

PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA BOLA TERHADAP HASIL BELAJAR TENDANGAN MAWASHIGERI PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER

Asruddin, Victor G Simanjuntak, Edi Purnomo

Program Studi Penjaskesrek FKIP UNTAN, Pontianak

Email : payudin22@gmail.com

Abstract : *The problem in this study is whether there is the effect of training using assistive media on learning outcomes of Mawashigeri kicks in karate extracurricular students in MTsN Pemangkat, Sambas Regency. The purpose of this study was to determine the effect of training using media aids to the learning outcomes of Mawashigeri kicks in karate extracurricular students. The method used in this study is an experimental research method in the form of Intact-Group Coparison. The research population in this study took all karate extracurricular students towards the learning outcomes of the mawashigeri kick in karate extracurricular students in MTsN Pemangkat, Sambas Regency, totaling 20 students. The sample of this study used a saturated sampling technique of 20 students. Data analysis was performed using t-test analysis (influence test). The results of the study found that the average learning outcomes of Mawashigeri kicks in karate extracurricular students in MTsN Pemangkat District of Sambas experienced a comparison between the groups treated (O1) and those not treated (O2). The results for O1 are an average of 27.4, a minimum score of 25, a maximum score of 30, with a standard deviation of 1.776. Whereas O2 is an average of 22.9, a minimum score of 21, a maximum score of 25, with a standard deviation of 1.370. The results of the ttest = 5.70 is greater than the value of ttable = 2.101, meaning that the hypothesis is accepted, it means that there is an influence of the use of ball media to kick Mawashigeri in karate extracurricular activities in MTsN Pemangkat Sambas Regency. The percentage increase in learning outcomes of karate extracurricular Mawasigeri kicks in MTsN Pemangkat Sambas Regency is 19,65%.*

Keywords: *Ball Media, Mawashigeri Kick Learning Outcomes*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu mata pelajaran yang menjadi wadah pengembangan siswa dalam kegiatan berolahraga di sekolah. Dimana pendidikan jasmani itu sendiri memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial. Dini Rosdiani (2013: 137) menyatakari “pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmarn yang direncanakan secara sistematik bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Sedangkan menurut Husdarta (2011: 18), “pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”. Pendidikan jasmani di sekolah disampaikan dalam materi pembelajaran dengan tujuan mengoptimalkan hasil belajar siswa. Selain disampaikan dalam mateñ pembelajaran, pendidikan jasmani juga diaplikasikan pada kegiatan pengembangan bakat dan kemampuan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler dapat diartikan sebagai kegiatan pendidikan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka.

Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam dan di luar lingkungan sekolah dalam rangka memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan, dan menginternalisasi nilai-nilai atau aturan-aturan agama serta norma-norma sosial baik lokal, nasional, maupun global untuk membentuk insan yang paripurna. "Tujuan pendidikan dan pengajaran pada dasarnya, meliputi perubahan perilaku peserta didik" (Muhajir 2004: 16).

Berkaitan dengan kegiatan ekstrakurikuler, tercantum dalam Lampiran III Permendikbud RI No. 81A TAHUN 2013, Tentang Implementasi Kurikulum, Pedoman Kegiatan Ekstrakurikuler, "Pengembangan potensi peserta didik sebagaimana dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional tersebut dapat diwujudkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan salah satu kegiatan dalam program kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler adalah program kurikulum yang alokasi waktunya tidak ditetapkan dalam kurikulum. Jelasnya bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan perangkat operasional (supplement dan complements) kurikulum, yang perlu disusun dan dituangkan dalam rencana kerja tahunan/kalender pendidikan satuan pendidikan." (Permendikbud, 2013: 1).

Salah satu kegiatan olahraga yang dikembangkan dalam ekstrakurikuler di sekolah adalah cabang olahraga beladiri. Menurut Human Indrapura (2010: 5), "Beladiri adalah usaha seseorang untuk mempertahankan, menjaga fisik dan mentalnya dan gangguan dan luar". Cabang olahraga beladiri yang termasuk dalam kegiatan pembinaan pada kegiatan ekstrakurikuler di MTsN Pemangkat Kabupaten Sambas adalah beladiri karate.

