukan siswa.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan T melalui alat bantu kursi siswa kelas 4 SD SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak Tahun Ajaran 2023/2024. Uji validitas dan reliabilitas angket menggunakan kuisioner dengan rumus *Pearson Product Moment*, bahwa seluruh butir yang diujicobakan valid dan dapat digunakan untuk pengumpulan data penelitian.

Hasil penelitian “Upaya Peningkatan Hasil Belajar Tendangan T Pencak Silat Melalui Alat Bantu Kursi Siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak Tahun Ajaran 2023/2024” yaitu berdasar data penelitian segi afektif, kognitif, dan psikomotorik bahwa terjadi peningkatan hasil belajar Pendidikan Jasmani materi pencak silat dari pra siklus, siklus 1 dan siklus 2. Hal ini ditandai dengan ketuntasan kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran dari pra siklus sebanyak 7 siswa (21%), hasil belajar siklus I dinyatakan tercapai 15 siswa (45%), hasil belajar siklus II dinyatakan tercapai 30 siswa (91%). Sedangkan terdapat 3 siswa yang belum mendapatkan nilai tuntas kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran, menjadi suatu keterbatasan peneliti yang dikarenakan siswa waktu pelaksanaan siklus 1 dan 2 sedang sakit, ada yang tidak berangkat dan ketika berangkat belum bisa mengikuti pembelajaran praktik. Hasil penelitian:

**Tabel 1. Hasil Belajar Pra Siklus**

INDIKATOR KKTP	KRITERIA	FREKUENSI	PRESENTASE	RATA RATA	KLASIKAL
SKOR					
≤ 75	75	Tidak Tercapai	26	79%	66,18
≥ 75	75	Tercapai	7	21%	
<b>Total</b>					

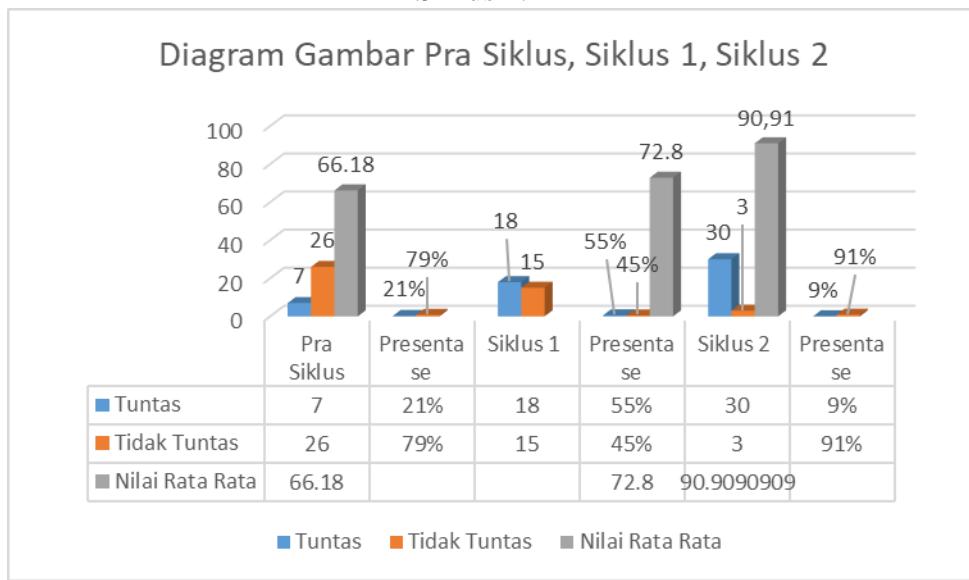
**Tabel 2. Hasil Belajar Siklus 1**

INDIKATOR KKTP	KRITERIA	FREKUENSI	PRESENTASE	RATA RATA	KLASIKAL
SKOR					
≤ 75	75	Tidak Tercapai	18	55%	72,8
≥ 75	75	Tercapai	15	45%	
<b>Total</b>					

**Tabel 3. Hasil Belajar Siklus 2**

INDIKATOR KKTP	KRITERIA	FREKUENSI	PRESENTASE	RATA RATA	KLASIKAL
SKOR					
≤ 75	75	Tidak Tercapai	3	9%	90,91
≥ 75	75	Tercapai	30	91%	
<b>Total</b>					

Hasil belajar siswa ditampilkan dalam Diagram berdasar pra siklus, Siklus 1 dan Siklus 2.



