

**ANALISIS KETEPATAN TENDANGAN LURUS
DALAM MENDAPATKAN POINT PADA
ATLET PENCAK SILAT BINAAN
KONI ACEH SELATAN**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh

Fito Putra Indrominoto
19111040038



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2023**

**ANALISIS KETEPATAN TENDANGAN LURUS DALAM
MENDAPATKAN POINT PADA ATLET PENCAK SILAT BINAAN
KONI ACEH SELATAN**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

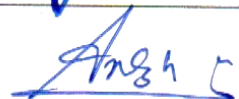
Banda Aceh, 17 April 2024

Tanda Tangan

Pembimbing I : Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO
NIDN. 0126068005


()

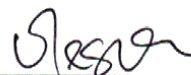
Pembimbing II : Novia Rozalini, M.Pd
NIDN. 1308119101


()

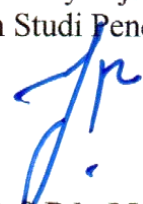
Penguji I : Salbani, S.Pd., M. Pd
NIDN. 1317038401


()

Penguji II : Regina Rahmi, M.Pd
NIDN. 0103038204

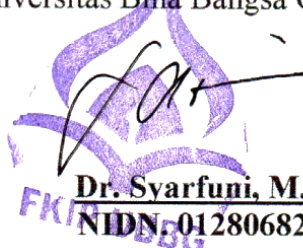

()

Menyetujui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani,


Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena


Dr. Syarfuni, M.Pd
NIDN. 0128068203



PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Fito Putra Indrominoto
NIM : 1911040038
Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Analisis Ketepatan Tendangan Lurus Dalam Mendapatkan Poin Pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana.

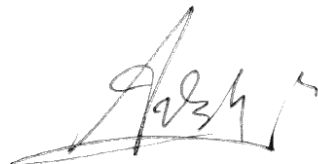
Banda Aceh, 18 January 2024

Pembimbing I



Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO
NIDN. 0126068005

Pembimbing II



Novia Rozalini, M.Pd
NIDN. 1308119101

Menyetujui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani,



Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO
NIDN. 0126068005

LEMBARAN PERSETUJUAN
ANALISIS KETEPATAN TENDANGAN LURUS DALAM
MENDAPATKAN POINT PADA ATLET PENCAK SILAT BINAAN
KONI ACEH SELATAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 17 April 2024

Pembimbing I



Irwandi, S.Pd., M.Pd. AIFO
NIDN. 0126068005

Pembimbing II



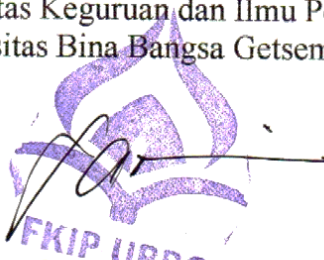
Novia Rozalini, M.Pd
NIDN. 1308119101

Menyetujui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani,



Irwandi, S.Pd., M. Pd. AIFO
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Syarfumi, M.Pd
NIDN. 0128068203

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya beridentitas di bawah ini:

Nama : Fito Putra Indrominoto

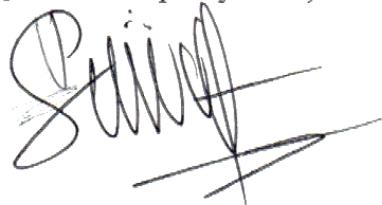
NIM : 1911040038

Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari Program Studi atau Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Banda Aceh, 17 April 2024

Yang membuat pernyataan,



Fito Putra Indrominoto

NIM. 1911040038

ABSTRAK

Fito Putra Indrominoto.2023. Analisis Ketepatan Tendangan Lurus Dalam Mendapatkan Poin Pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing I. Irwandi, S.Pd., M. Pd. AIFO. Pembimbing II Novia Rozalini, M. Pd.

Penelitian dengan judul analisis ketepatan tendangan lurus dalam mendapatkan poin pada atlet binaan koni kabupaten aceh selatan, ini bertujuan untuk mengetahui ketepatan tendangan lurus dalam mendapatkan point pada pertandingan pencak silat Atlet Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan. Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, sampel penelitian ini menggunakan teknik total sampling yaitu semua atlet adalah 18 atlet pencak silat binaan koni Kabupaten Aceh Selatan. Penelitian ini dilakukan pada 06 Juli 2023, Sumber data berasal dari instrumen tes dari penilaian para juri dalam olahraga pencak silat, Pengumpulan data menggunakan data formulir yang dinilai oleh masing-masing juri yang terdiri dari 3 juri dalam satu simulasi pertandingan, dari hasil penelitian tersebut bahwa atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan pada indikator mendapatkan sebesar 11,1% Sangat Baik, 5,5% Baik, 11,1% Kurang, dan 72,2% Sangat Kurang. Dari data diatas hanya 2 orang atlet yang mendapatkan Persentase Sangat Baik (SB), 1 orang mendapatkan persentase Baik (B), 2 Orang mendapatkan persentase Kurang (K), dan 13 Orang mendapatkan persentase Sangat Kurang (SK). Sehingga dapat disimpulkan bahwa atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan masih kurang dalam melakukan tendangan lurus dikarenakan kurang tepat atau kurang bertenaga dalam menendang juga terkena bagian tangan saat menendang sehingga tendangannya kurang tepat.

Kata Kunci: Analisis, Ketepatan Tendangan Lurus, Atlet Pencak Silat

ABSTRACT

Fito Putra Indrominoto. 2023. Analysis of Straight Kick Accuracy in Getting Points for Pencak Silat Athletes Coached by Koni South Aceh. Thesis, Physical Education Study Program, Bina Bangsa Getsempena University. Supervisor I. Irwandi, S.Pd., M. Pd. AIFO. Supervisor II Novia Rozalini, M. Pd.

This research, with the title analysis of the accuracy of straight kicks in getting points for athletes trained by Koni, South Aceh Regency, aims to determine the accuracy of straight kicks in getting points in pencak silat competitions for athletes trained by Koni, South Aceh Regency. . This type of research is descriptive qualitative, the total sample for this research is 18 pencak silat athletes assisted by Koni, South Aceh Regency. This research was conducted on July 6 2023. The data source came from test instruments from the judges' assessments in pencak silat sports. Data collection used form data which was assessed by each jury consisting of 3 judges in one competition simulation. From the results of this research, it is clear that The pencak silat athletes assisted by Koni, South Aceh district, obtained 11.1% Very Good, 5.5% Good, 11.1% Poor and 72.2% Very Poor. From the data above, only 2 athletes got a Very Good Percentage (SB), 1 person got a Good Percentage (B), 2 people got a Poor Percentage (K), and 13 people got a Very Poor Percentage (SK). So it can be concluded that the pencak silat athletes trained by Koni, South Aceh district are still lacking in performing straight kicks because they are not precise or powerful in kicking and are also hit by parts of their hands when kicking so that their kicks are not precise.

Keywords: Analyis, Straight Kick Accuracy, Pencak Silat Athlete

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis sampaikan Alhamdulillah penjabarkan kehadiran Allah ta'ala, sebagai pencipta alam semesta yang telah memberikan berkah dan rahmat-NYA sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan salam penulis sanjungkan kepangkuan alam Nabi Besar Muhammad Shallahu alaihi wassalam, yang telah mengubah peradaban manusia dari masa Jahiliyah kearah Islamiah dalam skripsi ini, penulis menetapkan judul yaitu: “Analisis Ketepatan Tendangan Lurus Untuk Mendapatkan Point Pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan”. Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat-syarat guna mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh.

Penulis tentu banyak mengalami hambatan sehingga tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak dalam penyelesaian skripsi ini. Untuk kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Orang tua saya tercinta yaitu ibunda Nurdhiah dan ayahanda alm M. Yamin Indrominoto.
2. Dr. Lili Kasmini, S.Si, M.Si. selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh yang telah memberikan kesempatan menimba ilmu dikampus selama pendidikan, penelitian, dan penulisan skripsi ini.
3. Dr. Syarfuni, M.Pd. selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan kesempatan serta arahan selama pendidikan, penelitian, dan penulisan skripsi ini.
4. Irwandi, M.Pd. AIFO selaku Ketua Prodi Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan kesempatan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.

5. Irwandi, M.Pd. AIFO selaku dosen pembimbing I yang sabar memberikan bimbingan dan arahan sejak permulaan sampai dengan selesainya skripsi ini
6. Novia Rozalini, M.Pd selaku pembimbing II di tengah-tengah kesibukannya telah memberikan bimbingan dalam penulisan skripsi ini mulai dari awal sampai akhir.
7. Bapak/Ibu Dosen serta staf Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh.
8. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah memberikan dukungan begitu besar.
9. Kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan do'a dan dukungan kepada saya.

skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya dukungan dari semua pihak yang terlibat, maka dari itu peneliti doakan agar amal baik yang telah diberikan mendapat balasan dan diberkahi oleh Allah Ta'ala, dan semoga tersusunnya skripsi ini bisa memberikan sedikit panutan pada langkah yang lebih baik lagi kedepannya. Akhir kata harapannya skripsi ini bisa memberikan makna dan menambah wawasan serta keterampilan untuk mengolah pola pikir semakin baik dan semoga bermanfaat bagi generasi mendatang.

Banda Aceh, 04 Januari 2024

Fito Putra Indrominoto

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Pertanyaan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
1.7 Devinisi Operasional.....	6
1.7.1 Analisis	7
1.7.2 Ketepatan Tendangan Lurus	7
1.7.3 Pencak Silat	8
1.7.4 Binaan Koni Aceh Selatan	9

BAB II LANDASAN TEORITIS.

2.1 Kajian Teoritis	10
2.1.1 Hakikat Pencak silat	10
2.1.2 Teknik Dasar Pencak Silat	17
2.1.3 Hakikat Tendangan Lurus.....	24
2.1.4 Hakikat Latihan	29
2.1.5 Hakikat Penilaian Poin Dalam Pencak Silat	30
2.1.6 Sistem Penghitungan Poin Dalam Pencak Silat	31
2.2 Kerangka Berfikir	32

2.3 Penelitian Terdahulu Yang Relevan	33
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Penelitian	35
3.2 Desain Penelitian	36
3.3 Data Dan Sumber Data Penelitian	37
3.3.1 Data Primer	37
3.3.2 Data Sekunder	38
3.4 Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	39
3.5 Teknik Analisis Data.....	44
3.6 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	46
 BAB IV DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	
4.1 Hasil Penelitian	47
4.1.1 Rekapitulasi Hasil Penelitian Ketepatan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan.....	48
4.2 Pembahasan	50
 BAB V PENUTUP	
5.2 Kesimpulan	61
5.2 Saran	62
 DAFTAR PUSTAKA.....	 66

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Sikap Pasang dikutip Oleh Johansyah Lubis.....	18
Gambar 2.2 Pukulan dikutip Oleh Johansyah Lubis.....	19
Gambar 2.3 Tendangan dikutip Oleh Johansyah Lubis.....	23
Gambar 2.4 Sapuan dikutip Oleh Johansyah Lubis.....	23
Gambar 2.5 Tendangan Lurus dikutip Oleh Johansyah Lubis.....	29
Gambar 3.1 Skema Analisis Data Model Miles dan Huberman.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Nama dan Jumlah Atlet Binaan Koni Aceh Selatan.....	37
Tabel 3.2 Nama Wasit/Juri Pencak Silat Aceh Selatan.....	39
Tabel 3.3 Alat yang digunakan saat tes.....	40
Tabel 3.4 Kriteria Ketepatan Tendangan.....	42
Tabel 4.1 Data Hasil Rata-Rata Poin	48
Tabel 4.2 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	50
Tabel 4.3 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	51
Tabel 4.4 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	52
Tabel 4.5 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	53
Tabel 4.6 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	54
Tabel 4.7 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	55
Tabel 4.8 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	56
Tabel 4.9 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	57
Tabel 4.10 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri	58
Tabel 4.11 Data Hasil Persentase Dari Penilaian Tendangan Lurus.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Foto dan Dokumentasi Atlet Saat Tes.....	63
Lampiran 2. Lembar tes kemampuan ketepatan tendangan lurus.....	66

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pencak silat begitu baik dan mulai dikenal oleh setiap masyarakat. Olahraga beladiri pencak silat ini cukup populer di daerah-daerah di Indonesia, hal ini bisa kita lihat dengan banyaknya perguruan pencak silat yang muncul. Secara definisi pencak silat merupakan suatu gerak yang terencana, terarah, terkoordinasi. Dan terkendali, yang memiliki empat aspek sebagai satu kesatuan dan tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lainnya, yaitu aspek mental-spiritual, aspek beladiri, olahraga dan aspek seni budaya menurut (Johansyah Lubis, 2016:25) Dalam Penelitian (Sekarningrum, 2021). Teknik dasar pada pencak silat pada umumnya adalah teknik. kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, hindaran, belaan, serangan dan tangkapan.

Teknik dasar olahraga pencak silat meliputi gerakan langkah, tendangan, pukulan, tangkapan, elakan, tangkisan dan kunci. Semua itu merupakan teknik dasar pencak silat yang apabila dirangkai akan menjadi pola bertahan dan pola menyerang. Dalam pertandingan pencak silat, gerakan pola bertahan dan menyerang dilakukan untuk mendapatkan poin dengan syarat serangan yang dilakukan mengenai body sasaran serta tidak dapat ditangkis oleh lawan. Untuk mendapatkan poin dengan syarat tersebut, tentu tidaklah mudah dan memerlukan keterampilan pencak silat yang baik dan benar sangat diperlukan. Dalam Penelitian (Hidayat, 2019) Menurut Nugroho (2005:17) dari beberapa teknik pada

pencak silat, teknik tendangan merupakan teknik yang sangat dominan dan sangat mudah dilakukan untuk memperoleh poin, tendangan lurus adalah salah satu dari teknik tendangan pencak silat.

