



Analisis Penerapan Teknik Tendangan Kategori Tanding Dewasa Putri Cabang Olahraga Pencak Silat Pada Pertandingan PON XX Papua Tahun 2021

Ananda Tri Cahya NIngrum^{1*}, Moh. Nur Kholis¹, Puspodari²

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

²Magister Keguruan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri

*Email Korespondensi: ananananda045@gmail.com

Diterima:
7 Agustus 2024

Dipresentasikan:
10 Agustus 2024

Disetujui Terbit:
08 Oktober 2024

ABSTRAK

Tendangan di pertandingan Pencak Silat merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang atlet, pesilat agar tercapainya prestasi yang maksimal diperlukan adanya evaluasi sebagai acuan pelatih dalam latihan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui analisis teknik tendangan kategori tanding dewasa putri cabang olahraga pencak silat pada pertandingan PON XX PAPUA Tahun 2021. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif sedangkan metode yang digunakan adalah metode observasi terstruktur. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan analisis dari presentase teknik tendangan PON XX Papua Tahun 2021, diperoleh sebagian besar persentase yang nilainya tinggi adalah tendangan samping (38,6%) didapatkan dari kelas tanding D putri dan hasil perolehan terendah didapatkan oleh tendangan belakang dengan persentase (12,5%) didapatkan oleh kelas tanding B putri, C putri dan F putri. Berdasarkan hasil yang di dapat secara keseluruhan dapat disimpulkan persentase tendangan yang efektif digunakan saat bertanding pada atlet PON XX Papua Tahun 2021 adalah teknik tendangan samping, dikarenakan tendangan ini mempunyai peluang lebih banyak masuk poin dengan jangkauan yang dimilikinya.

Kata Kunci : Teknik,tendangan,kategori tanding pencak silat.

PENDAHULUAN

Aktivitas sehari-hari tidak jauh dari kegiatan fisik, kegiatan fisik yang sering dilakukan tidak jauh dari olahraga, olahraga adalah bentuk gerakan tubuh secara berulang yang teratur dan terencana guna menyehatkan tubuh serta meningkatkan kebugaran jasmani (Muhammad Akbar Husein Allsabab & Sugito., 2021). Pencak Silat tidak hanya digunakan untuk bela diri, tetapi juga sebagai seni, olah raga, bahkan olah raga kompetitif. Hal ini membuat olahraga pencak silat sudah tidak asing dengan kebanyakan warga Indonesia pencak silat adalah olahraga yang telah dikenal di berbagai Negara Asia maupun Eropa. Pencak silat tak hanya di jadikan sebagai hobi tetapi juga di jadikan ajang prestasi atau penyaluran bakat seperti mengikuti kejuaraan,selain untuk mencari prestasi kegunaan pencak silat juga untuk bekal menjaga diri dari banyaknya kejahatan di luar. Salah satu kejuaraan pencak silat paling tinggi di Indonesia adalah Pekan Olahraga Nasional (PON), dengan diselenggarakannya PON diharapkan dapat

menjaring generasi muda yang akan menjadi pencak silat nasional dan mengharumkan nama Indonesia di Mancanegara.

Dalam kategori kelas tanding pencak silat menampilkan 2 orang dari sudut yang berbeda yaitu sudut biru dan sudut merah yang berhadapan dan keduanya menggunakan gerakan bela serang tendangan, pukulan, guntingan, jatuhnya, dan sapuan. Dalam olahraga pencak silat ada beberapa macam teknik dasar seperti menendang, memukul, menangkis dan pola langkah serangan, teknik dasar tersebut harus di kuasai oleh para pesilat, sehingga dapat menguasai teknik bela serang selanjutnya saat bertanding. Dengan menggunakan taktik tersebut atlet dikatakan mendapatkan poin apabila bela serang tersebut sah. Keterampilan jatuhnya, tangkisan, pukulan, dan tendangan merupakan teknik gerakan yang wajib di kuasai oleh para pesilat, dan terdapat fungsi atau kegunaan tersendiri dari gerakan bela serang tersebut. Tendangan merupakan salah satu teknik gerakan yang wajib dikuasai dalam olahraga ini, karena teknik tendangan adalah gerakan dasar cabang olahraga pencak silat, ada beberapa macam tendangan dalam pencak silat yang lebih dominan digunakan dalam pertandingan diantaranya Tendangan depan, Tendangan sabit, Tendangan belakang, Tendangan samping. Terdapat fungsi dan kegunaan tersendiri dari setiap teknik tendangan, dengan menganalisis besarnya presentase nilai di setiap teknik tendangan, pesilat harus bisa menggunakan teknik dengan efektif untuk memenangkan pertandingan. Pelatih juga harus mewaspadaai berbagai kesalahan yang terjadi pada suatu pertandingan yang dapat menghalangi seorang pesilat untuk meraih kemenangan atau menurunkan skor seorang pesilat dalam suatu pertandingan.