**Gambar 2.** Diagram Hasil Belajar dari Siklus Pra Siklus, Siklus 1, dan Siklus 2

Dari hasil penelitian siklus 2 terdapat 30 siswa atau 91% berhasil mencapai kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran dengan baik, maka dalam penelitian ini dihentikan di siklus 2 karena tuntas lebih dari 50%. Temuan penelitian tendangan T mampu ditingkatkan dengan alat bantu kursi, dimana alat yang mudah ditemukan, dan berdampak baik dalam proses pembelajaran olahraga beladiri, khususnya tendangan T pencak silat. Analisa peneliti yaitu ketinggian kursi membantu proses angkatan kaki, paha lebih tinggi sehingga membantu menyesuaikan tendangan dengan sasaran ke arah dada dan perut.

Perbedaan dengan penelitian Monica,W.T. Tahun 2020 Menggunakan Alat Bantu Karet Gelang dan penelitian ini dengan alat bantu kursi adalah alat bantu yg digunakan lebih cenderung konstan, jadi siswa ter dorong untuk melakukan angkatan kaki lebih dari kursi yang dimana kursi disesuaikan dengan ukuran pinggang siswa. Yang memungkinkan siswa lebih mudah dalam melaukan tendangan T. Sedangkan dengan alat bantu karet lebih cenderung mudah tergoncang, sehingga memungkinkan angkatan siswa lebih kurang terukur dan akurasi berubah. Dilihat dari segi

hasil penelitian dengan alat bantu karet berhasil tuntas belajar sejumlah 26 siswa (80%) sedangkan dengan aat kursi berhasil tuntas belajar sejumlah 30 siswa atau 91%. Dengan demikian ada peningkatan hasil belajar tendangan T Pencak silat dengan alat bantu kursi pada siswa kelas 4 B SD Muhammadiyah Pucang Gading Tahun 2024. Hipotesis diterima.

#### D. KESIMPULAN

Penelitian tindakan kelas pada siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 33 siswa dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, pra siklus tuntas 7 siswa, siklus I tuntas 15 siswa, sedang siklus II tuntas 30 Siswa. Bahwa hasil tes siswa pada siklus I belum mengalami ketercapaian yang signifikan dikarenakan belum mencapai indikator Kriteria Ketercapaian Tugas Pembelajaran lebih dari 50%, siklus II sudah mengalami ketercapaian yang signifikan dikarenakan mencapai indikator Kriteria Ketercapaian Tugas Pembelajaran yaitu 90,91%. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada hasil belajar tendangan T melalui alat bantu kursi siswa kelas 4 SD Muhammadiyah Pucang Gading Mranggen Demak tahun ajaran 2023/2024. Hal ini membuktikan bahwa alat bantu kursi dapat digunakan sebagai media pembelajaran tendangan T pencak silat, terbukti dalam penelitian siswa tuntas KKTP 90,91 %.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aliansyah, M. U., Mubarok, H., Maimunah, S., & Hamdiah, M. (2021). Pengaruh Media Pembelajaran Berbasis Audio Visual Terhadap Minat Belajar Siswa Di Pesantren Ainul Hasan. *Jurnal Syntax Fusion*, 1(07), 119–124.
- Fauzan, F. F., Lubis, J., & Puspitorini, W. (2019). *Model Latihan Tendangan lurus Pencak Silat Berbasis Media Belajar Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat SMPN 88 Jakarta*. <http://doi.org/http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jpja42>

- Fauzi, A. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Di Sekolah Penggerak. In *Jurnal Pahlawan* / (Vol. 18, Issue 2). Oktober Thn. <https://ojs.uvayabjm.ac.id/index.php/pahlawan/>
- Iyakrus. (2018). *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi*.
- Khasinah, S. (2013). Classroom action research. *PIONIR: Jurnal Pendidikan*, 4(1).
- Lubis, J. (2004). *Pencak silat: Panduan praktis*. RajaGrafindo Persada.
- Monica, W. T. (2020). Upaya Menngkatkan Hasil Belajar Tendangan Pencak Silat Menggunakan Alat Bantu Karet Gelang (*Penelitian Tindakan Kelas pada Peserta Didik Kelas IX J SMPN 3 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020*) (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Wibowo, R. A. T. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tendangan Depan Pencak Silat Melalui Modifikasi Pembelajaran Pada Siswa Putra Kelas 4 Dan 5 Sd It Abu Jafar Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, Vol.22(No.1), 19–28.