Tendangan depan merupakan tendangan lurus yang sangat efektif untuk mendapatkan poin, serta mampu mendorong jauh tubuh lawan sehingga lawan tidak bisa membalas serangan. Tentu saja untuk memperoleh tendangan depan yang berkualitas mesti melakukan latihan yang intensif dan berkelanjutan. Dengan program latihan yang bagus dan berkualitas juga mampu menghasilkan keakuratan, kekuatan dan kecepatan menendang. Olahraga Pencak Silat berkembang di Aceh Selatan sejak tahun 1980 an pada saat itu Pencak Silat Aceh Selatan hanya mempunyai satu perguruan tertua dan perguruan tersebut merupakan perguruan nasional yaitu KPSN Nusantara (Keluarga Pencak Silat Nusantara) Aceh Selatan pada saat itu Aceh Selatan mempunyai 3 Atlet yang tembus di ajang Olahraga bergengsi di Indonesia yaitu PON, dengan adanya Atlet yg sudah berpengalaman di salah satu Olahraga Pencak Silat di Aceh Selatan Olahraga Pencak Silat terus berkembang pesat dan masih di pegang oleh perguruan KPSN Nusantara dibawah naungan IPSI (Ikatan Pencak Silat Indonesia) pada tahun 2004 Aceh Selatan bertambah satu perguruan yaitu PSHT (Persaudaraan Setia Hati Tarate) dan juga pada tahun 2017-2022 ada dua perguruan yang bertambah yaitu MP (Merpati Putih) dan SMI (Satria Muda Indonesia) dengan adanya 4 perguruan Pencak Silat di Aceh Selatan olahraga Pencak Silat terus berkembang dan bersatu dalam mengharumkan nama Aceh Selatan di ajang Daerah, Nasional , dan Internasional . Adapun Event yang sudah

diikuti oleh Atlet Pencak Silat Kabupaten Aceh Selatan yaitu seperti : POPDA, POPWIL, PORPOV, KEJURDA, KEJURNAS, PON, dan Kejuaraan Open Semi Internasional di Aceh yang juga diikuti Negara tetangga Brunei Darussalam.

Saat ini peneliti merupakan salah satu pegiat olahraga di Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan. Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel “tempat latihan pencak silat di Kabupaten Aceh Selatan” penelitian ini nantinya akan membantu meningkatkan kualitas atlet pencak silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan dalam melaksanakan teknik tendangan lurus pada saat pertandingan melalui proses analisis ketepatan tendangan lurus.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan mengkaji lebih dalam mengenai “Analisis ketepatan tendangan lurus dalam mendapatkan point pada atlet pencak silat Binaan Koni Aceh Selatan” Karena teknik tendangan depan merupakan serangan efektif yang mampu dilakukan atlet pencak silat pada saat pertandingan, sehingga perlu adanya peningkatan kemampuan teknik tendangan depan yang baik dan berkualitas agar lawan sulit menghindari, menangkis, menangkap, dan membalas serangan tersebut.

Dari hasil observasi peneliti kenyataan yang ada di lapangan bahwa masih ada beberapa atlet pencak silat Binaan Koni Aceh Selatan jarang atau ragu-ragu dalam menggunakan tendangan lurus, padahal tendangan lurus mampu mendapatkan poin yang sangat efektif jika dilakukan dengan benar dan tepat juga tendangan lurus tergolong tendangan tersulit di tangkap oleh lawan jika jarang digunakan maka lawan lebih mudah menangkap tendangan lurus tersebut dalam pencak silat tendangan bukan hanya 1 tendangan yaitu tendangan tendangan lurus

tetapi ada beberapa diantaranya seperti tendangan sabit, tendangan T, dan tendangan lurus . Tendangan lurus merupakan serangan efektif digunakan dalam pertandingan pencak silat nilai/poin tendangan (2) yang sah jika serangan dengan kaki masuk pada sasaran tanpa terhalang oleh tangkisan, hindaran serta elakan, yang sesuai dengan peraturan pertandingan 2016 dalam buku Teori dan Praktek Pencak Silat (2016) karya Amjad E dan Silvia Mega. Menurut (Novia Rozalini et al., 2020) Juri menilai serangan yang dilakukan oleh salah satu pesilat yang mengenai tepat pada sasaran yaitu mulai dari bawah leher sampai ke atas kemaluan (bagian depan punggung, dan pinggang), serangan yang memiliki tenaga dan tidak terhalang oleh tangkisan. Harapan peneliti agar atlet IPSI pencak silat Kota Tapaktuan bisa menggunakan tendangan lurus dengan baik dan tepat sesuai dengan penilaian juri dalam pencak silat juga harapan peneliti atlet pencak silat kota Tapaktuan bisa menggunakan semua tendangan yang ada di dalam pencak silat tidak hanya focus pada satu dua tendangan.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penjelasan diatas maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Pada saat melakukan tendangan depan dan mengembalikan tendangan depan dalam keadaan posisi sikap pasang, selalu lambat dan juga kurangnya power dari tendangan tersebut sehingga pada saat melakukannya tendangan tidak terhitung point.
2. Pada saat melakukan tendangan depan dalam bentuk penyerangan, tendangan depan tersebut dapat di tangkap oleh lawan dan dijadikan bantingan.

3. Pada saat pertandingan para pesilat juga kalah poin dikarenakan pada saat menendang body tidak berbunyi dikarenakan kurangnya ketepatan dalam menendang dan adanya tangkapan sekaligus bantingan dikarenakan lambatnya tendangan yang masuk ke body sehingga mudah ditangkap oleh lawan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis tuliskan yang dikemukakan sebelumnya maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut.

“Bagaimana ketepatan tendangan lurus yang sah/poin dalam pertandingan pencak silat Atlet Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan ?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ketepatan tendangan lurus dalam mendapatkan point pada pertandingan pencak silat Atlet Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan.

1.5 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah menggunakan metode ini bisa melihat ketepatan tendangan lurus ?
2. Bagaimana dampak perubahan tendangan setelah melakukan tes pada atlet ?
3. Bagaimana poin tendangan yang sah saat melakukan tendangan lurus ?

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian pengembangan ini yaitu sebagai berikut:

1.1.1 Manfaat Teoritis

- a. Menambah pengetahuan bagi atlet-atlet yang khususnya dibidang olahraga pencak silat untuk meningkatkan prestasi.
- b. Khususnya bagi peneliti dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan serta melatih atlet-atlet tentang cabang olahraga pencak silat, yang khususnya mencari ketepatan poin untuk meningkatkan kualitas tendangan pada atlet pencak silat Binaan Koni yang ada di Kabupaten Aceh Selatan.

1.1.2 Manfaat Praktis

- a. Untuk menjadi bahan masukan kepada pelatih dalam rangka pembinaan, pengembangan atau peningkatan prestasi olahraga pencak silat.
- b. Sebagai wawasan serta pengetahuan dan informasi agar para atlet dapat mendalami teknik yang ada dalam pencak silat serta sebagai warisan budaya dan turut serta dalam upaya pelestarian olahraga pencak silat.
- c. Mengetahui kemampuan dari serangan atlet pada tendangan lurus sehingga komponen serangan dalam mendapatkan poin lebih efektif dan mudah dalam upaya mempercepat pencapaian tujuan.

1.7 Devinisi Operasional

Definisi Operasional Menurut Sugiyono (2015) dari penelitian (Gestari & Mariah, 2021), Pengertian definisi operasional dalam variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. dalam penelitian ini adalah analisis ketepatan tendangan lurus pada kategori laga dalam pencak silat. Kategori laga yang ada pada cabang olahraga pencak silat ini disusun oleh PERSILAT. Teknik tendangan lurus

memerlukan keseimbangan , ketepatan serta bentuk karena proses dari teknik tendangan lurus ini adalah mengangkat salah satu kaki ke sasaran body untuk mendapatkan poin yang dinilai sah oleh masing-masing juri.

1.7.1 Analisis

Menurut (Duma & Patandianan, 2019), Komaruddin (2001:53) Analisis adalah kegiatan berpikir untuk menguraikan suatu keseluruhan menjadi komponen sehingga dapat mengenal tanda-tanda komponen, hubungannya satu sama lain dan fungsi masing-masing dalam satu keseluruhan yang terpadu. Dalam penelitian (Y Septiani, E Arribe, 2020) Menurut Harahap dalam (Azwar, 2019) Pengertian analisis adalah memecahkan atau menguraikan sesuatu unit menjadi unit terkecil. Dari pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa analisis merupakan suatu kegiatan berfikir untuk menguraikan atau memecahkan suatu permasalahan dari unit menjadi unit terkecil.

1.7.2 Ketepatan Tendangan Lurus

Seperti yang dikatakan oleh Johansyah Lubis (2004:13) dalam (Nasution & Heri, 2017): “Jenis tendangan dalam pencak silat bermacam macam diantaranya, tendangan lurus, tendangan sabit, tendangan T, tendangan jejak dan tendangan belakang”. Dalam olahraga pencak silat tendangan sama pentingnya dengan teknik pukulan dan teknik yang lainnya, namun tendangan lebih cenderung menguntungkan, karena mempunyai nilai yang lebih tinggi, kekuatan yang lebih besar dan jangkauan yang lebih panjang. Dalam suatu pertandingan, teknik serangan berupa tendangan yang memiliki nilai 2 (dua). Tendangan yang dimaksud peneliti adalah teknik tendangan depan. Dari penelitian (Ranto, 2017)

Menurut Johansyah Lubis (2003:26) yaitu:“Tendangan depan atau tendangan lurus adalah serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap ke depan, dengan kenaannya pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati”. Dalam tendangan pencak silat yang dinyatakan poin yaitu tendangan yang mana pada saat menendang tepat ke body protector serta bertenaga dan terhalang dari tangkisan atau yang lain.

1.7.3 Pencak Silat

Pencak silat adalah salah satu olahraga beladiri yang berakar dari bangsa Melayu. Dari segi linguistik kawasan orang Melayu adalah kawasan Laut Teduh yang membentang dari Easter Island di sebelah timur ke pulau Madagaskar di sebelah barat. Lebih terinci dengan etnis Melayu biasanya disebut penduduk yang terdampar di kepulauan yang meliputi Malaysia, Indonesia, Singapura, Brunei Darusalam, Filipina dan beberapa pulau kecil yang berdekatan dengan negara-negara tersebut. Walaupun sebetulnya penduduk Melayu adalah suatu etnis di antara ratusan etnis yang mendiami kawasan itu (Oong Maryono, 2000: 3). *Silat* adalah intisari pencak untuk secara fisik membela diri dan tidak dapat digunakan untuk pertunjukan (Oong Maryono, 2000: 5) dalam (Bloom & Reenen, 2013). *Silat* adalah gerak bela-serang yang erat hubungannya dengan rohani, sehingga menhidup-suburkan naluri, menggerakkan hati nurani manusia dan berserah diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sama halnya diungkapkan oleh (Iswahyudi, 2016) mengatakan, *Pencak* adalah permainan (keahlian) untuk mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, mengelak dan sebagainya. Sedangkan *Silat* adalah kepandaian berkelahi dengan ketangkasan menyerang dengan membela diri.

1.7.4 Binaan Koni Aceh Selatan

Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) adalah lembaga otoritas keolahragaan di Indonesia yang memiliki beberapa cabang olahraga salah satunya yaitu Pencak Silat. Pencak Silat adalah salah satu olahraga yang berasal dari Negara Indonesia. Pencak Silat ini telah ada di Indonesia sejak lama dan ada hingga kini. Tetapi banyak olahraga lain yang banyak diminati oleh generasi sekarang, seperti menembak, sepak bola, angkat besi, renang, dan lain sebagainya. Sebagai generasi muda seharusnya kita lebih menyenangi budaya sendiri dari pada budaya orang lain. Pada setiap daerah selalu mempunyai atlet-atlet tangguh di setiap kelasnya. Seseorang yang ingin menjadi atlet harus mengikuti seleksi atlet binaan yang diadakan KONI. Proses seleksi atlet binaan KONI berdasarkan laporan prestasi atlet dari pelatih kota/kabupaten kepada KONI khususnya pada bidang binaan prestasi, setelah KONI menerima laporan prestasi atlet pihak KONI akan melakukan pengecekan laporan, apabila data tersebut telah disetujui maka atlet akan melakukan penandatanganan kontrak sebagai atlet binaan KONI Kabupaten Aceh Selatan. Adapun atlet binaan koni Aceh Selatan yaitu dari cabor Pencak Silat membutuhkan evaluasi dari program latihan yang diberikan oleh pelatih maka dari itu atlet binaan koni aceh selatan akan melakukan sebuah tes ketepatan tendangan lurus yang mana akan dinilai oleh juri dalam pencak silat adapun tujuan tes tersebut adalah untuk evaluasi peningkatan atlet binaan koni yaitu khusus nya pencak silat kategori tanding yang berada di kabupaten Aceh Selatan.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

2.1 Kajian Teoritis

2.1.1 Hakikat Pencak silat

Pencak silat merupakan seni bela diri Asia yang berakar dari budaya Melayu. Seni bela diri ini secara luas dikenal di Indonesia, Melayu, Brunei, dan Singapura. Tapi bisa pula ditemukan dalam berbagai variasi di berbagai Negara sesuai dengan penyebaran suku Melayu, seperti di Filipina Selatan dan Thailand selatan. Berkat peranan para pelatih asal Indonesia, saat ini Vietnam juga telah memiliki pesilat-pesilat yang tangguh.

Menurut (Suhardinata, 2021) Pencak silat merupakan salah satu seni bela diri dan termasuk bagian dari Kebudayaan Melayu, yang tergolong sebagai kelompok etnis dari berbagai negara di sebagian kawasan Asia Tenggara termasuk Indonesia (Kusuma, 2019, 1). Bahkan pencak silat sejak kepengurusan Edi M. Nalapraya telah berkembang pesat di seluruh dunia dengan wadah PERSILAT (Persekutuan Pencak Silat Antarbangsa) bahkan pendekar pencak silat sudah bermunculan di Eropa dan Amerika.

Pencak silat selain bela diri juga sebagai pembentuk sikap jiwa ksatria dan meningkatkan percaya diri. Hal ini dapat dikembangkan dalam kejuaraan yang meliputi kategori wiralaga dan kategori wiraloka.

(Purwanto Agung Nugroho Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, 2022) menjelaskan bahwa hakikat pencak silat adalah bela diri yang terdiri dari gerakan

jasmani yang lemah gemulai namun penuh tenaga dan dilandasi dengan rohani yang berbudi luhur. Dalam bela diri pencak silat ini mengandung unsur bela diri, olahraga, seni dan budaya yang berisi teknik pembelaan dan penyerangan.

(Nur Aziz Romansyah, Agus Wiyanto, utvi Hinda Zhannisa, 2014) menjelaskan bahwa ada empat aspek utama dalam pencak silat, yaitu aspek mental spritual, aspek seni budaya, aspek bela diri dan aspek olahraga.

Pencak Silat memiliki peran dalam kehidupan manusia diantaranya untuk menjadikan manusia tersebut menjadi sehat dan kuat, tangkas dan trampil, berjiwa kesatria dan penyabar serta menumbuhkan kepercayaan diri. Nilai luhur dalam pencak silat dikembangkan empat aspek dalam satu kesatuan, yaitu aspek spritual, aspek seni gerak, aspek beladiri, dan aspek olahraga. Oleh sebab itu ada beberapa aspek dalam pencak silat yaitu:

a. Aspek Mental Spritual

Pencak silat mengajarkan tentang bagaimana cara membentuk mental dengan memasukkan unsur keagamaan, dimana seorang pesilat tidak hanya belajar tentang bagaimana membeladiri namun juga harus mengedepankan pendekatan diri terhadap Tuhan Yang Maha Esa. Hal ini dilakukan agar menciptakan pesilat yang tangguh fisiknya dengan kemampuan ilmu beladiri pencak silat serta menjaga hubungan baik dengan Sang Pencipta, dengan cara menjauhi segala bentuk larangan-Nya dan mengerjakan segala bentuk perintah-Nya sehingga melahirkan pesilat yang bertaqwa dan berakhlak mulia.

Seorang pesilat harus mampu menjaga, melestarikan, serta membela nilai-nilai dalam kebudayaan seperti ketaqwaan, akhlak yang mulia, kesabaran, kedisiplinan dan ketekunan, kepahlawanan dan bela Negara, kejujuran, kepatuhan dan kesetiaan, serta mampu memberikan landasan berupa norma akan apa saja yang boleh dilakukan dan apasaja yang tidak boleh dilakukan dalam bersosial masyarakat. Hal ini dikarenakan setiap pesilat telah memiliki janji dan ikrar kepada perguruan silat masing-masing guna menjaga tradisi yang ditanam pada diri setiap pesilat agar terbentuknya mental spritual yang baik serta menciptakan pesilat yang tangguh, amanah dan tetap perpegang teguh pada keyakinan dan pendekatan diri kepada Sang Pencipta.

b. Aspek Beladiri

Pencak silat merupakan kemampuan yang dapat dijadikan seorang individu sebagai alat perlindungan diri dlam kehidupannya. Pencak silat bertujuan untuk memperkuat insting dan naluri individu untuk melindungi diri dari berbagai ancaman dan bahaya yang datang dari alam, binatang buas dan bahkan dari sesama manusia. Dimana pesilat atau individu yang telah memiliki ilmu silat dituntut agar mempergunakannya dengan baik dan benar serta menjauhkan diri dari sikap sombong dan angkuh serta niat untuk balas dendam. Pencak sialat merupakan beladiri yang terdiri dari beberapa jurus yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya sehingga menghasilkan gerakan beladiri tertentu yang akan dipergunakan oleh pesilat untuk kegunaan

yang mendesak atau untuk membela diri pada saat kondisi terancam akan bahaya.

Dalam proses latihan dan pembelajaran terhadap ilmu pencak silat, setiap pesilat dibekali dengan berbagai teknik, taktik dan jurus sebagai bentuk antisipasi apabila terjadi penindasan dan kekerasan fisik sebagai bentuk pembelaan diri atau pembelaan terhadap orang lain yang sedang berada dalam kondisi terancam. Menurut Mulyana ada empat komponen dalam gerakan pencak silat yaitu komponen penyangga, komponen penggerak, komponen belaan, dan komponen serangan, yang mana setiap komponen tersebut digunakan dalam bentuk gerakan pasang kuda-kuda, langkah, hindaran/ tangkisan dan serangan (pukulan, tendangan dan kuncian). Semua itu dilakukan oleh setiap pesilat dalam keadaan terancam atau kondisi berbahaya yang mengarah kepada penindasan fisik serta dilakukan dengan sigap dan tangkas, insting dan refleks yang bagus, hal tersebut guna melumpuhkan bukan untuk membunuh.

c. Aspek Kesenian

Pencak silat dikatakan sebagai bentuk kesenian dikarenakan dalam setiap gerakan dalam pencak silat terdapat unsur seni atau keindahan. Pada hakikatnya unsur kesenian dan beladiri dalam pencak silat tidak dapat dipisahkan, hal ini terlihat pada struktur gerakan yang dimiliki yakni sikap pasang/ kuda-kuda, sikap langkah, belaan/ tangkisan, dan serangan, yang mana setiap gerakan tersebut memiliki keindahan tersendiri. Hanya saja terdapat perbedaan antara pencak silat kesenian dengan pencak silat beladiri.

Dimana pencak silat kesenian memiliki nilai estetik untuk diperagakan atau dalam penampilan tertentu dengan mengedepankan nilai keindahan gerak.

d. Aspek Olahraga

Aspek olahraga dalam pencak silat sangat penting. Pesilat mencoba menyesuaikan pikiran dengan olah tubuh. Kompetisi ialah bagian aspek ini. Aspek olahraga meliputi pertandingan dan demonstrasi bentuk-bentuk jurus, baik untuk tunggal, ganda, atau regu.

Bentuk pencak silat dan padepokannya (tempat berlatihnya) berbeda satu sama lain. Keadaan itu sesuai dengan aspek-aspek yang ditekankan. Banyak aliran yang menemukan asalnya dari pengamatan atas perkelahian binatang liar. Silat harimau dan silat monyet ialah dari contoh dari aliran-aliran tersebut. Adapun yang berpendapat bahwa aspek bela diri dan olahraga, baik fisik maupun pernapasan, adalah awal dari pengembangan silat. Aspek olahraga dan aspek bela diri inilah yang telah membuat pencak silat menjadi terkenal di Eropa.

Bagaimanapun, banyak yang berpendapat bahwa pokok-pokok dari pencak silat terhilangkan, atau dipermudah, saat pencak silat bergabung pada dunia olahraga. Oleh karena itu, sebagian praktisi silat tetap memfokuskan pada bentuk tradisional atau spiritual dari pencak silat, dan tidak mengikuti keanggotaan dan peraturan yang di tempuh oleh persilat, sebagai organisasi pengatur pencak silat sedunia.

Dalam perkembangan pencak silat di pengaruhi oleh beladiri asing, seperti wushu cina dan karate dari Jepang. Hal ini menjadikan pencak silat semakin kaya akan teknik-tekniknya. Aliran pencak silat sangat banyak, hampir setiap daerah

memiliki aliran-aliran tersendiri. Beberapa aliran yang terkenal yaitu aliran Cimande (jawa barat), Cikalong (jawa barat) Sahbandar (jawa barat) Silek Tuo (Minangkabau) dan Bawean (jawa timur).

Menurut Lubis (2004:4) Di Indonesia, perguruan-perguruan pencak silat biasa ditemukan dengan mudah di berbagai daerah, termaksud sebagai kegiatan ekstrakurikuler disekolah-sekolah baik di SD, SMP, SMA atau sederajatnya sampai di perguruan tinggi. Sebagaimana aliran di Indonesia begitu banyak maka, banyak juga perguruan pencak silat yang berada di Indonesia.

IPSI merupakan induk organisasi pencak silat di Indonesia, yang didirikan pada tanggal 18 mei 1948 di Surakarta, Jawa Tengah yang diprakasai oleh Mr. Wongsonegoro yang saat ini menjabat sebagai ketua pusat kebudayaan Kedu.

Dalam pembentukan induk organisasi IPSI, ada 10 perguruan historis yang menjadi pelopor pendirinya antara lain: 1) Tapak suci, 2) Phasadja Mataram, 3) Persai Harimurti, 4) Persaudaraan Setia Hati Terate, 5) Perisai Diri, 6) Perisai Putih, 8) KPSN Nusantara, 9) Putra Betawi, 10) PPSI.

Pertandingan resmi pencak silat diatur oleh IPSI, kategori yang di pertandingkan antara lain yaitu, pertandingan kategori tanding, pertandingan kategori seni tunggal, pertandingan kategori seni ganda atau berpasangan dan pertandingan kategori seni beregu.

Pertandingan kategori tanding adalah pertarungan pencak silat dengan aturan khusus. Pertandingan ini dilaksanakan di gedung tertutup atau gelanggang yang alasnya matras tebal maksimal 5 cm, permukaan rata dan tidak memantul, berukuran 10 x 10 m dengan warna dasar hijau dan bidang tanding berbentuk

lingkaran dalam bidang gelanggang dengan garis tengah 8 m. Pada tengah-tengah dibuat lingkaran dengan garis tengah 3 m, lebar garis 5 cm, dengan sudut merah dan biru, serta sudut netral.

Dalam pertandingan kategori tanding, Pesilat saling berhadapan dengan menggunakan unsur pembelaan dan serangan pencak silat, yaitu menangkis / mengelak, menekan sasaran dan menjatuhkan lawan. Dengan menerapkan kaidah-kaidah pencak silat serta mematuhi larangan-larangan yang ditentukan.

Menurut Lubis (2004:39) Nilai kemenangan di berikan berdasarkan enam ketentuan yaitu: 1) Menang Angka, 2) Menang Teknik, 3) Menang Mutlak, 4) Menang WMP (Wasit Menghentikan Pertandingan), 5) Menang W.O (Weight Over) dan 6) Menang diskualifikasi.

Pertandingan kategori seni tunggal, seni ganda dan seni beregu adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahirannya jurus yang di bakukan secara benar, tepat dan penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan bersenjata. Senjata standar yang dipakai antara lain adalah golok dan tongkat.

Senjata yang digunakan dalam pencak silat adalah golok dengan tongkat. Ukuran golok 30 s/d 40 cm dan tongkat terbuat dari rotan dengan ukuran panjang antara 150 s/d 180 cm, dan garis tengah 2.5 s/d 3.5 cm.

Olahraga pencak silat mulai dipertandingkan secara resmi pada penyelenggaraan PON ke VII di Jakarta dengan menampilkan kategori tanding dan kategori seni. Istilah tanding dulu di kenal istilah pencak silat olahraga, kemudian berkembang menjadi wiralaga, dan sekarang menjadi kategori tanding.

Pembagian kelas untuk kategori tanding dibedakan berdasarkan dengan berat badan, penggolongan menurut umur dan jenis kelamin. Kelas berdasarkan berat, sejak tahun 1999, yang sering di pertandingkan golongan dewasa putra dan putri yaitu dari kelas A s/d J dengan berat badan untuk kelas A mulai dari 45s/d 50 Kg. Sedangkan pertandingan golongan remaja putra dan putri yaitu dari kelas A s/d I dengan berat badan untuk kelas A mulai 39 s/d 42 Kg.

Untuk kategori seni dulu dikenal dengan istilah pencak silat seni, kemudian menjadi wiragana (seni silat tunggal) putra dan putri, wirasanga (seni silat berpasangan) putra dan putri, serta wiraloka (seni silat beregu). Akan tetapi, sekarang lebih dikenal dengan istilah seni tunggal, seni ganda, dan seni beregu).

2.1.2 Teknik Dasar Pencak Silat

Pencak Silat sendiri memiliki beberapa teknik-teknik dasar dalam pelaksanaannya. Adapun teknik-teknik tersebut berupa sikap pasang, pukulan, tendangan, tangkisan/ helakan, serangan, bantingan, serkelan, guntingan dan sebagainya lagi. Dalam pertandingan pencak silat sendiri ada dua kategori pertandingan yaitu laga dan seni, dimana pada pertandingan laga ditentukan oleh berat badan pesilat sedang kan pada kategori seni terbagi menjadi seni tunggal baku, seni ganda dan seni regu baku.

Seperti yang dikemukakan oleh Johansyah Lubis (2004: 5) yaitu; “dalam peraturan PERSILAT (Persatuan Pencak Silat Antar Bangsa) Bab I dikatakan bahwa: kategori tanding/ laga dimana pertandingan yang memperjumpakan dua orang pesilat dari sudut yang berbeda untuk melakukan pertandingan dengan kaidah pencak silat seperti serangan, pertahanan dan juga memperoleh poin

sebanyak-banyaknya pada target yang telah dipakai dalam bentuk Body Protector pada keduanya. Pada pertandingan tersebut teknik, taktik dan semangat juang dari masing-masing pesilat akan menentukan kemenangan bagi pesilat tersebut”. Adapun teknik-teknik dasar dalam pencak silat sebagai berikut:

a. Sikap Pasang

Sikap pasang merupakan sikap dimana pesilat akan bersiap-siap sebelum melakukan serangan atau pertahanan, sikap pasang pada pencak silat sendiri beragam bentuknya sesuai aliran dan perguruan yang dimiliki oleh pesilat tersebut. Menurut Johansyah Lubis (2004: 10), sikap pasang merupakan taktik dalam mempersiapkan diri ketika melawan musuh yang memiliki pola serangan atau bentuk pola pertahanan. Apabila ditinjau dari segi beladiri, sikap pasang adalah kondisi siap tempur yang optimal. Pada pelaksanaannya sikap pasang merupakan bentuk kombinasi dari kuda-kuda dengan kekreatifitasan gerakan tangan dan rubuh.

Dengan kata lain sikap pasang merupakan kuda-kuda yang kokoh seorang pesilat. Berikut bentuk kuda-kuda sikap pasang seorang pesilat:



Gambar 2.1 sikap pasang, dikutip dari Johansyah Lubis (2004:10)

b. Pola Langkah

Pola Langkah merupakan gerakan kaki memindahkan dan mengubah posisi tubuh guna mendekati dan menjauhi jarak dari lawan. Pola Langkah merupakan teknik dimana pesilat akan mencari posisi yang menguntungkan untuk dapat melakukan gerakan serangan atau pertahanan. Pola Langkah juga berkombinasi dengan gerakan kuda-kuda yang kokoh agar tetap kokoh dan fleksibel pada saat melakukannya.

c. Pukulan

Pukulan merupakan serangan menggunakan tangan dengan cara mengepalkan tangan dengan kuat dan mengarah lurus menuju target/ lawan. Menurut Johansyah Lubis (2004: 22), pukulan merupakan serangan tangan yang dilakukan dengan cara mengepalkan tangan dan diarahkan kesasaran atau target yaitu area badan baik bagian depan maupun bagian belakang lawan. Dengan bagian titik sasaran atas, bagian tengah dan bagian bawah tubuh lawan. Teknik pukulan dalam pertandingan Pencak Silat ada beberapa macam diantaranya:



Gambar 2.2 pukulan ,dikutip dari Johansyah Lubis (2004:22)

1. Pukulan Depan

Merupakan pukulan yang menggunakan kepalan tangan dengan lintasan lurus kedepan. Proses gerakannya dilakukan dengan dibantu

dorongan bahu dan pinggul untuk memperoleh bentuk dan kekuatan yang optimal. Jenis pukulan lurus ini bisa dilakukan dengan dua cara yaitu: (1) dengan posisi tangan yang digunakan untuk menyerang, sejajar dengan posisi kaki yang berada di depan atau disebut pukulan jab, (2) dengan posisi tangan yang digunakan untuk menyerang, tidak sejajar dengan posisi kaki yang berada di depan disebut dengan straight. Cara melakukan pukulan depan dengan menggunakan kuda-kuda kiri/kanan, depan serta posisi tangan menyilang didepan dada, tangan yang akan memukul jari-jarinya dikepal selaras diarahkan kearah sasaran yaitu dada, perut, dan punggung.

2. Pukulan Bandul

Merupakan serangan pukulan menggunakan kepalan tangan dengan proses gerakannya tangan ditekuk kedada dengan kondisi jari-jari yang dikepal lalu diayunkan kearah sasaran atau target baik itu ke bagian perut, ulu hati lawan.

3. Pukulan Samping

Merupakan serangan Pukulan yang menggunakan kepalan tangandengan lintasannya dari samping menuju arah depan atau lurus, dengan sikap kuda-kuda kaki kiri depan serta kedua tangan bersiap didepan dada, selanjutnya tangan kanan memukul dari bagian dalam ke bagian luar dengan menggunakan kepalan punggung tangan, sasaran pukulan ini adalah punggung dan dada.

d. Tendangan

Tendangan merupakan bentuk serangan menggunakan kaki yang mengarah pada sasaran atau target. Menurut Johansyah Lubis (2004: 26), tendangan merupakan serangan kaki, dimana sasaran yang sah apabila tendangan tersebut mengenai area tubuh bagian dada perut, punggung dan pinggang lawan. Serangan tendangan terdiri dari beberapa jenis tendangan yaitu:

1. Tendangan Lurus

Tendangan Lurus merupakan serangan yang menggunakan satu kaki dan tungkai, lintasannya mengarah ke depan dengan posisi badan menghadap kedepan, perkenaannya yaitu posisi pangkal jari-jari kaki bagian dalam dengan sasaran atau target yaitu ulu hati, dada, pinggang dan punggung, tendangan ini memiliki variasi yaitu dengan menggunakan sedikit lompatan. Dalam pelaksanaannya tendangan lurus sangat mudah untuk diperagakan dan sering digunakan atlet atau pesilat dalam pertandingan, dengan mengkombinasikan teknik-teknik serangan yang berbeda akan menciptakan bentuk variasi terhadap tendangan ini. Dimana tujuan dari tendangan ini yakni untuk mendapat sasaran tendangan secara cepat dan tepat di tubuh lawan.

2. Tendangan Sabit

Tendangan Sabit merupakan serangan menggunakan kaki dengan lintasan tendangan membentuk gerakan setengah lingkaran, yaitu dengan cara mengayunkan kaki samping luar menuju samping dalam dengan tujuan mengarah ke sasaran atau target. Tendangan ini akan efisien apabila dikombinasikan dengan kekuatan dan kecepatan serta dibantu dengan

tungkai atas dan tungkai bawah kemudian diluncurkan seiring perputaran pinggul.

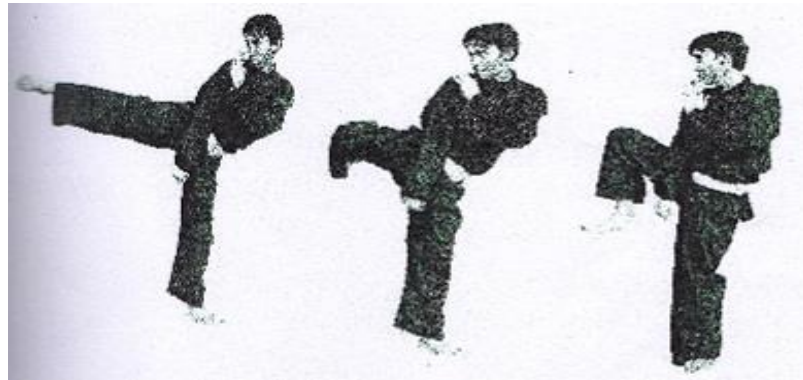
3. Tendangan Belakang

Tendangan Belakang dilakukan dengan cara memberi tendangan yang membelakangi lawan, dengan awalan langkah silang serta membalikan badan ke arah lawan lalu mengangkat kaki dan mendorong paha serta dibantu dengan dorongan pinggul perkenaannya dengan tumit belakang telapak kaki. Sasaran dari tendangan ini adalah bagian ulu hati, dada dan perut. Dalam pertandingan Pencak Silat teknik tendangan belakang ini sering digunakan pada saat atlet bertahan dari serangan lawan.

4. Tendangan T

Tendangan ini merupakan serangan yang menggunakan satu kaki dan tungkai, lintasan dari tendangan ini mengarah ke depan dan posisi badan juga menghadap kedepan, dengan perkenaannya menggunakan telapak kaki penuh, sifat dari tendangan ini mendorong lawan, sasarannya adalah bagian dada. Dalam pertandingan Pencak Silat tendangan jejak digunakan untuk mendorong lawan dengan menggunakan telapak kaki penuh, posisi angkatan kaki agak sedikit tinggi dengan tujuan untuk mengecoh dan mengganggu konsentrasi lawan. Tendangan jejak sering disebut dengan tendangan “T” yaitu tendangan yang dilakukan dengan arah kedepan dengan telapak kaki yang mengarah kesamping dengan

menggunakan dorongan pinggul sehingga kekuatan tendangan lebih maksimal.



Gambar 2.3 tendangan, dikutip dari Johansyah Lubis (2004:26)

e. Teknik Sapuan

Sapuan merupakan teknik yang bertujuan untuk menjatuhkan (teknik jatuhan) lawan dengan menggunakan kaki dari arah bawah, teknik jatuhan menggunakan sapuan bisa dilakukan dari depan maupun belakang. Menurut Johansyah Lubis (2004: 30), sapuan merupakan teknik serangan yang dilakukan dengan cara menyapu kaki lawan menggunakan telapak kaki yang sasarannya mengarah kebawah mata kaki lawan, hal ini bertujuan untuk menjatuhkan lawan. Ada beberapa jenis teknik sapuan yaitu, Sapuan tegak, Sapuan rebah (circle), sabetan, beset. Sapuan merupakan suatu teknik pembelaan menyerang dengan point yang sama dengan jatuhan.



Gambar 2.4 teknik sapuan. dikutip dari Johansyah Lubis (2004: 30)

f. Teknik Guntingan

Teknik Guntingan merupakan gerakan yang dilakukan dengan menjepit tungkai kaki lawan, yaitu dibagian lutut dan pinggang sampai lawan terjatuh, guntingan juga di hitung sebagai jatuhan.

Johansyah Lubis (2004: 32), Teknik Guntingan merupakan teknik menjatuhkan lawan yang dilakukan dengan cara menjepit kedua tungkai kak lawan, pada sasaran pinggang atau tungkai lawan hingga lawan terjatuh. Guntingan merupakan upaya menjatuhkan lawan dengan menyepit kaki lawan dengan teknik menggunting. Gerakan teknik berpola dan terarah, jika teknik guntingan dilakukan dengan menarik lawan atau upaya menciderai, maka teknik tersebut tidak sah di lakukan dan jika dilakukan pengulangan selama 3 kali secara berturut, atlet tersebut akan dikenakan potongan nilai/ poin.

2.1.3 Hakikat Tendangan Lurus

Gerak dasar pencak silat adalah suatu gerak yang terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali yang mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan yaitu aspek mental spiritual, beladiri, olahraga, dan seni budaya. Dengan demikian pencak silat merupakan cabang olahraga yang cukup lengkap untuk dipelajari karena memiliki empat aspek yang merupakan satu kesatuan utuh dan tidak dapat dipisahkan.

Dalam pencak silat tidak semua teknik-teknik dasar digunakan dan dimainkan dengan ketentuan yang berlaku dalam kategori yang tanding, termaksud tendangan. Dalam pencak silat ada beberapa macam tekniktendangan yang biasa digunakan, salah satunya teknik tendangan lurus.

Kemampuan tendangan lurus (depan) merupakan salah satu teknik tendangan yang turut menentukan keberhasilan untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam olahraga pencak silat. Menurut (Faqhrizal et al., 2020), menyatakan bahwa untuk mencapai prestasi yang baik dalam cabang olahraga, maka perlu unsur kemampuan biomotorik seperti kecepatan kekuatan daya tahan, power, ketepatan, kelenturan, dan keseimbangan. Dalam mempelajari atau melatih tendangan banyak latihan yang di perlukan antara lain :

Tendangan lurus adalah tendangan yang di lakukan dengan posisi awal di mana salah satu kaki melangkah kedepan dan kaki yang di gerakan untuk menendang adalah kaki bagian depan. Tendangan lurus sering digunakan meraih poin pada saat berhadapan. Untuk melakukan tendangan lurus yang baik diperlukan adanya unsur kondisi fisik yang dibutuhkan dalam melakukan gerakan tersebut guna menunjang pelaksanaan gerakan dengan baik dan benar. Pada saat melakukan tendangan lurus sebelum kaki diayunkan kesamping maka dimulai dengan lutut ditekuk. Hal ini sangat penting dalam kecepatan tendangan terutama apabila lawan dalam posisi jarak dekat. Kemudian juga dalam melakukan tendangan, posisi badan lurus ke depan dan pandangan kedepan untuk menjaga keseimbangan dan serangan dari lawan.

Menurut (Gustama et al., 2021), tendangan lurus adalah serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap kedepan dengan perkenaan pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran antara ulu hati dan dagu. Untuk menghasilkan power dan

tendangan lurus yang sempurna kaki diayunkan kedepan semaksimal lalu hempaskan pada focus sasaran.

Teknik dari “Tendangan lurus yaitu yang menggunakan ujung kaki dengan tungkai lurus”. Menurut Kriswanto (2015: 71) dalam penelitian (Meranti Raya Nomor et al., 2021). Tendangan ini mengarah ke depan pada sasaran dengan meluruskan tungkai sampai ujung kaki. Bagian kaki yang kena saat menendang adalah pangkal bagian dalam jari-jari kaki. Posisi badan menghadap ke sasaran. Dianalisa dari teknik gerakkannya maka langkah pertama yang dilakukan adalah berdiri pada posisi sikap pasang yang baik, kemudian angkat lutut setinggi pinggang. Kedua, julurkan tungkai bawah kedepan diikuti oleh dorongan pinggul searah tendangan. Kunci lutut (untuk latihan dengan tenaga penuh, hindari cara mengunci lutut ini) dan rasakan bahwa kaki (yang menendang) telah benar-benar berada dalam posisi lurus. Selanjutnya tarik tungkai bawah anda dan kembali pada posisi semula.

Keuntungan dan kekurangan dari tendangan depan yaitu tendangan mendapatkan posisi istimewa dalam pencaksilat tendangan depan sering digunakan untuk memulai ataupun mendahului serangan lawan, lebih mudah mengenai sasaran, karena lintasannya lurus ke depan dan perkenaannya pada ujung telapak kaki. Kelemahan dari tendangan ini adalah jika gerak balikan tidak cepat maka sangat mudah tendangan tersebut untuk ditangkap. Kondisi fisik sangat memberi dukungan terhadap kecepatan tendangan depan, sehingga harus dilatih dan dikembangkan secara maksimal. Tujuannya adalah agar diperoleh hasil tendangan yang benarbenar optimal dan efektif.

Menurut (Sari, 2019), tendangan depan merupakan serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap ke depan, dengan kenaannya pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati dan dagu. Sedangkan menurut Kriswanto (2015:71) dalam penelitian (Jaelani O.A 2020), tendangan depan yaitu tendangan yang menggunakan ujung kaki dengan tungkai lurus. Tendangan ini mengarah ke depan pada sasaran dengan meluruskan tungkai sampai ujung kaki. Bagian kaki yang kena saat menendang adalah pangkal bagian dalam jari-jari kaki. Posisi badan menghadap ke sasaran.



Gambar 2.5 tendangan lurus, dikutip dari Johansyah Lubis (2004:26)

Menurut Johansyah Lubis (2014:26) di dalam penelitian Pelawi, E. (2022). Tendangan depan yaitu serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap ke depan dan kenaannya pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati dan dagu. Berdasarkan pengertian diatas menurut Ansori Ikhsan (2019:110) Tendangan depan mendapat posisi khusus dalam Pencak Silat karena tendangan depan adalah Teknik yang sering digunakan untuk memulai atau menyusul serangan lawan dan

dianggap sangat efisien untuk jarak pendek..” Idealnya tendangan lurus dilakukan dengan kudakuda kokoh dan tegap, salah satu kaki ke depan dan sedikit di tekuk, kaki yang di belakang lurus dan tumit kaki belakang sejajar dengan tumit kaki depan, kedua tangan berada di depan dada dengan keadaan siap, pada saat akan melakukan tendangan, pelaksanaannya adalah dengan cara mengangkat lutut terlebih dahulu ke arah depan kemudian meluruskan bagian tungkai kaki. Tendangan jenis ini sangat cocok digunakan untuk pertarungan jarak jauh, dan bagi pesilat yang memiliki tungkai yang panjang sangat efektif digunakan karena jangkauannya pasti lebih panjang pula. Kelemahan dari tendangan ini adalah jika gerak balikan tidak cepat maka sangat mudah tendangan tersebut untuk ditangkap.

“Tendangan lurus yaitu serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya kearah depan dengan posisi badan menghadap kedepan, dengana kenaannya pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati dan dagu,”. Menurut (Wardoyo & Fitranto, 2021) “tendangan merupakan teknik dan taktik serangan yang dilaksanakan dengan menggunakan tungkai dan kaki sebagai komponen menyerang.” Ada beberapa teknik dasar tendangan dalam pencak silat. Namun, hanya beberapa tendangan yang digunakan dalam kategori tanding, yaitu tendangan depan, tendangan t, tendangan belakang, dan tendangan sabit. Keempat tendangan ini merupakan tendangan yang sering digunakan dalam pertandingan kategori laga. Dari beberapa teknik dasar yang ada dalam olahraga pencak silat tendangan sabit merupakan teknik yang banyak di gunakan saat pertandingan. Oleh karena itu seorang siswa harus memiliki tendangan sabit yang baik dan tepat agar dapat memperoleh point. Tendangan lurus, serangan yang menggunakan

sebelah kaki dan tungkai, lintannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap kedepan, dengan kenaannya pangkal jari-jari bagian dalam, dengan sasaran ulu hati, menurut Lubis (2004:26).

2.1.4 Hakikat Latihan

Upaya pengembangan dalam peningkatan prestasi olahraga salah satunya adalah latihan yang terprogram dengan baik dan benar. Menurut Harsono dalam penelitian (Chan, 2012)) latihan atau *training* adalah suatu proses berlatih yang sistimatis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Banyak orang yang merasa berlatih tapi sebenarnya tidak. Hal ini sesuai dengan beberapa ahli telah memberikan pengertian tentang latihan dengan penekanan yang berbeda, namun pada prinsipnya senantiasa mengacu pada proses sebagai manakah yang dikemukakan dalam penelitian (Arifin, 2018) Latihan adalah proses penyempurnaan fisik dan mental atlet secara sistematis untuk mencapai mutu maksimal dengan diberi beban fisik dan mental secara teratur, terarah, meningkat dan berulang-ulang waktunya.

Sebagai olahragawan masalah latihan sudah merupakan makanan sehari-hari jika ingin berprestasi. Karena latihan dalam pengertian sekarang selalu dikaitkan dengan usaha untuk meningkatkan prestasi ataupun mempertahankan prestasi.

Dalam penelitian (Subarjah, 2013) menurut (Harsono 1988) menjelaskan bahwa tujuan utama pelatihan olahraga adalah untuk meningkatkan keterampilan atau prestasi semaksimal mungkin. Untuk mencapai tujuan itu ada empat aspek

latihan yang perlu dilatih secara saksama yaitu: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental.

Hal ini juga dipertegas oleh (Subarjah, 2013) di dalam penelitiannya mengemukakan bahwa “tujuan utama latihan adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan prestasi olahraga semaksimal mungkin, untuk mencapai tujuan itu ada empat aspek latihan yang perlu di perhatikan yaitu: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik dan latihan moral.

Berdasarkan teori-teori yang telah dijelaskan di atas, maka penulis berkesimpulan bahwa latihan adalah sebuah proses yang dilakukan secara sistimatis dan terencana untuk memiliki kecepatan dan kekuatan yang sempurna sehingga latihan teknik maupun latihan yang lainnya akan memperoleh hasil yang baik sesuai dengan kebutuhan atlet meningkatkan prestasi olahraganya.

2.1.5 Hakikat Penilaian Poin Dalam Pencak Silat

Secara khusus sistem perhitungan poin dalam pencak silat tidak diketahui banyak pihak. Dikutip dari buku Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII, Pencak silat atau silat adalah suatu seni beladiri tradisional yang berasal dari Indonesia. Seni beladiri ini secara luas dikenal di Indonesia, Malaysia, Brunei, dan Singapura, Filipina Selatan, dan Thailand Selatan sesuai dengan penyebaran berbagai suku bangsa di Nusantara. Setiap olahraga pastinya akan selalu ada sebuah peraturan khusus. Dalam pencak silat, salah satu aturannya adalah perhitungan poin dalam pertandingan.

2.1.6 Sistem Penghitungan Poin Dalam Pencak Silat

Dikutip dari buku Pencak Silat oleh Erwin Setyo Kriswanto ketentuan peraturan pertandingan yang telah ditetapkan oleh PB IPSI tahun 2016.

ada beberapa sistem penilaian dalam pencak silat, yaitu:

1.2 Penilaian

- **Ketentuan Nilai:**

Nilai Prestasi Teknik

- Nilai 1 Serangan dengan tangan yang masuk pada sasaran tanpa terhalang.
- Nilai 2 Serangan dengan kaki yang masuk pada sasaran tanpa terhalang.
- Nilai 3 Teknik serangan langsung yang berhasil menjatuhkan lawan.
- Nilai 4 Berhasil menangkap serangan lawan, diikuti dengan keberhasilan menjatuhkan lawan atau mengunci lawan.

Pengurangan nilai hukuman :

- Nilai -1 (kurang 1) diberikan bila pesilat mendapat Teguran.
- Nilai -2 (kurang 2) diberikan bila pesilat mendapat Teguran II.
- Nilai -5 (kurang 5) diberikan bila pesilat mendapat Peringatan I.
- Nilai -10 (kurang 10) diberikan bila pesilat mendapat Peringatan II.

- **Penentuan Kemenangan**

- *Menang angka*

- Bila jumlah Juri yang terbanyak menentukan menang atas seorang pesilat lebih banyak dari pada lawan. Penentuan kemenangan dilaksanakan oleh masing-masing Juri.
- Bila terjadi hasil nilai yang sama maka pemenang ditentukan berdasarkan urutan penilaian berikut:
 - Mendapat nilai hukuman yang rendah.
 - Mendapat nilai teknik yang terbanyak mengikut urutan berikut: nilai 1+3, 3, 1+2, 2, 1+1, 1.

Menang Teknik

Pemenang diumumkan sebagai menang teknik jika:

- Lawan tidak dapat melanjutkan pertandingan atas permintaan sendiri.
- Keputusan wasit
- Atas permintaan pedamping
- Keputusan Dokter Pertandingan.

2.2 Kerangka Berfikir

Dari uraian teori para pakar memberikan penjelasan bahwa untuk meningkatkan kemampuan ketepatan tendangan depan (lurus), maka salah satu yang perlu mendapat perhatian adalah ketepatan poin dari tendangan lurus.

Dalam kaitannya dengan mencari ketepatan tendangan lurus merupakan aktifitas yang efisien. Peningkatan keterampilan tendangan lurus dalam cabang olahraga pencak silat dapat ditingkatkan dengan metode analisis untuk mencari salah satu serangan dari tendangan untuk mendapatkan poin dalam olahraga pencak silat.

2.3 Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang terdahulu melakukan pengumpulan teori-teori tentang instrument tes ketepatan *shooting pada pemain sepakbola* yang didapat pada jurnal atau penelitian terdahulu yang sudah teruji keasliannya yang mana penelitian ini berjudul “Pengembangan Instrumen Tes Ketepatan Shooting Pada Pemain Sepakbola Usia 18 Sampai 23 Tahun. Peneliti menemukan ada 2 macam instrumen tes ketepatan *shooting* yang pertama dibuat oleh Nur Hasan dan Cholil pada tahun 2007, kedua dibuat oleh Daral Fauzi pada tahun 2009, yang ketiga Analisis Ketepatan Penilaian Pukulan dan Tendangan pada Pertandingan Pencak silat Menggunakan *Sensor Accelerometer*. (Novia Rozalini et al., 2020) , dan yang keempat Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun (Anam & Suharjana, 2015)

Ada beberapa penelitian terdahulu yang mengaitkan tentang tentang ketepatan tendangan diantaranya 3 penelitian terkait ketepatan tendangan dalam olahraga Sepakbola dan 1 penelitian dalam olahraga pencak silat yaitu ketepatan tendangan yang dilakukan masing-masing juri dengan menggunakan alat sensor didalam Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan, 8(2), 61-70. Rozalini, N., & Rahmat, Z. (2020).

Sedangkan dalam penelitian ini lebih focus ke 1 tendangan yaitu tendangan lurus dengan sistem penilaian para juri secara manual, untuk melihat ketepatan tendangan masing-masing juri menilai dengan form penilaian selama 3 babak saat atlet melakukan tes/simulasi pertandingan, dengan demikian dapat

disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan tergolong masih baru dan belum banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Metode penelitian deskriptif kualitatif dapat diartikan sebagai metode yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat angka yang dianalisis, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Metode penelitian yang digunakan adalah pengumpulan data analisis ketepatan poin tendangan lurus pencak silat, dimana dalam meneliti suatu obyek guna mendapatkan gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, serta hubungan atas kejadian yang diteliti (Nazir, 2009: 56). Karakteristik penelitian kualitatif adalah sebagai berikut:

- (1) Penelitian dilakukan pada kondisi alamiah
- (2) Penelitian lebih menekankan pada proses
- (3) Analisis data secara induktif
- (4) Penelitian lebih menekankan pada makna. (Sugiyanto, 2007: 21).

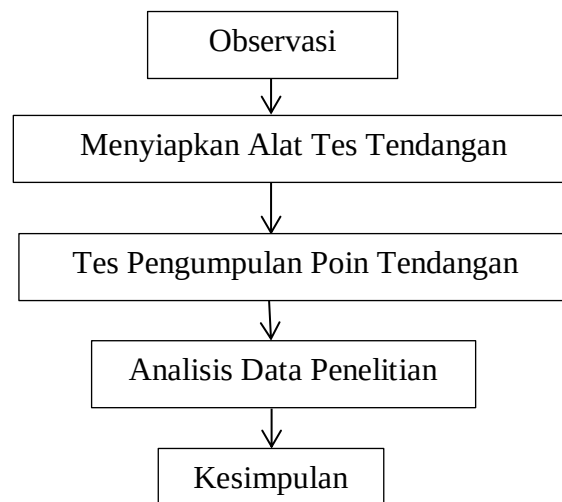
Penelitian ini bertujuan untuk pengambilan data atau informasi tentang populasi dengan menggunakan sampel yang relatif kecil (Bambang Sudibyo Samad, 2012: 1). Dalam penelitian ini metode yang digunakan

menganalisis ketepatan tendangan lurus pencak silat dalam mendapatkan poin.

3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan merupakan rencana tentang cara mengumpulkan dan menganalisis data suatu tendangan dalam pencak silat agar dilaksanakan secara ekonomis serta serasi dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai. Lebih lanjut (Fadli, 2021) menjelaskan bahwa : “Desain penelitian atau desain penelitian adalah merupakan rencana tentang cara mengumpulkan dan menganalisis data agar dapat dilaksanakan secara ekonomis serta serasi dengan tujuan penelitian itu”.

Adapun desain dalam penelitian ini analisis ketepatan tendangan lurus untuk mendapatkan poin dalam pertandingan pencak silat digunakan untuk mengumpulkan data yaitu dengan menggunakan sampel pengambilan data tendangan lurus dengan formulir tes, dan analisis data. Adapun tahapan rancangan dalam penelitian ini ialah :



3.3 Data Dan Sumber Data Penelitian

3.3.1 Data Primer

Menurut Sugiyono (2018:456) di dalam penelitian (Fauzani & Nellyaningsih, 2019) Data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan. Peneliti menggunakan tes ketepatan tendangan lurus masing-masing atlet yang kategori tanding yang mana atlet yang akan dites terdiri dari beberapa atlet yang akan diambil untuk tes yaitu, atlet usia dini (SD/MI) sederajat 4 putra dan 2 putri, atlet remaja (SMP/SMA) sederajat 2 putra dan 6 putri, atlet dewasa (17 tahun ke atas) 2 putra dan 2 putri, dari semua ciri tersebut total semua atlet adalah 18 atlet pencak silat binaan koni Kabupaten Aceh Selatan.

Menurut Hasan (2002: 82) data primer ialah data yang diperoleh atau dikumpulkan langsung di lapangan oleh orang yang melakukan penelitian atau yang bersangkutan yang memerlukannya. Data primer di dapat dari sumber informan yaitu individu atau perseorangan seperti hasil tes tendangan yang dilakukan oleh peneliti.

Tabel 3.1 Nama dan Jumlah Atlet Binaan Koni Aceh Selatan

No	Nama Atlet	Jenis Kelamin	Kategori	Proses Tanding
1.	Ardi	Laki-laki	Usia Dini	2 Tahun
2.	Muhammad Raziq	Laki-laki	Usia Dini	2 Tahun
3.	Raffa	Laki-laki	Usia Dini	2 Tahun

4.	Zayyan	Laki-laki	Usia Dini	2 Tahun
5.	Mavaza	Perempuan	Usia Dini	2 Tahun
6.	Syifa	Perumpuan	Usia Dini	2 Tahun
7.	Nabil Phona	Laki-laki	Remaja	2 Tahun
8.	Miftahul Rizki	Laki-laki	Remaja	5 Tahun
9.	Ikhwan Nasufa	Laki-laki	Remaja	3 Tahun
10.	Haikal Novrian	Laki-laki	Remaja	3 Tahun
11.	Eka	Perempuan	Remaja	2 Tahun
12.	Tasya Amanda	Perempuan	Remaja	4 Tahun
13.	Fazila Nasution	Perempuan	Remaja	4 Tahun
14.	Haura	Perempuan	Remaja	2 Tahun
15.	Fikri Rossa	Laki-laki	Dewasa	3 Tahun
16.	Arib Fakri Rossa	Laki-laki	Dewasa	2 Tahun
17.	Cinta Aprilia Salma	Perempuan	Dewasa	5 Tahun
18.	Fatia Azwa Salifa	Perempuan	Dewasa	6 Tahun

Sumber : *Pengurus Cabang IPSI Aceh Selatan*

3.3.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh orang yang melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada (Hasan, 2002: 58).

Di dalam penelitian (Lahabu et al., 2021), data ini digunakan untuk mendukung informasi primer yang telah diperoleh yaitu dari bahan pustaka, literatur, penelitian terdahulu, buku, dan lain sebagainya.

Menurut Sugiyono (2018:456) data sekunder yaitu sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah para juri dalam pencak silat yang akan mengumpulkan atau membantu mengumpulkan data yang akan diteliti.

Tabel 3.2 Nama Wasit/Juri Pencak Silat Aceh Selatan

No	Nama Wasit	Kategori Wasit
1.	Muzli Raden, S.T	Internasional
2.	Samsudiar	Nasional
3.	Heru Susanto	Daerah
4.	Fachrurrazi Rais	Wasit Cabang

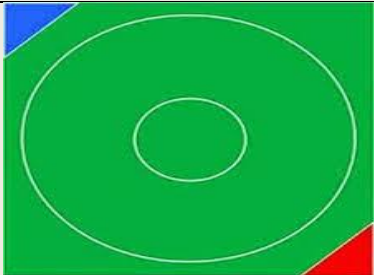
Sumber : *Pengurus Cabang IPSI Aceh Selatan*

3.4 Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

1. Instrumen penelitian

Menurut (Yuliana et al., 2021) instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk mengumpulkan data, instrument penelitian ini dapat berupa kuesioner, formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya.

Tabel 3.3. Alat yang digunakan saat tes.

Nama Alat	Kegunaan	Gambar
Formulir Tes	Pengambilan tes ketepatan tendangan lurus	
Body Protector	Pengaman body	
Matras	Lapangan tes	
Stopwatch	Waktu Tes	

(Sumber : www.google.com)

2. Tes dan Pengukuran

a . Tes

Tes adalah instrument atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek (Ismaryati, 2006) di dalam penelitian (Darumoyo 2022). Sedangkan menurut Miller (2002) tes adalah sebuah instrumen atau alat yang digunakan di dalam suatu pengukuran. Jika kita menggunakan suatu alat untuk mengukur dengan tujuan untuk mendapatkan informasi/data tentang seseorang atau objek maka alat tersebut dinamakan tes. Sedangkan menurut Nurhasan (2001) tes merupakan alat yang digunakan untuk memperoleh informasi atau data dari suatu objek yang diukur. Data yang diperoleh merupakan atribut atau sifat-sifat dari individu atau objek yang kita ukur.

b . Pengukuran

Pengukuran ialah proses pengumpulan data atau informasi yang dilakukan secara objektif (Ismaryati, 2006). (Miller, 2002) Proses pengumpulan data atau informasi tentang suatu objek atau individu tersebut, dimulai dari persiapan alat-alat ukur sampai dengan diperolehnya hasil (bisa berupa jarak, waktu, frekuensi satuan ukuran lainnya). Nurhasan (2001) menjelaskan bahwa pengukuran merupakan proses pengumpulan data atau informasi dari suatu objek tertentu. Dapat disimpulkan bahwa pengukuran merupakan suatu proses mulai dari persiapan alat tes, pelaksanaan sampai dengan mendapatkan hasil tes.

3. Pengumpulan Data

a . Mengumpulkan Data Penilaian Tendangan Lurus

Pelaksanaan penelitian ini terdiri dari 2 orang pesilat yang mana 2 orang pesilat tersebut berada disudutnya masing-masing yaitu sudut merah dan sudut biru dengan menggunakan body protector yang mana para atlet melakukan sparing dalam bentuk pra pertandingan dan yang akan diambil penilaian poin tendangan lurus yang sah yang mana pengambil tersebut terdiri dari 3 babak. Juri menilai serangan yang dilakukan oleh salah satu pesilat yang mengenai tepat pada sasaran yaitu mulai dari bawah leher sampai ke atas kemaluan (bagian depan punggung, dan pinggang), serangan yang memiliki tenaga dan tidak terhalang oleh tangkisan dalam penilaian juri memakai peraturan PB IPSI terbaru tahun 2016.

Dari hasil perhitungan data tes ketepatan tendangan lurus dalam olahraga pencak silat dapat ditransformasikan pada penentuan patokan skala persentase. Kriteria patokan tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4 Kriteria Ketepatan Tendangan

Kategori	Putra	Putri
Baik Sekali (BS)	>25	>24
Baik (B)	20-24	19-23
Cukup (C)	17-19	16-18
Kurang (K)	15-16	13-15
Kurang Sekali (KS)	<14	<12

Sumber : Johansyah Lubis (2015 : 98)

b. Tabel Tes

Tabel tes merupakan alat pengambilan data masing-masing atlet yang akan diambil oleh 3 juri untuk menentukan hasil nilai dari ketepatan tendangan lurus dalam cabang olahraga pencak silat serta untuk mengetahui hasil dari penelitian tersebut .

c. Dokumentasi

(Bilal, Arpan Islami 2020) Dalam penelitiannya dokumentasi asal katanya adalah dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dokumentasi-dokumentasi peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya. Metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan melihat sumber-sumber dokumen yang ada kaitannya dengan jenis data yang diperlukan. Metode dokumentasi adalah cara yang efisien untuk melengkapi kekurangan dan kelemahan metode observasi. Metode ini digunakan untuk memperoleh data-data seperti foto, arsip-arsip dan dokumen-dokumen pendukung berupa foto-foto tes , sertifikat atlet jika ada , absensi jadwal latihan, data juri. Penggunaan metode dokumentasi dalam penelitian ini diharapkan dapat membantu mengumpulkan informasi yang benar-benar akurat, sehingga dapat menambah kevalidan hasil penelitian.

Setelah analisis data penelitian didapatkan dengan melakukan tes, maka untuk selanjutnya melakukan pengolahan data dengan menggunakan rumus-rumus yang sesuai dengan yang diperlukan. Data terkumpul tersebut selanjutnya diolah

dengan menghitung persentase digunakan rumus yang dikemukakan oleh (Ari Kunto, 2021) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = persentase

f = frekuensi

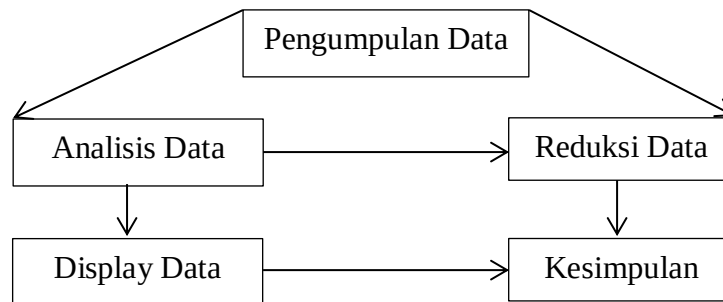
N = jumlah sampel yang akan menjadi objek penelitian

3.5 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan setelah peneliti mendapatkan data dan informasi dari penelitian Sudjiono (2005:92). Setelah pengambilan tes yang dilakukan oleh atlet dapat dan akan dianalisis dengan menggunakan beberapa kali tes dan lihat pada tes tersebut berapa kali serangan yang akan menghasilkan poin yang sah dan efektif . Analisis dapat dilihat dari tahapan tendangan lurus yang menghasilkan tendangan saat atlet melakukannya pada masing-masing atlet pencak silat kota tapaktuan.

Menurut miles dan huberman, terdapat tiga teknik analisis data kualitatif yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Dapat diperhatikan dalam gambar skema analisis data. Sugiyono (2014:337) (model Miles dan Huberman, 1922):



Gambar 3.1 Skema Analisis Data Model Miles dan Huberman

Sumber : *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 8(2), 61-70. Rozalini, N., & Rahmat, Z. (2020).

a. Reduksi Data

Data yang diperoleh lapangan berupa nilai getaran dan penilaian juri. Sugiyono (2014:247) menyatakan bahwa: mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil data penilaian juri yang menyatakan nilai tendangan lurus yang sah, dengan nilai yang jelas dari tendangan lurus, dalam pencak silat nilai tendangan (2) yang sah jika serangan dengan kaki masuk pada sasaran tanpa terhalang oleh tangkisan, hindaran serta elakan, yang sesuai dengan peraturan pertandingan 2016 dalam buku *Teori dan Praktek Pencak Silat* (2016) karya Amjad E dan Silvia Mega.

b. Display Data.

Dalam penelitian ini langkah analisis data nya adalah dengan memulai penyajian data dalam bentuk tabel yang menjelaskan hasil pengumpulan

data dilapangan, dimana tendangan lurus yang sah dan menghasilkan poin, hasil pengumpulan data yang dikumpulkan dari penilaian setiap juri-juri.

c. Kesimpulan

Dalam penelitian ini yang mana atlet pencak silat binaan koni aceh selatan melakukan suatu tendangan lurus yang sah masuk pada sasaran tanpa terhalang oleh tangkisan, hindaran serta elakan, juga bertenaga dalam melakukan tendangan yang dinilai masing-masing juri dalam pencak silat, yang mana para atlet melakukan sparing dengan menggunakan body protector dalam bentuk pra pertandingan dan yang akan diambil penilaian poin tendangan lurus yang sah dinilai.

3.6 Tempat Dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian adalah di Tapaktuan, Kabupaten Aceh Selatan, Provinsi Aceh, waktu penelitian dilaksanakan selama kurang lebih 1 minggu. Lokasi tersebut dipilih atas pertimbangan besar, karena lokasi tersebut memiliki permasalahan yang ingin diteliti dan dapat menyediakan data yang dibutuhkan.

BAB IV

DATA DAN TEMUAN PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini merupakan rangkaian pelaksanaan penelitian yang sudah dilaksanakan pada atlet pencak silat binaan koni Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2023. Hasil penelitian yang didapat dari proses pengisian formulir yang diberikan kepada masing-masing juri pada saat tes telah diperoleh dan akan ekstrak kedalam bentuk table dan diagram guna mempermudah proses pengolahan data serta memudahkan pembahasan untuk dapat merumuskan kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian.

Jumlah formulir penilaian yang disebarakan sebanyak 27 rangkap yang dibagi oleh masing-masing juri pencak silat sesuai dengan jumlah sampel penelitian yang ditujukan kepada para atlet pencak silat binaan koni kabupaten Aceh Selatan tahun 2023. Formulir penilaian peneliti sebarakan pada tanggal 06 Juni 2023. Dari formulir penilaian yang peneliti kumpulkan, selanjutnya peneliti melakukan proses pengolahan data serta penafsiran lebih lanjut. Langkah yang peneliti lakukan yakni melakukan penghitungan terhadap frekuensi dari masing-masing hasil yang terdapat dalam masing-masing penilaian dari 3 juri dan kemudian melakukan penghitungan hasil dari masing-masing atlet yang sudah di tes.

Disini peneliti memperjelaskan bahwasanya penyajian terhadap pengolahan data dari formulir penilaian akan disajikan dalam bentuk tabel hasil

yang telah didapatkan dari masing-masing atlet binaan koni kabupaten Aceh Selatan. Berikut akan digambarkan hasil dari penelitian yang didapatkan dari para sampel pada judul Analisis Ketepatan Tendangan Lurus Untuk Mendapatkan Point Pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan tahun 2023. Hasil yang peneliti peroleh dari pernyataan para sampel dari judul di atas dapat dilihat pada table berikut:

4.1.1 Rekapitulasi Hasil Penelitian Ketepatan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan kepada para Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Data hasil

4.1 Data Hasil Rata-Rata Poin Seluruh Atlet

No	Nama Atlet	Jenis Kelamin	Kategori	Jumlah Poin
1.	Miftahul Rizki	Laki-laki	Remaja	30
2.	Eka	Perempuan	Remaja	24
3.	Tasya Amanda	Perempuan	Remaja	20
4.	Ikhwan Nasufa	Laki-laki	Remaja	16
5.	Mavaza	Perempuan	Usia Dini	12
6.	Cinta Aprilia Salma	Perempuan	Dewasa	10
7.	Fazila Nasution	Perempuan	Remaja	10
8.	Haikal Novrian	Laki-laki	Remaja	8

9.	Fikri Rossa	Laki-laki	Dewasa	8
10.	Raziq	Laki-laki	Usia Dini	8
11.	Ardi	Laki-laki	Usia Dini	8
12.	Zayan	Laki-laki	Usia Dini	6
13.	Syifa	Perumpuan	Usia Dini	6
14.	Fatia Azwa Salifa	Perempuan	Dewasa	2
15.	Arib Fakri Rossa	Laki-laki	Dewasa	2
16.	Haura	Perempuan	Remaja	2
17.	Nabil Phona	Laki-laki	Remaja	2
18.	Rafa	Laki-laki	Usia Dini	0

Dari hasil tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet yang mendapatkan nilai terbaik atas nama Miftahul Rizki dengan perolehan poin tertinggi 30 dan disusul oleh Eka dengan jumlah poin 24 dari 2 nama tersebut nilai yang tertinggi diurutan ketiga atas nama Tasya Amanda dengan jumlah poin 20 , dan disusul oleh Atlet lain yang mendapatkan poin setelah urutan ketiga yaitu 16,12,10,8,6,2 dan hasil terendah 0 poin. Data diatas merupakan hasil keseluruhan dari masing-masing atlet yang telah dites dan dinilai oleh 3 juri Pencak Silat dengan menggunakan peraturan terbaru PB IPSI tahun 2016. selanjutnya akan diuraikan dan analisis seluruh hasil poin dari setiap kategori dalam penelitian di dalam tabel.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan dari rekapitulasi hasil penelitian ketepatan tendangan lurus Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan yang telah ditetapkan maka dari itu akan diuraikan hasil dari penilai para juri dari masing-masing kategori yang ada sebagai berikut:

Tabel 4.2 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Dewasa Putri.

JURI	Fathiya Azwa	Cinta Aprillia P	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	0	2	DEWASA (PI)
II	2	4	
III	0	4	
HASIL	2	10	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Dewasa Putri sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 5 tendangan lurus dengan jumlah poin 10 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 1 tendangan dengan jumlah poin 2 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut biru dengan jumlah poin 10 dari 5 tendangan.

Tabel 4.3 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Dewasa Putra

JURI	Fikri Rosa	Arib Fakri Rosa	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	2	0	DEWASA (PA)
II	6	0	
III	0	2	
HASIL	8	2	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Dewasa Putra sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 1 tendangan lurus dengan jumlah poin 2 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 4 tendangan dengan jumlah poin 8 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut merah dengan jumlah poin 8 dari 4 tendangan.

Tabel 4.4 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Remaja Putri

JURI	Fazila Nasution	Haura	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	4	2	REMAJA (PI)
II	4	0	
III	2	0	
HASIL	10	2	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Remaja Putri sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 5 tendangan lurus dengan jumlah poin 10 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 1 tendangan dengan jumlah poin 2 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut merah dengan jumlah poin 10 dari 5 tendangan.

Tabel 4.5 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Remaja Putri

JURI	Eka	Tasya Amanda	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	10	6	REMAJA (PI)
II	6	8	
III	8	6	
HASIL	24	20	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Remaja Putri sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 10 tendangan lurus dengan jumlah poin 20 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 12 tendangan dengan jumlah poin 24 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut merah dengan jumlah poin 24 dari 12 tendangan.

Tabel 4.6 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Remaja Putra

JURI	Nabil Phona	Haikal Novrian	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	0	2	REMAJA (PA)
II	0	2	
III	2	4	
HASIL	2	8	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Remaja Putra sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 4 tendangan lurus dengan jumlah poin 8 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 1 tendangan dengan jumlah poin 2 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut biru dengan jumlah poin 8 dari 4 tendangan.

Tabel 4.7 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Remaja Putra

JURI	Miftahul Rizki	Ikhwan Nasufa	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	6	2	REMAJA (PA)
II	10	6	
III	14	8	
HASIL	30	16	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Remaja Putra sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 8 tendangan lurus dengan jumlah poin 16 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 15 tendangan dengan jumlah poin 30 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut merah dengan jumlah poin 30 dari 15 tendangan.

Tabel 4.8 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Usia Dini (PI)

JURI	Syifa	Mavaza	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	2	4	USIA DINI (PI)
II	2	4	
III	2	4	
HASIL	6	12	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Usia Dini Putri sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 6 tendangan lurus dengan jumlah poin 12 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 3 tendangan dengan jumlah poin 6 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut biru dengan jumlah poin 12 dari 6 tendangan.

Tabel 4.9 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Usia Dini (PA)

JURI	Rafa	Ardi	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	0	2	USIA DINI (PA)
II	0	2	
III	0	4	
HASIL	0	8	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Usia Dini Putra sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 4 tendangan lurus dengan jumlah poin 8 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 0 tendangan dengan jumlah poin 0 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut biru dengan jumlah poin 8 dari 4 tendangan.

Tabel 4.10 Data Hasil Tendangan Lurus Oleh Juri Pada Kategori Usia Dini

JURI	Mhd Raziq	Zayan	KATEGORI
	SUDUT MERAH	SUDUT BIRU	
I	0	2	USIA DINI (PA)
II	2	4	
III	6	0	
HASIL	8	6	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data bahwa atlet kategori Usia Dini Putra sudut biru melakukan tendangan lurus sebanyak 3 tendangan lurus dengan jumlah poin 6 dari penilaian keseluruhan juri dan atlet sudut merah melakukan tendangan lurus sebanyak 4 tendangan dengan jumlah poin 8 dari penilaian keseluruhan juri, maka dari itu hasil poin terbanyak didapatkan oleh sudut merah dengan jumlah poin 8 dari 4 tendangan.

Berdasarkan dari hasil data yang telah dikumpulkan pada para Atlet Pencak Silat Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan mengenai ketepatan tendangan lurus yang dinilai oleh juri dalam pencak silat dengan jumlah atlet sebanyak 18 atlet, atlet usia dini (SD/MI) sederajat 4 putra dan 2 putri, atlet remaja (SMP/SMA) sederajat 2 putra dan 6 putri, atlet dewasa (17 tahun ke atas) 2 putra dan 2 putri, Berikut akan dipaparkan hasil persentase keseluruhan atlet.

4.11 Data Hasil Persentase Atlet Dari Penilaian Tendangan Lurus

KATEGORI	FREKUENSI	%
Sangat Baik (SB)	2	11,1
Baik (B)	1	5,5
Kurang (K)	2	11,1
Sangat Kurang (SK)	13	72,2
	18	100

Berdasarkan butiran hasil data atlet dari tendangan lurus yang dinilai oleh seluruh juri pada tabel 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, dapat disimpulkan bahwa atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan pada indikator mendapatkan sebesar 11,1% Sangat Baik, 5,5% Baik, 11,1% Kurang, dan 72,2% Sangat Kurang. Dari data diatas hanya 2 orang atlet yang mendapatkan Persentase Sangat Baik (SB), 1 orang mendapatkan persentase Baik (B), 2 Orang mendapatkan persentase Kurang (K), dan 13 Orang mendapatkan persentase Sangat Kurang (SK).

Pencak silat merupakan seni beladiri yang merupakan bagian dalam kebudayaan tradisional bangsa Indonesia. Dalam perkembangan modern saat ini pencak silat tidak lagi sekedar sebagai sarana seni beladiri, melainkan uga upaya dalam memelihara kesehatan dan juga bagian dari pendidikan (Haryanti, 2018). Dalam penelitian olahraga pencak silat di Kabupaten Aceh Selatan peneliti meneliti tentang ketepatan dalam menendang yaitu tendangan lurus yang mana atlet diambil untuk melakukan tes yang dinilai oleh juri dalam pencak silat.

Dalam Penelitian (Gustama et al., 2021) Kemampuan tendangan lurus merupakan salah satu teknik tendangan yang turut menentukan keberhasilan untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam olahraga pencak silat. Sedangkan

Menurut Johansyah Lubis (2004:12) dalam penelitian (Arifin & Nur, 2014) Tendangan lurus adalah serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya kearah depan dengan posisi badan menghadap kedepan, dengan kenaannya pangkal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati dan dagu. Bila kita mampu menendang dalam arti memasukkan tenaga dengan benar yaitu tendangan ke arah tubuh (bagian badan) lawan pastilah harus mengangkat paha. Paha akan terangkat datar baru dilanjutkan dengan tendangan sesuai dengan bentuk dan lintasannya. Dengan sendirinya teknik sangat berkaitan dengan posisi dan sikap kedudukan lawan. Bila kita lancarkan tendangan, kaki akan berdiri / bertumpu pada satu kaki dan memerlukan kekuatan tumpuan, keseimbangan dan kecepatan yang baik pula. Dalam olahraga pencak silat penggunaan variasi bagian kaki terdiri dari: punggung kaki, telapak kaki, ujung kaki dan sisi kaki.

Dari hasil penelitian dan analisis data diatas, peneliti merangkumkan beberapa hal dari hasil penelitian yang meliputi bahwa atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan saat menggunakan tendangan lurus pada indikator sebesar 11,1% Sangat Baik, 5,5% Baik, 11,1% Kurang, dan 72,2% Sangat Kurang. Dari data diatas hanya 2 orang atlet yang mendapatkan Persentase Sangat Baik (SB), 1 orang mendapatkan persentase Baik (B), 2 Orang mendapatkan persentase Kurang (K), dan 13 Orang mendapatkan persentase Sangat Kurang (SK). Dalam hal ini dari keseluruhan atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan pada saat melakukan tendangan lurus dapat dilihat dari hasil persentase diatas rata-rata masih banyak atlet yang kurang dalam melakukan tendangan lurus.

BAB V

PENUTUP

5.2 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bagaimana ketepatan tendangan lurus yang sah/poin yang digunakan saat pertandingan pencak silat pada Atlet Binaan Koni Kabupaten Aceh Selatan. Dimana dari hasil penelitian dan pengolahan data didapatkan hasil 11,1% Sangat Baik, 5,5% Baik, 11,1% Kurang, dan 72,2% Sangat Kurang. Dari data diatas hanya 2 orang atlet yang mendapatkan Persentase Sangat Baik (SB), 1 orang mendapatkan persentase Baik (B), 2 Orang mendapatkan persentase Kurang (K), dan 13 Orang mendapatkan persentase Sangat Kurang (SK). Sehingga dapat disimpulkan bahwa atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan masih kurang dalam melakukan tendangan lurus dikarenakan kurang tepat atau kurang bertenaga dalam menendang juga terkena bagian tangan saat menendang sehingga tendangannya kurang tepat.

Dengan diperolehnya hasil penelitian melalui formulir yang telah diisi oleh para juri saat melakukan tes, maka perlunya pelatih membentuk kegiatan latihan tendangan olahraga pencak silat guna untuk melatih semua ketepatan dari tendangan, power, serta potensi tendangan saat atlet pencak silat binaan koni kabupaten aceh selatan saat bertanding.

5.2 Saran

Berdasarkan dari data hasil penelitian yang peneliti peroleh, peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut:

Kepada para Pelatih olahraga pencak silat agar hobi, potensi, bakat dan atlet dapat tersalurkan secara terlatih dan terbimbing. Selain itu juga dampak positif dari olahraga pencak silat tersebut dapat membuat tubuh atlet menjadi lebih sehat, kuat dan bugar, atlet dapat meraih prestasi, pendidikan karakter yang berlandaskan pada nilai-nilai pencak silat, serta menjadi generasi muda pencinta dan pelestari budaya bangsa Indonesia.

Kepada Pelatih Pencak Silat di Kabupaten Aceh Selatan agar dapat memberikan motivasi kepada setiap atlet dalam latihan juga para pelatih mengevaluasi program latihan dan khususnya latihan tendangan agar para atlet tidak hanya condong pada 1 atau 2 tendangan tetapi atlet bisa melakukan semua tendangan yang ada dalam olahraga pencak silat.

Kepada Peneliti lain agar dapat terus berupaya mencari acuan untuk meningkatkan kecintaan terhadap budaya bangsa pencak silat terkhusus dikalangan atlet-atlet. Agar kedepan kita tidak kehabisan para pendekar yang berkarakter dan tangguh baik secara moral maupun prestasi.

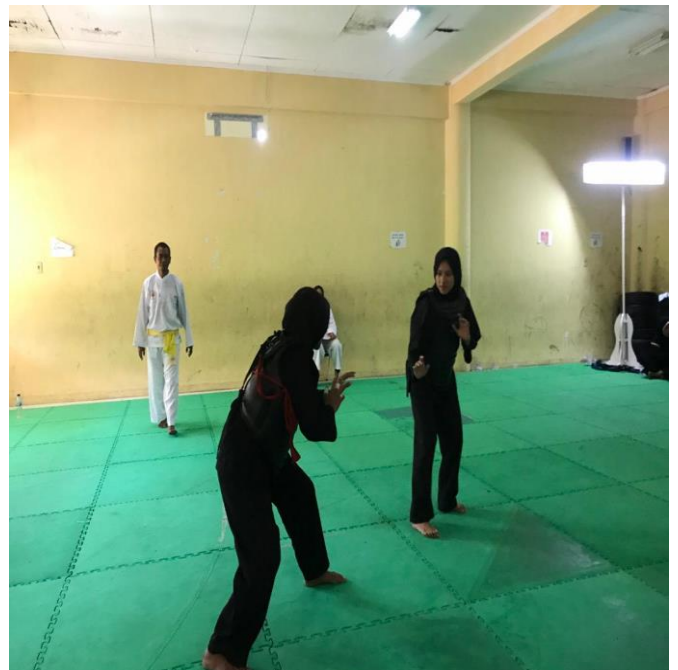
Lampiran 1. Foto dan Dokumentasi Atlet Saat Tes

Foto : ATLET KATEGORI REMAJA



Note : Atlet Melakukan Sparring Yang Dinilai Oleh Masing-Masing Juri

Foto : ATLET KATEGORI DEWASA



Note : Atlet Melakukan Sparring Yang Dinilai Oleh Masing-Masing Juri

Foto : ATLET KATEGORI USIA DINI



Note : Atlet Melakukan Sparring Yang Dinilai Oleh Masing-Masing Juri

Foto : WASIT/JURI PENCAK SILAT



Note : Juri Menilai Dan Memberi Arahan Kepada Atlet Saat Tes/Simulasi Pertandingan

Foto : WASIT/JURI PENCAK SILAT



Note : Juri Menilai Dan Memberi Arahan Kepada Atlet Saat Tes/Simulasi Pertandingan

Foto : FOTO BERSAMA ATLET DAN WASIT/JURI PENCAK SILAT KAB.ACEH SELATAN



Formulir Penilaian Tendangan Lurus Pencak Silat.

Nama :
 Umur :
 Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan

Lampiran 2. Lembar tes kemampuan ketepatan tendangan lurus

TENDANGAN LURUS	BABAK I		BABAK II		BABAK III		HASIL	
	MERAH	BIRU	MERAH	BIRU	MERAH	BIRU	MERAH	BIRU
JURI I								
JURI II								
JURI III								

DAFTAR PUSTAKA

- Azahrah, F. R., Afrinaldi, R., & Fahrudin. (2021). Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X Se- Kecamatan Majalaya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531–538. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5209565>
- Arifin, H. S., & Nur, W. (2014). Pengaruh Latihan Split Squat Jump Terhadap Peningkatan Kecepatan Tendangan Lurus Pada Atlet Perguruan Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate. *Jurnal Multilateral*, 13(2), 140–150.
- Anam, K., & Suharjana, S. (2015). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Pedagogi Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1), 14–25. <https://doi.org/10.21831/jpok.v1i1.41>
- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadaptingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal AL-MUDARRIS*, 1(1), 22. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>
- Bilal, Arpan Islami, and Linda Ayu Darmurtika. "Penggunaan Metode Diskusi Kelompok Model Kepala Bernomor dalam Meningkatkan Kemampuan Menulis Puisi Siswa Kelas VIII SMPN 5 Praya Timur." *Jurnal Ilmiah Telaah* 5.2 (2020): 36-40
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Duma, S. Y., & Patandianan, K. (2019). Analisis Kemampuan Berpikir Siswa

- Kelas VIII A SMP Negeri 4 Rantetayo Berdasarkan Teori Van Hiele. *Kiip*, 8(1), 27–31.
- Darumoyo, Kuncoro Darumoyo, et al. "The Test and Measurement to Football and Futsal Coaches in Ngawi." *IJCE (Indonesian Journal of Community Engagement)* 3.2 (2022): 49-53.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Fauzani, S. M., & Nellyaningsih. (2019). Tinjauan Personal Selling Pada Pt Bank Negara Indonesia Jpk Di Bandung Tahun 2019. *E-Proceeding of Applied Science*, 5(2), 899–908.
- Faqhrizal, R., Hutomo, H. S., Karlina, M. K., Jayanti, D., Pd, S., & Or, M. (2020). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai , Keseimbangan Dinamis Dan Kelentukan Dengan Ketepatan Passing Pada Permainan Futsal Di Club Academy Happytuti Surakarta Tahun 2020 . 000.*
- Gustama, K., Firlando, R., & Syafutra, W. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Keterampilan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 29–39.
- Gestari, R. D., & Mariah. (2021). Pengaruh Brand Image dan Kualitas Layanan Terhadap Minat Beli Pada JD.ID di Jakarta. *Jurnal Bisnis Dan Komunikasi*, 8(1), 8.
- Gustama, K., Firlando, R., & Syafutra, W. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot

- Tungkai dengan Keterampilan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 29–39. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2860>
- Hidayat, S. (2019). Pengaruh Latihan Plaiometrik Alternate Leg Bound Dan Scissor Jump Terhadap Frekuensi. *Umg*, 1–14.
- Iswahyudi, B. (2016). Pencak Silat Sebagai Media Dakwah (Analisis Semiotika Pembukaan Pencak Silat Pagar Nusa). *Al-Mishbah, July*, 1–23.
- Jaelani, O. A. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Tendangan Lurus (Depan) Pencak Silat melalui Modifikasi Alat Bantu pada Peserta Didik Kelas XI IPS 5 SMA N 1 SIMO Boyolali Tahun Ajaran 2019/2020.
- Lucius, Rino Lusiyono. *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Interaktif Pencak Silat Berbasis Google Sites*. Diss. IKIP PGRI PONTIANAK, 2023.
- Lahabu, S. Y., Djou, D., & Muslimin, M. (2021). Kesantunan Berbahasa Di Sma Negeri I Dulupi Kabupaten Boalemo Dan Implementasinya Dalam Pembelajaran. *Reduplikasi: Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/10.37905/rjppbi.v1i1.540>
- Meranti Raya Nomor, J., Bengkulu, K., Chrisdianto, M., Satinem, Y., & Suhdy, M. (2021). Analisis Teknik Dasar Pencak Silat PSHT Rayon Lubuk Kupang Ranting Lubuklinggau Selatan 1 Affiliation: 1. STKIP PGRI Lubuklinggau Corresponding. *Educative Sportive-EduSport*, 2(1), 21–26.
- Nasution, J. N., & Heri, Z. (2017). Pengaruh Latihan Tendangan Depan Dari

- Posisi Jongkok Dengan Latihan Menggunakan Beban Di Kaki Terhadap Hasil Kecepatan Tendangan Depan Pada Atlet Pencak Silat Putra Perguruan Harimau Hijaiyah Langkat Kabupaten Langkat Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1(1), 86–100. <https://doi.org/10.21009/jsce.01107>
- Nur Aziz Romansyah, Agus Wiyanto, utvi Hinda Zhannisa, dan S. (2014). *Tingkat Kecemasan Dan Stress Atlet Cabang Beladiri Menjelang Kompetisi Porsenasma Tahun 2017*. 60160965.
- Novia Rozalini, Irfandi, & Zikrur Rahmat. (2020). JUDGES 'PERCEPTION ANALYSIS IN ASSESSMENT OF HITS AND Kicks IN PENCAK SILAT COMPETITION USING ACCELEROMETER SENSORS. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 8(2), 61–70.
- Pelawi, E. (2022). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI).
- Purwanto Agung Nugroho Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, S. (2022). *BELADIRI (Bagi Guru dan Pelatih)*.
- Ranto, Y. (2017). Perbandingan Metode Mengajar Elementer Dengan Metode Global Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Tendangan Depan Pencak Silat. *Jurnal Dewantara, III*, 70–82.
- Sari, A. A. (2019). *Kontribusi Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate*

Cabang Indragiri Hulu Kecamatan <https://repository.uir.ac.id/7713/>

Sekarningrum, D. A. (2021). Oleh Diajeng Ayu Sekarningrum Mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Sendratasik , Fakultas Bahasa dan Seni , Universitas Negeri Surabaya. *APRON Jurnal Pemikiran Seni Pertunjukan*.

Suhardinata. (2021). Kiprah IPSI sebagai Organisasi Pencak Silat Terkemuka di Indonesia, 1948-1997. *Historiografi*, 2(1), 32–41. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/historiografi/article/view/30956>

Subarjah, H. (2013). Latihan Kondisi Fisik. *Educacion*, 53(9), 266–276.

Y Septiani, E Arribe, R. D. (2020). Analisis Kualitas Layanan Sistem Informasi Akademik Universitas Abdurbab Terhadap Kepuasan Pengguna Menggunakan Metode Servqual. *Jurnal Teknologi Dan Open Source*, 3(1), 131–143.

Wardoyo, H., & Fitranto, D. N. (2021). Kemampuan Teknik Guntingan Kategori Tanding Atlet Pencak Silat DKI Jakarta Pada Kualifikasi Pra PON 2020 Technical Skills Of Cutting Category Of Athletes Pencak Silat DKI Jakarta In Pra PON 2020 Qualification. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education*, 5, 55–62.

Yuliana, B., Gummah, S., & Sukroyanti, B. A. (2021). Penggunaan Google Form sebagai Alat Evaluasi Pelajaran Fisika Kelas X. *Lensa: Jurnal Kependidikan Fisika*, 9(2), 178. <https://doi.org/10.33394/j-lkf.v9i2.4691>



UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
**FAKULTAS KEGURUAN DAN
ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Tangul Krueng Lamnyong No. 34 Rukoh, Banda Aceh 23112 Indonesia | bbg.ac.id | info@bbg.ac.id | +62 823-2121-1883



Nomor : 1867131013/FI/KM/VI/2023
Lampiran : -
Hal : *Izin Melaksanakan Penelitian Skripsi*

Kepada Yth,
Kepala Koni Aceh Selatan
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar sudi kiranya memberi izin kepada yang namanya tersebut di bawah ini :

Nama : **Fito Putra Indrominoto**
NIM : **19111040038**
Program Studi : **S1 Pendidikan Jasmani**

Untuk mengumpulkan data-data Atlet Pencak Silat dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

“Analisis Ketepatan Tendangan Lurus untuk Mendapatkan Point pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan”.

Atas pemberian izin dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 16 Juni 2023

Dekan FKIP,

Dr. Mardhatillah, M.Pd

Dr. Mardhatillah, M.Pd
NIDN: 1312049101



Komite Olahraga Nasional Indonesia Kabupaten Aceh Selatan

Sekretariat : Jln. Merdeka, Ruko Reklamasi Pantai No.06 Tapaktuan - Email : koni_acehselatan@yahoo.com

Nomor : 2.3/KONI-AS/VII/2023
Lamp : ,-
Perihal : **Rekomendasi Telah Melaksanakan
Penelitian Skripsi**

Tapaktuan, 16 Juli 2023

Kepada Yth.
**Dekan FKIP Universitas Bina Bangsa
Getsempena**
Di -
Banda Aceh

Salam Olahraga,

Sehubungan dengan surat izin melaksanakan penelitian skripsi dari kampus Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh nomor : 1865/131013/FI/KM/VI/2023 tentang izin penelitian untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis Ketepatan Tendangan Lurus untuk Mendapatkan Point pada Atlet Pencak Silat Binaan Koni Aceh Selatan”.

“Menerangkan Bahwa”:

Nama : **Fito Putra Indrominoto**
NIM : 19111040038
Prodi : S1 Pendidikan Jasmani

Telah mengadakan penelitian pada Atlet Cabang Olahraga Pencak Silat Binaan KONI Kabupaten Aceh Selatan, pada tanggal 10 s/d 16 Juli 2023 dan hasil penelitian diperoleh dari atlet.

Demikian untuk dapat dipergunakan seperlunya.

KOMITE OLAHRAGA NASIONAL INDONESIA
KABUPATEN ACEH SELATAN
Ketua Caretaker

Drs. H. ZULACFHI, M.Si