Namun saat ini belum ada penelitian yang menganalisis penggunaan teknik tendangan pada pertandingan Pencak Silat secara detail, merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang atlet, pesilat agar tercapainya prestasi yang maksimal diperlukan adanya evaluasi sebagai acuan pelatih dalam latihan. Pada penelitian ini akan membahas perihal penggunaan teknik tendangan atlet saat pertandingan pada PON XX Papua Tahun 2021. Melalui pengamatan peneliti saat observasi, pesilat saat pertandingan kurangnya penggunaan teknik tendangan secara efektif. Mampu menentukan prioritas pelatihan yang tepat ketika menerapkan program pelatihan dan guna mengetahui kemampuan pesilat dalam melakukan penerapan teknik tendangan selama pertandingan.

Berdasarkan latar belakang masalah dan definisi masalah sebelumnya, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: “Bagaimana analisis teknik tendangan kategori tanding dewasa putri dalam olahraga pencak silat pada pertandingan PON XX Papua tahun 2021?”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis teknik tendangan kategori tanding dewasa putri cabang olahraga pencak silat di pertandingan PON XX PAPUA 2021.

METODE

Pendekatan penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Menurut Ali et al., (2022:2) metode penelitian kuantitatif adalah studi tentang masalah-masalah sosial yang teorinya terdiri dari variabel-variabel yang diukur secara numerik dan



dianalisis dengan menggunakan metode statistik untuk menentukan apakah dapat dilakukan generalisasi prediktif teori tersebut berlaku terdiri dari pengujian.

Teknik penelitian ini yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif, Menurut Yusuf, Prof., (2017:62) Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena atau fakta secara rinci dan akurat. Dalam penelitian ini peneliti menganalisis rata-rata penerapan teknik tendangan yang digunakan saat pertandingan. Sedangkan metode pengambilan datanya dengan menggunakan metode observasi terstruktur. Penelitian ini diselenggarakan PON XX Papua Tahun 2021 Cabang Olahraga Pencak Silat laga yang dilaksanakan pada tanggal 6 Oktober hingga 12 Oktober 2021 bertempat di Gor Toware Kabupaten Jayapura. Menurut Sudaryono, (2016:142) Populasi adalah suatu wilayah umum yang terdiri dari obyek yang mempunyai ciri dan ciri tertentu yang peneliti identifikasi untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet cabang olahraga Pencak Silat PON XX Papua Tahun 2021 yang berjumlah 206 atlet dari 27 Provinsi yang mengikuti.

Menurut Lubis, (2018:20) pengertian sampel secara sederhana adalah bagian dari populasi, sekumpulan data yang dipilih dari populasi untuk bahan kajian penelitian. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *purposive sampling*. Jika populasinya besar dan kemungkinan kecil peneliti tidak dapat menganalisis seluruh populasi. Oleh karena itu, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta atlet kategori tanding dewasa putri yang bertanding di gelanggang 1 dan gelanggang 2 dengan jumlah 40 atlet. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian biasa disebut instrumen penelitian. Menurut Kusumastuti, Khoiron, (2020:49) Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk memperoleh atau mengumpulkan informasi untuk memecahkan masalah penelitian atau untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen berupa observasi terstruktur dan dokumentasi. Observasi dilaksanakan untuk mengamati frekuensi kemunculan teknik tendangan yang dilakukan oleh atlet dewasa putri yang bertanding di gelanggang 1 dan gelanggang 2 saat pertandingan PON XX Papua Tahun 2021. Dalam penelitian ini menggunakan tabel/ *rating scale* atau skala bertingkat observasi untuk menghitung kemunculan teknik tendangan yang digunakan atlet saat bertanding. Metode analisis data deskriptif digunakan dalam penelitian ini. Tujuan utama analisis data dalam penelitian kuantitatif adalah mengumpulkan data dalam bentuk yang mudah dipahami dan ditafsirkan sehingga hubungan antar pertanyaan penelitian dapat digali dan diuji. Metode analisis data deskriptif digunakan dalam penelitian ini.

