



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tendangan Pencak Silat pada Siswa Kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya Tahun Pelajaran 2024/2025 Melalui Modifikasi Pembelajaran *Hanging Ball*

Abdul Rohman^{1*}, Advendi Kristiandaru², Rinda Kuswati³

¹⁻²Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

³SDN Negeri Bubutan 4 Surabaya, Indonesia

Alamat: Lidah Wetan, Jalan Kampus Lidah UNESA Surabaya 0213

Korespondensi penulis: as.abdulrohman22@gmail.com*

Abstract. *This research aims to improve the learning outcomes of pencak silat kicks for class V-A students at SDN Bubutan IV Surabaya through learning modifications using a hanging ball. This classroom action research was carried out in two cycles, each consisting of planning, action, observation and reflection stages. In the pre-cycle, only 40% of students achieved completeness, of which 12 students were declared complete. After the first intervention using the Shadow Fighting method, the percentage of completion increased to 67% where 20 students were declared complete, but not yet satisfactory. In the second cycle, the use of a hanging ball increased completion to 87%, of which 26 were completed out of 30 students. These results show that hanging balls are effective in making learning more dynamic, interesting, and increasing student motivation. This modification not only improves kicking skills, but also strengthens students' understanding of basic pencak silat movements, creating a higher quality learning process.*

Keywords: *Pencak Silat, Modified Hanging Ball Learning, Kicks*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan pencak silat siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya melalui modifikasi pembelajaran menggunakan *hanging ball*. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada pra siklus, hanya 40% siswa yang mencapai ketuntasan yang mana 12 siswa dinyatakan tuntas. Setelah intervensi pertama dengan metode *Shadow Fighting*, persentase ketuntasan meningkat menjadi 67% yang mana 20 siswa dinyatakan tuntas, namun belum memuaskan. Pada siklus kedua, penggunaan *hanging ball* meningkatkan ketuntasan menjadi 87% yang mana 26 tuntas dari 30 siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa *hanging ball* efektif dalam membuat pembelajaran lebih dinamis, menarik, dan meningkatkan motivasi siswa. Modifikasi ini tidak hanya meningkatkan keterampilan tendangan, tetapi juga memperkuat pemahaman siswa terhadap gerak dasar pencak silat, menciptakan proses pembelajaran yang lebih berkualitas.

Kata Kunci: Pencak Silat, Modifikasi Pembelajaran *Hanging Ball*, Tendangan

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang kaya akan hasil bumi, flora dan fauna, serta kaya akan warisan budaya bangsa. Berbicara tentang warisan budaya bangsa, pencak silat merupakan salah satu seni bela diri asli bangsa Indonesia yang kaya akan keanekaragaman teknik, kebugaran manfaat serta nilai-nilai luhur yang perlu dilestarikan. (Gristyutawati, 2012) salah satu usaha untuk melestarikan budaya pencak silat adalah melalui Pendidikan yang mana di dalam dunia Pendidikan pencak silat termuat dalam capaian pembelajaran PJOK.

Pencak Silat adalah seni bela diri tradisional dari Indonesia yang sudah dikenal sejak zaman nenek moyang kita. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman, (Agustan et al., 2020) pentingnya pembelajaran Pencak Silat kepada anak-anak semakin terlihat. Melalui

Pencak Silat, siswa juga bisa mengembangkan rasa percaya diri. Ketika mereka menguasai teknik-teknik bela diri, mereka akan merasa lebih aman dan percaya diri karena tahu cara melindungi diri sendiri dalam situasi yang berbahaya. (Ricky, 2021) Di samping itu, Pencak Silat mengajarkan disiplin dan etika. Siswa belajar untuk menghormati guru dan teman-teman mereka, serta memahami pentingnya latihan yang teratur dan konsisten. Mereka juga belajar untuk fokus dan berkonsentrasi dalam setiap latihan, yang bisa membantu mereka dalam kegiatan belajar lainnya. (Jasmani & Kusuma, 2021)

Pencak dipahami sebagai gerakan dasar bela diri yang teratur dan digunakan dalam pembelajaran, latihan, dan pertunjukan. Silat berarti gerakan pencak silat yang sempurna, yang berasal dari kata Pencak yang berarti gerakan-gerakan dasar pencak silat yang terikat aturan dan digunakan dalam pembelajaran, latihan, dan pertunjukan. Silat berarti seni bela diri yang sempurna, berasal dari nusantara (Teguh Wibowo, 2022)

Hanging Ball artinya *Hanging* (Gantung) dan *Ball* (Bola) kata tersebut merupakan faktor acuan sebagai dasar modifikasi pembelajaran *Hanging ball* adalah bola yang digantung dengan tali atau bahan fleksibel dari langit-langit atau struktur lain yang stabil. Bola ini berfungsi sebagai sasaran bergerak untuk melatih ketepatan dan kekuatan tendangan. Dalam pembelajaran pencak silat, *hanging ball* digunakan untuk melatih tendangan siswa dengan fokus pada sasaran yang dinamis. Tujuan Modifikasi dengan *Hanging Ball* untuk Meningkatkan Ketepatan Tendangan, Meningkatkan Kekuatan Tendangan, Mengembangkan Refleks dan Koordinasi, Meningkatkan Minat dan Motivasi Siswa *Hanging ball* membuat latihan lebih menyenangkan dan menantang, sehingga siswa lebih termotivasi untuk berlatih (Halil, 2023)

Dengan menggunakan *hanging ball*, pembelajaran tendangan pencak silat menjadi lebih efektif dan menarik, memberikan siswa pengalaman belajar yang lebih dinamis dan interaktif. Metode ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis siswa dalam tendangan, tetapi juga memperkuat pemahaman mereka tentang pentingnya akurasi, kekuatan, dan refleks dalam pencak silat.

Berdasarkan observasi, oleh guru pendidikan jasmani penyampaian pembelajaran Pencak Silat, khususnya materi tendangan Pencak Silat meliputi beberapa gerakan seperti: tendangan depan, tangan sabit dan tendangan T, dalam pelaksanaannya kurang menarik dan kreatif (Indik Syahrabanu, 2023). Guru hanya melaksanakan pembelajaran seperti biasa, yaitu dengan menjelaskan dan kemudian mempraktikkan contoh-contoh gerakan tendangan tersebut, kemudian memberikan waktu beberapa menit kepada siswa untuk melakukan atau mempraktekkan contoh-contoh gerakan tersebut. Setelah itu guru membimbing dengan

menyebutkan nama-nama teknik dasar dan akibatnya banyak siswa yang tidak memahami apa yang diajarkan guru, sulit menanggapi apa yang diajarkan guru, dan pada akhirnya siswa tidak memahaminya. dikarenakan siswa takut melakukan kesalahan jika gerakannya tidak sesuai petunjuk guru, hal ini menurunkan minat dan psikologinya padahal dalam melakukan gerakan dasar dalam mempelajari teknik tersebut harus dilakukan berkali-kali untuk mendapatkan gerakan dasar yang benar. Selain itu, siswa juga harus menunjukkan semangat dalam melakukan gerakan-gerakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Kurangnya partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran akan menurunkan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar dan mengajar. Tindakan yang dapat melibatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, guru harus menghilangkan kesadaran siswa terhadap pikiran-pikiran negatif untuk merangsang minat mereka. Sebab pengemasan modifikasi akademik harus semenarik mungkin karena siswa lebih menyukai olah raga dan mempunyai passion terhadap permainan dan kompetisi yang dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa.

Dari uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian agar dapat memberikan inovasi terbaru dalam proses pembelajaran khususnya pembelajaran tendangan pencak silat yang meliputi tendangan depan, tendangan samping dan tendangan "T". di SDN Bubutan 4 Surabaya tahun pelajaran 2024/2025.

2. TINJAUAN PUSTAKA

a. Tendangan

Menurut (Arya Kusuma et al., 2024) Tendangan dalam olahraga pencak silat harus dilakukan dengan kekuatan, kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan mengenai sasaran sehingga menyulitkan lawan untuk menagkis dan menghindari. Karena dengan kecepatan suatu serangan atau rangkaian gerakan setelah menerima rangsangan secepat mungkin. Didalam pencak silat tendangan meliputi tendangan depan, tendangan samping atau tendangan sabit dan tendangan "T" pada kali ini peneliti akan meneliti tiga tendangan tersebut untuk anak SDN Bubutan IV Surabaya pada tahun ajaran 2024/2025.

1. Tendangan Depan/Lurus

Tendangan depan/lurus pencak silat adalah tendangan dengan sasaran ke Ulu hati/dada lawan dengan kaki lurus dan bertenaga.

Adapun cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- (a) Sikap tegak.
- (b) Angkatan kaki dan salah satu kaki ditendangkan ke depan dengan gerak

menyentakan kaki hingga lurus.

- (c) Telapak kaki menghadap arah sasaran.
- (d) Kedua tangan sikap waspada di depan badan.



Gambar 1.Tendangan Depan/Lurus

<https://images.app.goo.gl/f7TGUCS4cdVfaA2dA>

2. Tendangan Sabit

Tendangan sabit merupakan teknik dasar yang memerlukan koordinasi yang baik antar otot-otot tubuh serta ketelitian dalam menentukan lintasan serangan, tekanan kaki pada sasaran dan posisi poros kaki pada saat melakukan tendangan. Tendangan sabit merupakan tendangan yang dilakukan dengan lintasan melengkung ke samping menyerupai sabit. sasaran dari tendangan sabit adalah bagian punggung telapak kaki atau pangkal jari telapak kaki (Baasith Syahramdani Hadi Sutomo, Widiastuti, 2024).

Adapun cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- (a) Posisi tubuh berdiri menghadap lawan.
- (b) Lakukan sikap kuda-kuda kiri saat mencoba menendang dengan kaki kanan. Sikap kuda-kuda dilakukan dengan kuat dan tepat.
- (c) Putar kaki yang menjadi tumpuan, lalu ayunkan kaki yang menendang ke arah lawan.
- (d) Tangan sasaran lawan dengan punggung kaki.
- (e) Tekuk lengan di depan dada untuk menjaga keseimbangan tubuh.



Gambar 2. Tendangan Sabit

<https://images.app.goo.gl/KKmAAbTDvgKHckgr57>

3. Tendangan “T”

Salah satu teknik tendangan pada pencak silat yang umum digunakan adalah tendangan “T”. Tendangan “T” sering digunakan ketika melakukan teknik serangan samping yang dapat menyasar seluruh tubuh lawan. Tendangan ini dilakukan dengan memposisikan badan menyamping sejajar dengan lintasan tendangan samping lurus (membuat bentuk “T”) alat serang tendangan "T" menggunakan pisau kaki. Sasaran tendangan “T” adalah leher lawan. (Amilia Sanggar Wati¹, Vina Octavia Kudadiri², 2024)

Adapun cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- (a) Lakukan posisi kuda-kuda kiri dengan benar.
- (b) Tendangkan kaki kanan dari samping ke arah depan menggunakan
- (c) Hentakkan telapak kaki dengan perkenaan tumit dan sisi bagian kaki yang tajam (pisau kaki)
- (d) Posisikan kedua tangan berada di depan dada sebagai penyeimbang.



Gambar 3. Tendangan “T”

<https://images.app.goo.gl/KK7ZCews9h8dJqNB7>

b. Modifikasi Pembelajaran Melalui *Hanging Ball*

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau pun membiasakan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dicoba buat menghasilkan serta menunjukkan suatu perihal yang baru, unik, serta menarik. (Edi et al., 2022) Modifikasi disini mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menunjukkan suatu perlengkapan/ sarana dan prasarana yang baru, unik, dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pembelajaran jasmani (Suryani & Resky Ana Abadi, 2022).

Oleh karena itu modifikasi diperlukan untuk semua pendidik khususnya pada guru olah raga yang 70% pembelajarannya diluar kelas untuk alternatif dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada proses pembelajaran olahraga agar peserta didik memperoleh materi yang menarik tanpa meninggalkan unsur materinya.

Tujuan modifikasi pembelajaran agar peserta didik memperoleh kepuasan dalam mengikuti pembelajaran kemudian dapat meningkatkan keberhasilan dalam berpartisipasi pada gerak yang dilakukan dengan benar dan menyenangkan.

c. *Hanging Ball*

Hanging Ball artinya *Hanging* (Gantung) *Ball* (Bola) dari kata itulah yang menjadikan acuan untuk di jadikan dasar sebagai dasar acuan dalam modifikasi Pembelajaran untuk membantu siswa dalam merespon gerak. Modifikasi tendangan pencak silat dengan menggunakan *Hanging Ball* dapat dilakukan dengan fokus pada peningkatan akurasi, power dan koordinasi tendangan. Pertama, posisi awal diawali dengan posisi stabil, pastikan badan dalam keadaan siap, kaki agak terbuka lebar, dan tangan dalam posisi bertahan. *Hanging Ball* kemudian digantung setinggi pinggang atau dada, berfungsi sebagai sasaran bergerak yang dapat membantu meningkatkan akurasi tendangan (Indahningrum, 2020).

Pemilihan media *Hanging Ball* (Bola digantung) karena pada anak usia dini lebih menyukai pembelajaran yang menarik seperti halnya bola digantung untuk menarik daya belajar anak. Sedangkan media bola dipilih merupakan media yang saat ini efektif ditemudi dilingkup sekolah terutama efektif untuk memperbaiki tendangan peserta didik agar baik dan benar.



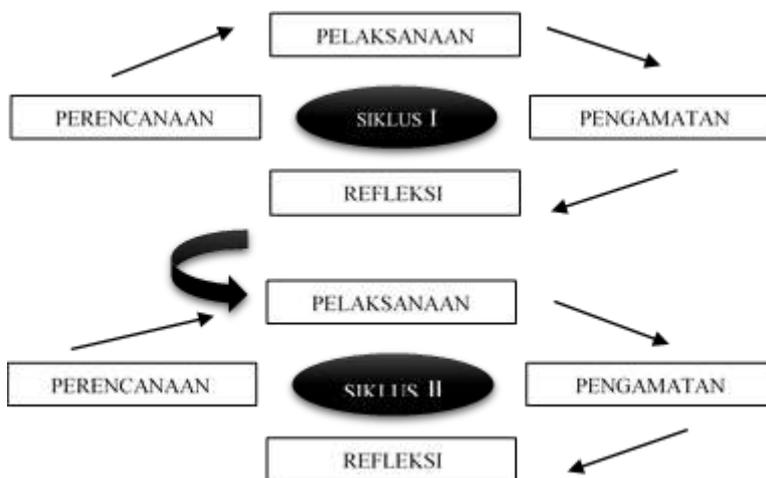
Gambar 4. Media *Hanging Ball* (Bola Gantung)

Saat menendang, teknik yang sudah dikuasai seperti tendangan lurus atau horizontal diterapkan, dengan menekankan pada bola gantung. Usahakan mencapai sasaran dengan bagian kaki kanan, seperti punggung atau bagian depan kaki. Karena bola gantung bergerak setelah ditendang, latihan ini juga mempertajam koordinasi dan timing untuk melakukan tendangan berurutan, yang akan sangat membantu dalam mengatur pergerakan lawan dalam situasi sulit yang sebenarnya.

3. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas merupakan suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan oleh peneliti atau guru untuk menyempurnakan pembelajaran berdasarkan permasalahan yang ditemui di kelas (Azizah, 2021).

Penelitian ini dilaksanakan melalui 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*action*), observasi (*observation*), dan refleksi (*reflection*). Adapun rancangan dari penelitian ini.



Gambar 5 : Bagan prosedur penelitian Tindakan Kelas

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Bubutan IV Surabaya kelas V-C yang berjumlah 31 peserta didik yang terdiri dari 17 peserta didik laki-laki dan 14 peserta didik perempuan. Pengumpulan data kali ini menggunakan teknik tendangan pencak silat menggunakan *Hanging Ball* dan dokumentasi berupa video dan foto. Instrument pada penelitian ini mengadopsi dari (Firdaus et al., 2013) yang mana sudah dinyatakan valid oleh dosen ahli, sehingga peneliti dapat langsung mengadopsi instrument tersebut. Teknik pengumpulan data menggunakan tes praktik. Selanjutnya dokumentasi berupa foto pada saat pelaksanaan *teaching experiment* sebagai bukti pelaksanaan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengamatan awal penelitian ini diambil untuk mengetahui hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya tahun pelajaran 2024/2025 melalui modifikasi pembelajaran *hanging ball*.

Sebelum melakukan penelitian maka peneliti melakukan pengambilan data awal atau bisa disebut dengan pra siklus yang mana prasiklus ini untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada saat pembelajaran pencak silat. Adapun deskriptif data yang diambil adalah hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya.

Tabel 1. Kriteria keberhasilan

Rentang nilai	keterangan	kriteria
95 – 100	Sangat Baik	Tuntas
85 – 94	Baik	Tuntas
76 – 84	Cukup	Tuntas
65 – 75	Kurang	Belum Tuntas
<65	Sangat Kurang	Belum Tuntas

Pra Siklus

Pada tahap prasiklus ini didapat bahwa hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya, dengan katagori cukup dimana 13 siswa tuntas dari 30 siswa dengan presentase 43,33%, kemudian dengan kategori kurang yaitu dengan presentasi 56,67% atau 17 siswa dari 30 siswa.

Tabel 2. Hasil Pra Siklus

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
95 – 100	Sangat Baik	Tuntas	0	0%
85 – 94	Baik	Tuntas	7	23%
76 – 84	Cukup	Tuntas	5	17%
65 – 75	Kurang	Belum Tuntas	18	60%
<65	Sangat Kurang	Belum Tuntas	0	0%
Jumlah			30	100%

Melalui tabel diatas yang telah di peroleh tersebut menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang kurang. Maka disusun tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran tendanagn pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya, melalui penggunaan alat bantu pembelajaran. Pelaksaan tindakan dilakukan sebanyak 2 siklus sebagai berikut.

Siklus I

Pelaksanaan tindakan siklus I adalah kebenaran Gerakan tendanagn pencak silat dengan cara *Shadow fighting*. Dari hasil pengamatan dan pengambilan data yang di peroleh sebagai berikut:

Tabel 3. Siklus 1 Hasil Belajar tendangan pencak silat

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
95 – 100	Sangat Baik	Tuntas	0	0%
85 – 94	Baik	Tuntas	8	27%
76 – 84	Cukup	Tuntas	12	40%
65 – 75	Kurang	Belum Tuntas	10	33%
<65	Sangat Kurang	Belum Tuntas	0	0%
Jumlah			30	100%



Gambar 6. Diagram siklus 1 Hasil Belajar Tendangan Pencak silat

Berdasarkan data diatas, hasil belajar siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya setelah diberikan tindakan adalah: sangat baik dengan presentase 0%, Baik dengan presentase 27% atau 5 dari 30 siswa, cukup dengan presentase 40% atau 12 dari 30 siswa, kurang dengan presentase 33% atau 10 dari 30 siswa, kurang 0%, dari data tersebut dapat dikatakan ada 20 siswa mencapai ketuntasan sedangkan 10 siswa belum tuntas. Sehingga untuk membuat hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa SDN Bubutan IV agar bisa tuntas seluruhnya maka diperlukan tidakan lebih lanjut denga menggunakan alat bantu yang akan dilakssanakan pada siklus 2

Siklus II

Pelaksanaan tindakan pada siklus 2 ini untuk ketepatan sasaran dan keberan Gerakan pada tendangan pencak silat menggunakan alat bantu *hanging ball* (Bola Gantung). Dari hasil pengamatan dan pengambilan data diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4. Siklus 2 Hasil Belajar Tendangan Pencak Silat

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
95 – 100	Sangat Baik	Tuntas	5	17%
85 – 94	Baik	Tuntas	15	50%
76 – 84	Cukup	Tuntas	6	20%
65 – 75	Kurang	Belum Tuntas	4	13%
<65	Sangat Kurang	Belum Tuntas	0	0%
Jumlah			30	100%



Gambar 7. Diagram siklus 2 Hasil Belajar Tendangan Pencak silat

Berdasarkan data diatas, hasil belajar siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya setelah diberikan tindakan adalah: sangat baik dengan presentase 17% atau 5 dari 30 siswa, baik dengan presentase 50% atau 15 dari 30 siswa, cukup dengan presentase 20% atau 6 dari 20 siswa, kurang dengan presentase 13% atau 4 dari 30 siswa, sangat kurang dengan presentase 0%, dari data tersebut didapat 26 siswa telah mencapai ketuntasan sedangkan 4 siswa belum tuntas.

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya melalui modifikasi media pembelajaran *hanging ball*. Melalui penggunaan alat bantu pembelajaran pencak silat yang asalnya monoton dan membosankan akan lebih menarik dan menyenangkan untuk membangkitkan minat siswa untuk mengikuti pembelajaran.

Materi pembelajaran tendangan pencak silat melalui modifikasi pembelajaran *hanging ball* dari awal pra siklus kemudian diberikan tindakan pada siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya meningkat yang signifikan terjadi pada pra siklus ke siklus I kemudian siklus II yang di tabulasikan kedalam diagram batang berikut:



Gambar 8. Pencapaian Hasil Belajar Tendangan Pencaksilat Setiap Siklus

Peningkatan terjadi pada Siklus I dan Siklus II setelah dilakukan praktik melalui penggunaan materi pembelajaran. Hasil belajar tendangan sebelum pencak silat meningkat walaupun belum maksimal. Melaksanakan tindakan siklus II meningkatkan hasil pembelajaran tendangan pencak silat dan menciptakan proses pembelajaran yang lebih aktif, efektif, efisien, tidak membosankan dan menyenangkan sehingga pembelajaran yang berkualitas dapat didukung melalui penilaian yang dilakukan.

Tidak hanya mempengaruhi peningkatan kemampuan tendangan depan pencak silat siswa, penggunaan modifikasi pembelajaran dalam pembelajaran tendangan depan pencak silat juga mempengaruhi pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar tendangan pencak silat yang disampaikan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya tahun pelajaran 2024/2025 melalui modifikasi pembelajaran menggunakan alat bantu *hanging ball*. Sebelum melakukan penelitian maka peneliti melakukan pengambilan data awal atau bisa disebut dengan pra siklus yang mana prasiklus ini untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada saat pembelajaran pencak silat. Maka disusun tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran tendangan pencak silat pada siswa kelas V-A SDN Bubutan IV Surabaya, melalui penggunaan alat bantu pembelajaran. Pelaksanaan tindakan dilakukan sebanyak 2 siklus sebagai berikut.

Pada tahap pra siklus, hasil belajar tendangan pencak silat siswa menunjukkan bahwa hanya 13 dari 30 siswa yang mencapai ketuntasan, dengan persentase 43,33%. Sebanyak 17 siswa (56,67%) belum tuntas. Hasil ini mengindikasikan bahwa kualitas pembelajaran pencak silat masih kurang dan memerlukan intervensi untuk peningkatan.

Setelah intervensi pertama menggunakan metode *Shadow Fighting*, terjadi peningkatan hasil belajar. Sebanyak 20 siswa dari 30 siswa mencapai ketuntasan, sementara 10 siswa belum tuntas. Persentase siswa dengan hasil belajar kategori "baik" meningkat menjadi 27%, dan kategori "cukup" menjadi 40%. Meskipun ada peningkatan, hasil belajar belum sepenuhnya memuaskan.

Intervensi pada siklus kedua dilakukan dengan menggunakan alat bantu *hanging ball* untuk meningkatkan ketepatan dan kebenaran gerakan tendangan pencak silat. Hasilnya, jumlah siswa yang tuntas meningkat signifikan menjadi 26 dari 30 siswa, dengan persentase ketuntasan mencapai 87%. Sebanyak 17% siswa mencapai hasil "sangat baik", dan 50% mencapai hasil "baik".

Jadi Penggunaan alat bantu *hanging ball* dalam pembelajaran tendangan pencak silat terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Pembelajaran yang awalnya monoton menjadi lebih menarik dan menyenangkan, sehingga minat siswa terhadap pencak silat meningkat. Modifikasi pembelajaran ini tidak hanya meningkatkan kemampuan tendangan pencak silat, tetapi juga pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar pencak silat. Penelitian

ini berhasil menciptakan proses pembelajaran yang lebih aktif, efektif, dan menyenangkan, serta menghasilkan pembelajaran yang lebih berkualitas.

REFERENSI

- Agustan, B., Kusmaedi, N., Hendrayana, Y., Abduljabar, B., & Ginanjar, A. (2020). Modifikasi pembelajaran: Hybrid sport education-invasion games competence model terhadap performa permainan bola basket. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 157–172. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.14005
- Amilia Sanggar Wati, V., & Kudadiri, V. O. (2024). Analisis kinestetik tendangan T pencak silat melalui prosedur kelelahan. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(2), 1–9. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP>
- Arya Kusuma, I., Wibowo, R. A. T., Yulianto, P. F., Suwanto, W., Iwandana, D. T., & Jasmani. (2024). Analisis tendangan sabit pada siswa remaja pencak silat PSHT Ranting Karangdowo Klaten. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 7(2), 418–426.
- Azizah, A. (2021). Pentingnya penelitian tindakan kelas bagi guru dalam pembelajaran. *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.36835/au.v3i1.475>
- Edi, A., Rohmatulloh, W., & Timur, J. (2022). The effect of modification of the cardinal direction game on the basics of pencak silat in class IV at MI Nurul Huda Tanjunggunung Peterongan Jombang. *x(x)*.
- Firdaus, M., Faza, A., & Sudarmono, M. (2013). Pencak silat melalui penggunaan alat bantu pembelajaran pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 3 Semarang. *Sport Science and Health*, 924–931.
- Gristyutawati. (2012). Persepsi pelajar terhadap pencak silat sebagai warisan budaya bangsa sekota Semarang tahun 2012. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(3), 129–135.
- Hadi Sutomo, B. S., & Widiastuti, H. W. (2024). Pengembangan model latihan keterampilan tendangan sabit pencak silat untuk anak (usia) 10-12 tahun. *Jurnal Ilmiah Sain Dan Teknologi*, 2(1), 552–563.
- Halil, M. (2023). Peningkatan hasil belajar variasi dan kombinasi kuda-kuda pencak silat melalui media audio visual dan pendekatan bermain pada siswa kelas IX SMP Negeri 2 Teweh Baru semester 1 tahun pelajaran 2021/2022. *Anterior Jurnal*, 22(1), 29–36. <https://doi.org/10.33084/anterior.v22i1.4194>
- Indahningrum, R. P. (2020). Dampak kekuatan genggaman tangan dan koordinasi pada keterampilan pukulan drive melalui motivasi dalam permainan bulutangkis. *2507(1)*, 1–9.

- Jasmani, J., & Kusuma, I. A. (2021). Upaya meningkatkan hasil pembelajaran teknik dasar pencak silat melalui model pembelajaran move colour pada siswa putra kelas 4 dan 5 SD IT Abu Jafar tahun ajaran 2020/2021. *Spirit (Sport, Pendidikan, Ilmu & Riset)*, 2(02), 1–4. <https://doi.org/10.36728/jpf.v2i02.1517>
- Ricky, E. N. (2021). Penggunaan aplikasi Pencak Silatku sebagai peningkatan keterampilan. 563–571.
- Suryani, & Abadi, R. A. (2022). Peningkatan keaktifan belajar menggunakan video tutorial dalam materi tendangan samping pencak silat siswa SMA 5 Kendari. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 3(1), 25–30. <https://doi.org/10.46838/spr.v3i1.140>
- Syahrabanu, I. (2023). Penerapan pendekatan STEAM (Science, Technology, Engineering, Art, and Mathematics) dalam pembelajaran PJOK materi beladiri pencak silat pada kelas IX MTs Hubbul Bilad. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(November), 67–78. <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Teguh Wibowo, R. A. (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. *Spirit (Sport, Pendidikan, Ilmu & Riset)*, 22(1), 1–23.