Karate merupakan salah satu olahraga bela diri yang diajarkan disekolah, baik itu pada jam intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Menurut Sujoto (1996:1), "karate adalah suatu teknik untuk membela diri dengan tangan kosong atau tanpa senjata. Karate juga diartikan

jiwa yang kosong, bersih, tanpa pikiran buruk atau panirih, sehingga dengan jiwa yang bersih memungkinkan seseorang mempelajari dan memahami karate dengan benar".

Kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat Kabupaten Sambas merupakan wadah pembinaan siswa berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki dan diarahkan path kegiatan O2SN dan POPDA. Pelaksanaan kegiatan diaplikasikan dalam latihan yang dilaksanakan 3 kali dalam satu minggu, Dalam pelaksanaan kegiatan terdapat beberapa kenthia khususnya dalam mengoptimalkan tendangan mawashigeri. Tendangan mawashigeri dalam pelaksanaannya jarang digunakan, sedangkan tendangan ini merupakan teknik serangan yang dalam pertandingan memiliki potensi poin yang besar yaitu dapat mencapai tiga poin atau *sambhon*.

Hasil observasi yang dilakukan path ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat, Kabupaten Sambas beberapa temuan masalah yang menjadi kendala berkaitan dengan tendangan mawashigeri di antaranya adalah pengambilan posisi ideal dalam melakukan tendangan tidak tepat, sehingga pelaksanaan tendangan tersebut sering gagal untuk dilakukan. Keterbatasan lain posisi tendangan dengan sasaran yang tidak tepat, artinya pengoptimalan angkatan kaki terlalu rendah, sehingga sasaran yang seharusnya path bagian punggung badan atau dada hingga kepala tidak tercapai, tendangan tersebut hanya pada sasaran bagian pinggul dan penit ke arab bawah, tendangan yang dilakukan tersebut tentu saja tidak akan mendapatkan poin. Menurut Aseptia Yoga Permana (2008: 23), "mawashigeri adalah tendangan yang dilakukan dengan cara memutar pinggul. Target sasaran yaitu bagian depan dan samping, leher hingga dada serta bagian samping tubuh lawan". Keterbatasan-keterbatasan tersebut

menyebabkan tendangan ini jarang digunakan karena dianggap sulit untuk diaplikasikan.

Mengatasi masalah berkaitan dengan melakukan tendangan mawashigeri perlu dilakukan sebuah pembinaan agar tendangan ini dapat digunakan untuk memperoleh poin ideal dalam pertandingan. Adapun pembinaan yang dilakukan berupa latihan dengan media bantu. Media adalah suatu alat yang digunakan dalam proses pembelajaran dengan fungsi dan tujuan untuk mempermudah peserta didik dalam memahami suatu pelajaran. "Dengan kata lain, media adalah komponen sumber belajar atau wahana fisik yang mengandung materi instruksional di lingkungan siswa, yang dapat merangsang siswa untuk belajar. Adapun media pembelajaran adalah media yang membawa pesan-pesan atau informasi yang bertujuan instruksional atau mengandung maksud-maksud pengajaran" (Hamdani, 2011:243). Media bantu yang digunakan berupa bola yang digantung sebagai sasaran dalam melakukan tendangan mawashigeri. Pelaksanaan dengan media bantu tersebut ditujukan untuk pengoptimalan tendangan mawashigeri berkaitan dengan tahapan teknik dasar dan ketepatan sasaran tendangan.

Belajar merupakan suatu usaha beradaptasi individu terhadap lingkungan disekitarnya sesuai dengan perkembangan usia yang dimulai dan sejak lahir. Belajar tidak hanya didapat melalui ilmu pengetahuan saja, akan tetapi belajar juga bisa didapat dan latihan maupun pengalaman masing-masing individu. Menurut Azhar (2014: 1), "belajar adalah suatu proses yang kompleks yang terjadi path diñ setiap orang sepanjang hidupnya. Proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya". Menurut Slameto (2010: 2), " belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru

secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya". Sedangkan menurut Syahwani Umar dan Syambasril (2010: 10), "belajar dapat diartikan sebagai proses perubahan perilaku akibat interaksi individu dengan lingkungan. Perilaku mencakup pengetahuan, pemahaman, keterampilan, sikap dan sebagainya". Selanjutnya menurut Dimiyati dan Mudjiono (2010: 7), "belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks". Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah proses yang merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh perubahan secara keseluruhan dan menjadi pengalaman. dalam sebuah interaksi antar individu, kelompok maupun lingkungan sekitarnya.

Dalam pendidikan terdapat satu unsur yang tidak dapat dipisahkan dengan belajar, karena keduanya saling berhubungan. Unsur tersebut adalah mengajar. Mengajar menurut Syahwani Umar dan Syambasril (2010: 9), adalah "proses yang kompleks. Tidak hanya sekedar menyampaikan informasi dari guru kepada siswa, mengajar adalah segala upaya yang disengaja dalam rangka memberi kemungkinan kepada siswa untuk teijadinya proses belajar sesuai dengan tujuan yang dirumuskan". Sedangkan menurut Sardiman (2010:47), "mengajar pada dasarnya merupakan suatu usaha untuk menciptakan kondisi atau sistem lingkungan yang mendukung dan memungkinkan untuk berlangsungnya proses belajar". Selanjutnya menurut Husdarta dan Yuda M. Saputra (2010: 3-4), "mengajar yaitu guru berperan tidak hanya sekedar menyampaikan informasi kepada siswa saja tetapi juga guru harus berusaha agar siswa mau belajar".

Berdasarkan pendapat dan para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran yang berkaitan dengan proses belajar mengajar dalam pendidikan adalah sebuah upaya

memberikan bimbingan, pengarahan, dan dorongan kepada siswa agar terj ad proses belajar. Oleh karena itu, segala upaya dapat dilakukan selama upaya tersebut disengaja dengan penuh tanggung jawab mengantarkan siswa menuju pencapaian tujuan.

Ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang terprogram yang dibuat oleh sekolah sebagai upaya pembinaan serta bimbingan terhadap siswa yang memiliki keinginan dan bakat tertentu seria sebagai bentuk pengembangan pelaksanaan kurikulum yang dilaksanakan di luar jam formal sekolah. Dalam hal ini, guru penjas memiliki peranan pentmg dalam kebutuhan pertumbuhan dan kesehatan anak yang tentunya dapat dipenuhi dengan kegiatan bimbingan di sekolah, yaitu kegiatan ekstrakurikuler. Dengan kegiatan ekstrakurikuler, tercantum dalam Permendikbud RI No. 81A Tahun 2013 “Pengembangan potensi peserta didik sebagaimana dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional tersebut dapat diwujudkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan salah satu kegiatan dalam program kurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah program kurikuler yang alokasi waktunya tidak ditetapkan dalam kurikulum. Jelasnya bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan perangkat operasional (supplement dan complements) kurikulum, yang perlu disusun dan dituangkan dalam rencana kerja tahunan/kalender pendidikan satuan pendidikan.” (Permendikbud, 2013: 1).

Ekstrakurikuler dapat diartikan sebagai “kegiatan pendidikan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka. Kegiatan tersebut dilaksanakan didalam dan/atau di luar lingkungan sekolah dalam rangka memperluas perigetahuan, meningkatkan keterampilan, dan mengintemalisasi nilai-nilai atau aturan-aturan agama seria normanorma sosial balk lokal, nasional, maupun global untuk membentuk insan yang paripurna. Dengan kata lain, ekstrakurikuler

merupakan kegiatan pendidikan di luar jam pelajaran yang ditujukan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah” (Mamat Supriatna, 2010: 1).

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah sebagai kegiatan pendidikan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka. Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam dan diluar lingkungan sekolah dalam rangka memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan.

Kegiatan ekstrakurikuler memiliki fungsi pengembangan, sosial, rekreatif, dan persiapan karir (Mamat Supriatna, 2010: 1-2) sebagai berikut: 1) Pengembangan, yaitu liingsi kegi atan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat dan minat mereka. 2) Sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggungjawab sosia! peserta didik. 3) Rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, mengembirakan dan menyenangkan bagi peserta didik yang menunjang proses perkembangan. 4) Persiapan karir, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikultr untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik.

Meskipun secara umum karate dapat diartikan sebagai seni beladiri yang dominan menggunakan tangan kosong, namun beladini karate juga terkenal dengan tendangannya. Menurut Aseptia (2008: 22), “tendangan dalam karate sama seperti halnya penggunaan dan fungsi tangan yang merupakan suatu kekuatan. Jika ditinjau dan dampak kekuatan, maka kekuatan kaki (tendangan) memiliki kekuatan lebih besar dan tangan”. Dengan ini, seseorang yang dapat menggunakan

kemampuan kaki secara baik, maka seseorang tersebut memiliki kelebihan tersendiri. Selain itu juga, dengan menggunakan tendangan dalam pertandingan dapat meraih poin yang lebih tinggi hingga mencapai tiga poin atau ippon.

Mawashi artinya melingkar, geri artinya tendangan. Jadi mawashi geri artinya adalah tendangan yang melingkar dan samping. Bagian kaki yang dipukul adalah *cusoku*, yaitu pangkal jari-jari kaki. Cara membentuknya adalah dengan menaikkan jari jemarinya ke atas sehingga pangkal jari-jari tersebut bisa mengenai badan lawan (<http://kyokushinpemula.blogspot.co.id/2014/01/mawashi-geri-tendangan-ko-kyokushin.html>).

Mawashigeri adalah tendangan lurus mengarah ke arah pipi, ke arah kepala, dan ke arah punggung. terkadang dalam sebuah pertandingan banyak karateka yang menggunakan tendangan ini, agar bisa memperoleh ippon atau 3 poin. Mawashi-geri akan mendapatkan nilai ippon jika dilakukan dengan benar sesuai dengan kriteria yang sudah di buat Federasi Olahraga Karate-do Indonesia (FORM). Salah satu kriteria yang dimaksud adalah baik bentuk artinya dalam saat mengangkat, mengayun, dan saat pelepasan tendangan bentuknya harus baik. Banyak karateka saat melakukan mawashigeri ketepatannya kurang artinya saat melakukan tendangan, arah tendangan mereka tidak jelas, saat mengangkat kaki, karateka goyang, saat menurunkan tendangan, karateka goyang, dan tendangannya juga kurang dikontrol (<http://suciptoeko.blogspot.co.id/2013/10/latihan-meningkatkankecepatan.html>).

Mawashigeri merupakan salah satu teknik dasar tendangan kaki yang memutar dan mengarah lurus ke pipi, kepala dan punggung. Menurut Asepta (2008: 23), “tendangan mawashigeri adalah tendangan yang dilakukan dan samping, kaki diputar dan arah luar badan (samping badan) kearah depan”.

Sedangkan menurut Ilharn dan Aditya (1996: 99), “tendangan mawashigeni adalah tendangan yang dilakukan dengan gerakan kaki melingkar dan arah samping kanan/kiri ke arah dalam”.

Dalam melakukan tendangan tentu harus memperhatikan *kihon* atau acuan dasar dan semua teknik/gerakan yang akan dilakukan. Menurut Nakayama (dalam Aixiul Wahid, 2007: 50), ada tujuh unsur yang memegang peranan penting dalam membentuk *kihon*, yang terdiri dari:

- a. Bentuk yang benar, seperti posisi tangan dan saat melakukan gerak.
- b. Keseimbangan tenaga dan kecepatan, yaitu saat melakukan tendangan keseimbangan posisi badan tidak goyang.
- c. Konsentrasi dan relaksasi yang tepat. Pada saat melakukan gerakan harus fokus pada sasaran.
- d. Pelatihan kekuatan otot. Pelatihan kekuatan otot yang baik akan memberikan hasil yang maksimal terhadap gerakan yang dilakukan.
- e. Irama dan pengaturan waktu dalam sebuah gerakan.
- f. Pernapasan yang konstruktif dan efisien.
- g. Peran pinggul yang seoptimal mungkin, yaitu pada saat melakukan gerak pinggul tidak kaku.

Dalam karate pelaksanaan setiap gerakan tentu tidak terlepas dan kuda-kuda. Adapun kuda-kuda yang digunakan dalam tendangan mawashigeri adalah kuda-kuda *zenkutsu-dachi*. “*Zenkutsu-dachi* (berdiri tekuk depan) adalah teknik kuda-kuda dimana kaki depan ditebuk sehingga posisi lutut berada tegak lurus dengan ibu jari, dan posisi telapak kaki lurus ke depan dengan ibu jari sedikit masuk ke arah dalam sedangkan kaki belakang lurus” (Victor G Simanjuntak dan Manta Dinata 2004: 6).

Menurut Garlach dan Eli (dalam Hamdani, 2011: 243), “media apabila dipahami secara garis besar adalah

manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan atau sikap”. Sedangkan menurut Arief S. Sadiman, dkk (2010: 6), “kata media berasal dan bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari medium yang secara harfiah berarti perantara atau penghantar. Metode adalah perantara atau pengantar pesan dan pengirim ke penerima pesan”. Dari pendapat para ahli di atas, media pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu alat atau komponen pembelajaran yang digunakan oleh pengajar dengan tujuan untuk mempermudah penyampaian dan pemahaman materi kepada siswa agar tujuan dan pembelajaran itu sendiri dapat tercapai.

Berhubungan dengan media pembelajaran, Degeng (dalam Made Wena, 2010: 10) mengatakan “ada lima cara untuk mengklasifikasikan media pengajaran untuk keperluan mempreskripsikan strategi penyampaian, yaitu (1) tingkat kecermatan representasi, (2) tingkat interaktif yang ditimbulkan, (3) tingkat kemampuan khusus yang dimiliki, (4) tingkat motivasi yang mampu ditimbulkan, dan (5) tingkat biaya yang diperlukan”.

Adapun penelitian ini tentang pengaruh penggunaan media bantu terhadap hasil belajar tendangan mawashigeri path kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. Berkaitan dengan penelitian yang dilakukan ditujukan untuk meningkatkan kemampuan tendangan mawashi geri pada siswa ekstrakurikuler MTsN Pemangkat melalui kegiatan latihan menggunakan media bantu bola.

Media bantu yang digunakan dalam penelitian ini berupa bola yang digantung dengan ketinggian yang sesuai dengan sasaran tendangan mawashi geri yaitu mulai dan sasaran punggung hingga kepala. Dengan media ini ditujukan untuk meningkatkan kemampuan khususnya ketepatan sasaran dalam melakukan

tendangan mawashi geri. Selain itu juga, dengan media bantu tersebut juga berkaitan dengan tahapan gerak yang terdiri dan posisi awal (kuda-kuda zenkutsu-dachi), tahapan gerakan, dan sikap akhir. Pelaksanaan perlakuan dilakukan dalam 12 kali pertemuan yang disusun dalam program latihan, selanjutnya pelaksanaan tersebut terdiri dan 3 kali dalam seminggu yang setiap pelaksanaannya divariasikan serta volume dan intensitas latihan yang ditingkatkan. Pelaksanaan perlakuan yang diberikan dengan tujuan meningkatkan hasil belajar tendangan mawashi geri, diharapkan dapat diaplikasikan langsung dalam kegiatan ekstrakurikuler sehingga kemampuan tersebut dapat dikuasai serta meningkatkan kemampuan dalam bela diri karate pada umumnya.

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dikemukakan di atas, hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh latihan menggunakan media bantu terhadap kemampuan tendangan mawashigeri beladiri karate pada siswa ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat Kabupaten Sambas.

METODE

Secara umum metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Dalam penelitian ini metode atau bentuk penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah “Intact- Group Comparison “. Menurut Sugiyono (2012: 110), “Intact-Group Comparison, desain ini terdapat satu kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi dibagi dua, yaitu setengah kelompok untuk eksperimen (yang diberi perlakuan) dan setengah untuk kelompok control (yang tidak diberi perlakuan)”. Adapun rancangan “Intact-Group Comparison” adalah pada gambar 1 sebagai berikut:



Keterangan:

X : Treatment (perlakuan)

O₁ : Hasil pengukuran kelompok yang diberikan perlakuan

O₂ : Hasil pengukuran kelompok yang tidak diberikan perlakuan.

Untuk sebuah analisis dan menjawab sebuah masalah dari sebuah penelitian maka di dalam proses tersebut dilakukan dengan proses pengumpulan data penelitian. Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini berupa latihan gerak dasar tendangan mawashigeri sebanyak 12 kali pertemuan, berdasarkan pendapat Titi Juliantine, Yuyun Yudiana, dan Herman Subarjah (2007: 28) dimana secara teoritik jumlah pertemuan terdiri dan 3-5 kali dalam seminggu. Selanjutnya dalam penelitian ini menggunakan siklus mesco-cycle dengan rentang antara 3-6 minggu. Perlakuan juga diberikan mengacu pada prinsip penelitian eksperiment yaitu perlakuan dapat dihentikan bila diketahui adanya perubahan path subjek eksperiment. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Ismaryati (2009:1) tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Sedangkan menurut Nurhasan (2000:1) tes merupakan suatu alat yang digunakan dalam memperoleh data dan suatu obyek yang akan diukur.

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian yang dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat Kabupaten Sambas dan tanggal 15 Desember 2015 sampai dengan tanggal 16 Januari 2016. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan menganalisis perbandingan hasil belajar tendangan Mawashigeri menggunakan media bantu bola gantung. Selanjutnya di dalam bab ini penyajian hasil penelitian berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap data yang didapatkan. Hasil penelitian tersebut diperoleh melalui tes yang menjadi alat pengumpul data yaitu tes kemampuan hasil belajar tendangan Mawashigeri menggunakan rubrik peilaian proses pelaksanaan aktivitas tendangan Mawashigeri. Berikut merupakan rangkuman analisis data dan hasil penelitian.

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti dan pelatih melakukan pembagian peserta menjadi dua kelompok yang terdiri dan kelompok yang diberikan perlakuan (O1) dan kelompok yang tidak diberi perlakuan (O2) atau sebagai kelompok pembanding terhadap hasil pembelajaran tendangan 'Mawashigeri dengan menggunakan media bantu bola gantung pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. Adapun deskripsi data yang diambil disajikan dalam bentuk tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Data Deskriptif Hasil Belajar Tendangan Mawashigeri Peserta Ekstrakurikuler Karate MTsN Pemangkat

Deskripsi	Mean	Min	Max	Std.Deviasi
Eksperimen	27,4	25	30	1,776
Kontrol	22,9	21	25	1,37

Adapun deskripsi data penelitian berdasarkan tabel 1 menunjukkan kemampuan siswa yang terdiri dan 20 sampel maka diperoleh hasil untuk kelompok yang mendapat perlakuan (O1)

yaitu rata-rata 27,4, skor minimal 25, skor maksimal 30, dengan standar deviasi 1,776. Sedangkan untuk kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan (O2) yaitu

rata-rata 22,9, skor minimal 21, skor maksimal 25, dengan standar deviasi 1,370.

Berdasarkan hasil pelaksanaan perlakuan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbandingan hasil belajar tendangan Mawashigeri pada kegiatan

ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. Adapun perbandingan hasil tes antara O1 dan O2 diuraikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Perbandingan Rata-rata Hasil Belajar Tendangan Mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat

Data	Rata-rata Hasil Belajar
O1	27,4
O2	22,9

Sedangkan berdasarkan hasil analisis deskriptif data O1 dan O2 pada label 2 maka didapat rata-rata hasil belajar tendangan mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat yaitu rata-rata tes O1 27,4 dan

rata-rata tes O2 22,9 memiliki perbandingan sebesar 4,5.

Sebelum melakukan analisis uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis. Adapun pengujian persyaratan analisis dilakukan dengan uji liliefors sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas yang dilakukan dengan Uji Liliefors

Uraian	Signifikansi	Keterangan
O1	0.185 < 0.271	Normal
O2	0.171 < 0.271	Normal

Berdasarkan hasil table 3 tersebut terlihat nilai signifikan O1 dan O2 L_{hitung} lebih kecil dan L_{tabel} maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi normal. Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data

dalam penelitian. Uji homogenitas dilakukan dengan analisis uji-f. Adapun hasil uji homogenitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Signifikansi	Keterangan
1.29 < 5,32	Homogen

Berdasarkan hasil tabel 4 tersebut terlihat nilai signifikansi F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi homogen. Adapun

uji pengaruh yang dilakukan menggunakan analisis uji-t. Berdasarkan hasil pengaplikasian rumus uji-t diuraikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji-t Antara 01 dan 02

Indikator	t_{test}	d.b.	t_{tabel}	Taraf Signifikansi
Hasil Belajar Tendangan Mawashigeri	5.70	18	2.101	5%

Berdasarkan data pada tabel 5 maka didapat nilai t_{test} yaitu sebesar 5.70. Dengan melihat table statistika dimana pada derajat kebebasan $db=(N-2)$ adalah $20-2=18$ dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2.101. Dengan demikian nilai $t = 5.70$ lebih besar dan nilai 2.101, artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh mtlegensi kinestetik terhadap hasil belajar tendangan Mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat yang signifikan. Adapun kategori pengaruh adalah 3.28 yaitu dalam kategori tinggi.

Pengaruh penggunaan media bola terhadap hasil belajar tendangan Mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. Pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan menggunakan pembelajaran dengan pemanfaatan media bantu bola gantung memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar tendangan Mawashigeri. Dimana pada proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam penelitian, aktivitas tersebut memberikan sumbangan peningkatan kemampuan belajar pada peserta sebesar 14.47%. Selanjutnya berdasarkan pengaplikasian analisis uji-t didapatkan perbandingan hasil tes antara 01 dan 02 yang signifikan dimana terdapat Pengaruh Penggunaan Media Bola Terhadap Hasil Belajar Tendangan Mawashigeri Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Karate di MTsN Pemangkat.

Hasil perbandingan tersebut merupakan pengaruh yang disebabkan oleh pemberian perlakuan melalui aktivitas pembelajaran dengan penggunaan media bola terhadap

tendangan Mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. Berdasarkan catatan peneliti di lapangan sebagai observasi pengamatan proses pelaksanaan penelitian dimana proses pembelajaran yang diberikan memberikan persepsi serta pemahaman akan langkah-langkah dalam melakukan aktivitas Tendangan Mawashigeri yang benar pada pemahaman siswa sehingga pemahaman ini secara tidak langsung dapat diaplikasikan di lapangan dalam aktivitas praktik. Adapun proses yang terjadi di lapangan pada saat penelitian adalah sebagai berikut: 1) Peserta didik sangat antusias dalam mengikuti proses pembelajaran karena model pembelajaran dengan menggunakan media bola sangat kreatif, yang memberikan sumbangan terhadap efektivitas belajar pada siswa. 2) Pada saat melakukan pembelajaran dengan menggunakan media bola peserta didik dapat mengaplikasikan langkah dalam kaitannya terhadap aktivitas tendangan Mawashigeri. 3) Pada saat evaluasi pembelajaran saat diberikan umpan balik oleh pelatih peserta didik dapat mengungkapkan pemahaman gerak yang benar path aktivitas tendangan Mawashigeri. Dimana sebelumnya peserta mengalami kebingungan dalam menentukan gerakan yang benar yaitu posisi kaki, tubuh, dan tangan. 4) Penggunaan media bola sebagai pembelajaran yang memberikan suasana berbeda dalam aktivitas pembelajaran, dimana peserta memiliki keinginan yang semakin besar sehingga peserta didik sering berinisiatif sendiri tanpa harus diinstruksikan untuk melakukan pengulangan percobaan dalam aktivitas yang diberikan. Dalam penelitian ini

aktivitas yang diberikan memiliki kelebihan antara lain: 1) Gerakan yang digunakan dalam pelaksanaan tendangan Mawashigeri sangat sederhana namun memiliki manfaat yang baik dalam pengembangan hasil belajar. 2) Pembelajaran menggunakan media bola yang diberikan dapat meningkatkan rasa senang pada peserta didik karena pembelajaran ini seperti sebuah permainan bagi peserta didik. 3) Pembelajaran dengan media bantu bola yang diterapkan dalam aktivitas; pembelajaran tidak memerlukan waktu yang lama saat pengulangan antar peserta didik, sehingga tidak menyebabkan peserta didik menunggu dalam mendapatkan giliran saat mencoba aktivitas yang diberikan. Selanjutnya juga

terdapat keterbatasan yang menjadi kendala dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut: 1) Pada saat pelaksanaan tes hasil belajar peserta didik masih merasa tidak percaya diri sehingga hal ini berdampak pada kemampuan peserta didik yang belum termaksimalkan sepenuhnya. 2) Pengorganisasian peserta didik pada saat pembelajaran sedikit mengalami kesulitan karena antusias mereka yang besar dalam melakukan pengulangan aktivitas yang diberikan. Dengan basil melalui pembelajaran menggunakan media bola memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar tendangan Mawashigeri, Harapannya adalah peserta didik merasa senang dan tertarik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengambilan data baik kelompok yang diberi perlakuan (O1) atau kelompok yang tidak diberi perlakuan (O2) penelitian disimpulkan : (1) Kemampuan siswa yang terdiri dan 20 sampel diperoleh hasil untuk O1 yaitu rata-rata 27,4, skor minimal 25, skor maksimal 30, dengan standar deviasi 1,776. Sedangkan untuk O2 yaitu rata-rata 22,9, skor minimal 21, skor maksimal 25, dengan standar deviasi 1,370. (2) Hasil $t = 5,70$ lebih besar dan nilai $t = 2,101$, artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh penggunaan media bola terhadap tendangan mawashigeri path kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat. (3) Adapun persentase peningkatan hasil belajar tendangan

Mawashigeri pada kegiatan ekstrakurikuler karate di MTsN Pemangkat Kabupaten Sambas adalah sebesar 14,47%.

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian adapun saran yang dapat diajukan penulis yaitu: (1) Pembelajaran dengan penggunaan media bola pada cabang olahraga karate dapat mempengaruhi basil belajar tendangan Mawashigeri. (2) Hasil belajar dapat dengan penggunaan media bola terhadap tendangan Mawashigeri path cabang olahraga karate bisa diaplikasikan dalam pembelajaran dan aktifitas sehari-hari yang dilakukan oleh siswa berkaitan dengan kualitas olahraga dan pengayaan gerak siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Rosdiani, Dini. (2013). *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek SMA*. Jakarta: Erlangga.
- Permendikbud No. 81A tahun 2013. *Pedoman Kegiatan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Mendikbud.
- Indrapura, Hilman. (2010). *Beladiri Untuk Anak*. Jakarta: Dian Rakyat
- Sujoto, J. B. (1996). *Teknik Oyama Karate Sen Kihon*. Jakarta: Alex Media Komputindo.

- Pemana, Aseptia, Yoga. (2008). *Bermain dan Olahraga Karate*. Surabaya: Insan Cindekia.
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
<http://kyokushinpemu1a.blogspot.co.id/2014/01/mawashi-geritendangan-ko-kyokushin.html/>
 diakses pada tanggal 25 Maret 2014.
- Arsyad, Azhar. (2013). *Media Pembelajaran*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Umar, Syahwani dan Syambasril. (2014). *Buku Ajar Program Pengalaman Lapangan- I (Micro Teaching)*. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Husdarta dan Yuda, M. Saputra. (2010). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Supriatna, Mamat. (2010). *Pendidikan Karakter Melalui Ekstrakurikuler*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Wahid, Abdul. (2007). *Shotokan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Simanjuntak, Victor G dan Marta, Dinata. (2004). *Teknik Dasar Karate*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Sadiman, Arief S; R. Rahardjo; Anung, Haryono, dan Rahardjito. (2010). *Media Pendidikan*. Jakarta: Rjawali Pers.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabet. Juliantine,
- Titi; Yuyun, Yudiana dan Herman, Subarjah. (2007). *Teori Latihan*. Universitas Pendidikan Indonesia.