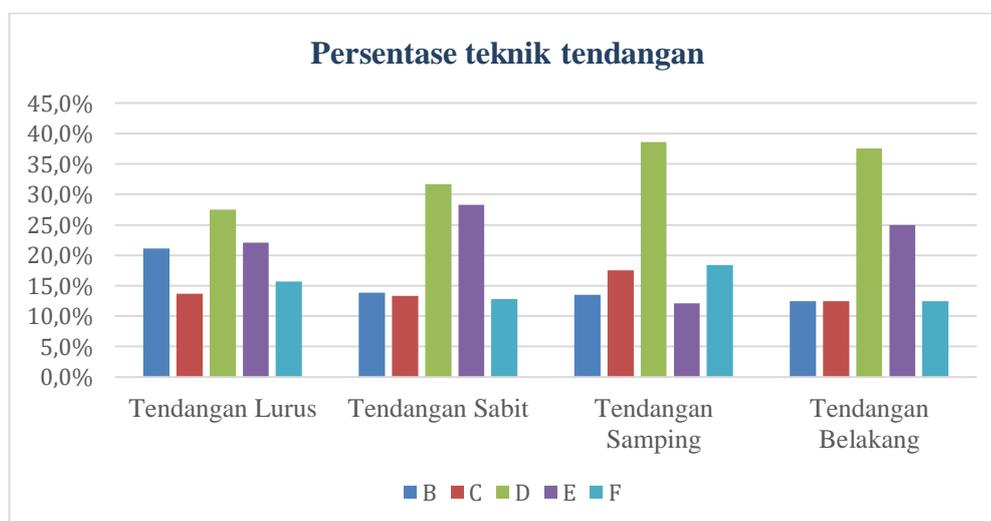
HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis pada presentase teknik tendangan cabang olahraga pencak silat Pekan Olahraga Nasional XX Papua Tahun 2021 kategori atlet dewasa putri yang bertanding di gelanggang 1 dan gelanggang 2 diperoleh, pada kelas tanding B putri diketahui presentase tertinggi adalah tendangan lurus dengan presentase 21,1%, pada kelas tanding C putri diperoleh poin tertinggi ialah

tendangan samping dengan presentase 17,5%, pada kelas tanding D putri diperoleh presentasi tertinggi yaitu tendangan samping dengan nilai presentase 38,6%, pada kelas tanding E putri didapatkan poin tertinggi yaitu tendangan sabit dengan nilai presentase 28,3%, pada kelas tanding F putri didapatkan presentase tertinggi ialah tendangan samping dengan nilai presentase 18,4%. Hasil peresentase penerapan teknik tendangan kategori tanding dewasa putri PON XX Papua Tahun 2021 dapat di sajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Presentase Teknik Tendangan

KELAS TANDING	PRESENTASE TEKNIK TENDANGAN							
	TENDANGAN LURUS		TENDANGAN SABIT		TENDANGAN SAMPING		TENDANGAN BELAKANG	
	JUMLAH	%	JUMLAH	%	JUMLAH	%	JUMLAH	%
B	86	21,1%	50	13,9%	60	13,5%	2	12,5%
C	56	13,7%	48	13,3%	78	17,5%	2	12,5%
D	112	27,5%	114	31,7%	172	38,6%	6	37,5%
E	90	22,1%	102	28,3%	54	12,1%	4	25,0%
F	64	15,7%	46	12,8%	82	18,4%	2	12,5%
TOTAL	408	100%	360	100%	446	100%	16	100%



Gambar 1. Diagram Presentase Teknik Tendangan

PON atau singkatan dari Pekan Olahraga Nasional merupakan kompetisi olahraga Nasional Indonesia yang berlangsung selama empat tahun sekali dan diikuti oleh seluruh provinsi di Indonesia, kompetisi ini dilaksanakan oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). Beberapa macam kategori pencak silat yang dipertandingkan di Pekan Olahraga Nasional yaitu kategori tanding dan kategori seni. Untuk memperoleh kemenangan seorang atlet harus dapat mencetak poin sebanyak mungkin oleh karena itu pentingnya dapat menggunakan teknik yang efektif.

Seluruh teknik tendangan yang muncul saat digunakan atlet selama pertandingan dirancang untuk mencetak poin sebanyaknya dalam 3 ronde. Untuk memenangkan pertandingan, pesilat harus mencetak poin yang cukup untuk



mengalahkan lawan hingga di akhir pertandingan. Penelitian ini fokus pada kategori tanding Pencak Silat. Bahkan seorang pesilat dengan kemampuan pergerakan yang baik pun dapat melakukan gerakan yang baik pula. Sesuai dengan hasil analisis pada presentase teknik tendangan dalam PON XX Papua tahun 2021 cabor pencak silat pada atlet dewasa putri yang bertanding di gelanggang 1 dan gelanggang 2 diperoleh sebagian besar presentase teknik tendangan samping dengan nilai presentase 38,6% diperoleh pada kelas tanding D putri. Sedangkan analisis presentase paling rendah diperoleh teknik tendangan belakang yaitu 12,5% didapatkan dari kelas tanding B putri, C putri, dan F putri.

Hasil Analisis Persentase teknik tendangan kategori tanding dewasa putri PON XX Papua Tahun 2021 Diketahui persentase setiap kelas tanding tidak seimbang. Berdasarkan hasil diatas menunjukkan teknik tendangan samping lebih efektif untuk mencetak poin dalam pertandingan. Pada dasarnya teknik tendangan samping lebih mudah dilakukan semua atlet dengan sasaran seluruh tubuh, dibanding dengan tendangan belakang yang memiliki nilai lebih rendah dari semua teknik tendangan yang digunakan, teknik tendangan samping ini memiliki kecepatan yang maksimal dengan efektifitas gerakan yang tinggi sehingga peluang untuk mengenai sasaran lebih banyak masuk dibandingkan tendangan belakang yang memiliki nilai lebih rendah. Apalagi yang memiliki postur tubuh yang tinggi pesilat akan lebih mudah untuk melakukan tendangan samping karena jangkauan yang dimilikinya. Sedangkan teknik tendangan yang nilainya lebih rendah atau jarang di gunakan atlet dalam bertanding yaitu tendangan belakang, hal ini dikarenakan tendangan belakang lebih sulit dilakukan rata-rata penggunaan tendangan belakang gagal dilakukan karena membelakangi lawan lebih dulu, tendangan belakang sulit dilakukan baik yang memiliki postur tubuh tinggi maupun postur tubuh pendek, tendangan belakang ini biasanya lebih sering dilakukan oleh pencak silat kategori seni.

KESIMPULAN

Kesimpulan demikian diambil berdasarkan hasil analisis deskriptif dan pembahasan dari analisis penelitian dari seluruh atlet dewasa putri cabor pencak silat yang bertanding di gelanggang 1 dan gelanggang 2 pada PON XX Papua Tahun 2021 didapatkan hasil presentase tertinggi adalah teknik tendangan samping sebanyak 38,6% didapatkan oleh kelas tanding D putri dan hasil analisis penelitian dengan presentase terendah didapatkan oleh teknik tendangan belakang sebanyak 12,5% didapatkan oleh kelas tanding B putri, C putri dan F putri.

Berdasarkan hasil analisis presentase teknik tendangan kategori tanding dewasa putri pada PON XX Papua Tahun 2021 diketahui bahwa setiap kelas kategori tanding memiliki nilai presentase yang berbeda. Hasil di atas menunjukkan bahwa teknik tendangan samping (38,6%) didapatkan oleh kelas tanding D putri lebih sering digunakan atlet saat bertanding. Oleh karena itu, dikarenakan teknik ini secara efektif mempunyai peluang lebih banyak masuk poin karena jangkauan yang dimilikinya. Sedangkan hasil terendah ditunjukkan oleh teknik tendangan belakang (12,5%) didapatkan dari kelas tanding B putri, C putri, dan F putri hal ini dikarenakan kesulitannya atlet saat melakukan tendangan



tersebut, karena dengan awalan yang membelakangi lawan lebih sering gagal dilakukannya tendangan.

DAFTAR RUJUKAN

Ali, M. M., Hariyati, T., Pratiwi, M. Y., & Afifah, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Penerapan Nya Dalam Penelitian. Education Journal: Penelitian Ibnu Rusyd Kotabumi 2(2)*.

Kusumastuti, Khoiron, A. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta

Lubis, M. S. (2018). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta

Muhammad Akbar, H. A. (2021). SURVEI KAPASITAS DAYA TAHAN AEROBIK (VO2 MAX) PADA PEMAIN SEPAKBOLA PERSIK USIA 20 TAHUN. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1).
<https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1260>

Sudaryono, D. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta

Yusuf, Prof., D. A. M. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta