

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR PENCAK SILAT SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT SMK MUHAMMADIYAH 2 MOYUDAN

LEVEL OF PENCAK SILAT BASIC SKILL OF PENCAK SILAT EXTRACURRICULAR PARTICIPANT STUDENTS IN SMK MUHAMMADIYAH 2 MOYUDAN

Oleh: Arijal Haris Martopo, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta,
arijalaris@gmail.com

Abstrak

Belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan berdampak pada tidak tersusunnya program latihan dengan tepat. Tidak diadakannya evaluasi yang berkala serta frekuensi latihan yang kurang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan yang berjumlah 16 orang putri. Instrumen yang digunakan adalah instrumen yang disusun oleh Drs. Agung Nugroho AM., M. Si. Analisis data yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian adalah deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 0 siswa (0%) dalam kategori baik, 0 siswa (0%) dalam kategori sedang, 1 siswa (6,25%) dalam kategori kurang, dan 15 siswa (93,75%) dalam kategori kurang sekali.

Kata kunci: keterampilan, pencak silat, siswa, ekstrakurikuler

Abstract

The unknown level of pencak silat basic skills of pencak silat extracurricular participant students in SMK Muhammadiyah 2 Moyudan affects on not arranged appropriate exercise program. The periodic evaluation that is not done and the training frequency that is less influence the level of pencak silat basic skills of extracurricular participant students in SMK Muhammadiyah 2 Moyudan. This study aims to figure out level of pencak silat basic skills of pencak silat extracurricular participant students in SMK Muhammadiyah 2 Moyudan.

The method used in this research was by survey with test and measurement. The subjects were pencak silat extracurricular participant students in SMK Muhammadiyah 2 Moyudan of 16 female students. The instrument used was an instrument developed by Drs. Agung Nugroho AM., M. Si. The data analysis used to describe the results of the research was descriptive percentage.

The results of the research show that the level of pencak silat basic skills of pencak silat extracurricular participant students in SMK Muhammadiyah 2 Moyudan; 0

student (0%) is in very good, 0 student (0%) is in good category, 0 student (0%) is medium category, 1 student (6.25%) is in less category, and 15 students (93.75%) are in very less category.

Keywords: *skill, pencak silat, student, extracurricular*

PENDAHULUAN

Pencak silat, sebagai salah satu cabang olahraga bela diri, menjadi salah satu ekstrakurikuler olahraga yang ada di sekolah khususnya di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan ini. Sebagai ekstrakurikuler, latihan pencak silat diadakan di luar jam pelajaran sekolah. Dalam proses pelatihan dan kaitannya dengan program latihan, idealnya pelatih mengetahui tingkat keterampilan siswanya untuk menyusun program latihan yang akan diterapkan. Akan tetapi, dalam kenyataannya pelatih tidak memiliki data tingkat keterampilan siswa karena pelatih tidak mengetahui akan tes keterampilan pencak silat yang baik. Hal ini berakibat pada pelatih tidak dapat menyusun program latihan, padahal tingkat keterampilan siswa sangat penting bagi pelatih untuk menyusun program latihan yang sesuai dengan kemampuan peserta didiknya.

Permasalahan lain yang timbul, pelatih ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan tidak melakukan evaluasi pada periode-periode tertentu. Padahal, evaluasi sangat penting untuk dilakukan demi tercapainya tujuan-tujuan yang telah ditentukan. Hal ini diperkuat oleh Johansyah Lubis (2014: 177) yang menyatakan bahwa evaluasi adalah suatu proses yang sistematis untuk menentukan atau membuat keputusan, sampai sejauh mana tujuan atau program telah tercapai.

Richard A. Gilman (1983: v) menyatakan bahwa evaluasi adalah hal yang sangat penting yang tujuannya adalah untuk memberikan informasi tentang kinerja produk pendidikan. Ekstrakurikuler adalah salah satu dari produk pendidikan di

sekolah, peningkatan keterampilan siswa adalah salah satu indikator perkembangan siswa. Pelatih juga memiliki tanggung jawab untuk melaporkan hasil kegiatan ekstrakurikuler kepada sekolah. Seperti yang dinyatakan oleh Rohinah M. Noor (2012: 81) bahwa hasil dan proses kegiatan ekstrakurikuler dinilai secara kualitatif dan dilaporkan kepada pimpinan sekolah/madrasah dan pemangku kepentingan lainnya oleh penanggung jawab kegiatan.

Hal lain yang menjadi permasalahan yang penulis temukan adalah bahwa ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan ini dilakukan satu kali dalam seminggu, sedangkan frekuensi latihan yang ideal menurut Agung Nugroho (2001: 70) adalah 2-3 kali seminggu. Begitu juga menurut Sarwono & Ismaryati (1999: 43) bahwa frekuensi latihan yang disarankan adalah 2-4 kali seminggu.

Sarana dan prasarana yang ada, menurut penulis kurang memadai, di antaranya 1 buah *punching box* dan satu pasang *body protector*. Diambilnya SMK Muhammadiyah 2 Moyudan sebagai tempat penelitian adalah sebagai upaya mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat yang ada di sekolah tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan. Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah siswa dapat mengetahui tingkat keterampilan dasar pencak silat masing-masing, sehingga menjadi lebih termotivasi dalam berlatih, sedangkan bagi pelatih, dengan mengetahui tingkat keterampilan dasar pencak silat siswanya, dapat menjadi pertimbangan dalam

penggunaan metode kepelatihan, serta menjadi bahan evaluasi selama melatih. Bagi sekolah, menjadi data aktual tentang keterampilan dasar pencak silat siswa-siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei, dengan teknik tes dan pengukuran, guna menentukan status subjek penelitian saat dilakukan penelitian.

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena (Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, 2012:42). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan pada hari Jumat, 23 September 2016 di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan. Sedangkan uji coba instrumen penelitian dilakukan pada tanggal 16 September 2016 di SMK Muhammadiyah 1 Tempel.

Subjek Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian populasi karena subyeknya meliputi semua yang terdapat dalam populasi dan hanya dapat dilakukan bagi populasi yang tidak terlalu banyak (Suharsimi Arikunto, 2002: 108-109). Subjek pada penelitian adalah peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan yang berjumlah 16 orang.

DATA, INSTRUMEN, DAN TEKNIK PENGAMBILAN DATA

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Keterampilan Pencak Silat Bagi Mahasiswa FIK UNY yang disusun oleh Drs. Agung Nugroho AM., M. Si. Namun karena subjek penelitian adalah siswa SMK, maka dilakukan uji coba instrumen yang didapat hasilnya sebagai berikut:

Tabel 1. Koefisien Reliabilitas Instrumen

No.	Tes	Koef. Reliabilitas
1.	Tend. Lurus	0.74
2.	Tend. Sabit	0.52
3.	Tend. "T"	0.75
4.	Pukulan	0.69

Sedangkan validitas instrumen telah diketahui melalui metode face validity. Tes ini digunakan karena relatif mudah. Instrumen penelitian ini terdiri dari empat item tes, yaitu tes keterampilan tendangan lurus, tes keterampilan sabit, tes keterampilan "T", dan tes keterampilan pukulan.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif persentase, yaitu pengolahan data seperti yang dikemukakan Sudjana (2001 : 129) dengan cara frekuensi dibagi dengan total jumlah responden dikali 100 persen dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

P : persentase

f : frekuensi

N : jumlah responden

Data yang telah terkumpul dianalisis untuk selanjutnya dikategorikan ke dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali dengan mengacu pada nilai *T-Score*.

Setelah empat butir tes selesai dilakukan, maka akan didapatkan hasil perolehan. Hasil dari setiap butir tes dikonversikan ke dalam nilai TSCORE kemudian dijumlahkan dan didapatkan nilai akhir untuk menentukan kategori keterampilan dengan mengacu pada skor baku tes berikut ini:

Tabel 2. Skor Baku Tes

Skor Baku	Kategori	Nilai
278	Baik Sekali	A
245-277	Baik	B
212-244	Sedang	C
179-211	Kurang	D
178	Kurang Sekali	E

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pada deskripsi data berikut ini disajikan informasi data meliputi jumlah perolehan, jumlah siswa, dan *T-Score*. Data yang diperoleh dari tes digunakan untuk mengkategorikan menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang dan kurang sekali. Kategori tersebut diperoleh dari penjumlahan data seluruh item tes yang sebelumnya telah diubah ke dalam nilai *T-Score*. Adapun hasil tes yang telah dilakukan sesuai dengan ketentuan tiap item tes, adalah sebagai berikut.

Tes Keterampilan Tendangan Sabit

Keterampilan tendangan samping (T) dengan samsak yang dalam pelaksanaannya didahului hindaran menyamping ke kiri/kanan. Satuan

pengukurannya adalah jumlah tendangan T dalam waktu 20 detik.

Adapun hasil secara terinci pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Tes Tendangan Sabit

Perolehan	T-Score	Jumlah Siswa
6	33	2
7	34	1
8	37	7
9	38	3
10	46	3
Jumlah		16

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa jumlah perolehan dengan jumlah siswa paling sedikit adalah 7 (1 siswa) dan jumlah perolehan terbanyak adalah 8 (7 siswa).

Tes Keterampilan Tendangan Lurus

Keterampilan tendangan lurus dengan samsak yang dalam pelaksanaannya didahului dengan hindaran menyamping ke kiri/kanan, satuan pengukurannya adalah jumlah tendangan lurus dalam waktu 20 detik.

Adapun hasil secara terinci pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Tes Tendangan Lurus

Perolehan	T-Score	Jumlah Siswa
7	32	3
8	36	6
9	37	6
10	49	1
Jumlah		16

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa jumlah perolehan dengan jumlah siswa paling sedikit adalah 10 (1 siswa) dan jumlah perolehan terbanyak adalah 8 dan 9 (6 siswa).

Tes Keterampilan Tendangan “T”

Keterampilan tendangan samping (T) dengan samsak yang dalam pelaksanaannya didahului hindaran menyamping ke kiri/kanan. Satuan pengukurannya adalah jumlah tendangan T dalam waktu 20 detik.

Adapun hasil secara terinci pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Tes Tendangan “T”

Perolehan	T-Score	Jumlah Siswa
6	29	1
7	35	3
8	35	7
9	54	5
Jumlah		16

Berdasarkan tabel 5 diatas diketahui bahwa jumlah perolehan dengan jumlah siswa paling sedikit adalah 6 (1 siswa) dan jumlah perolehan terbanyak adalah 8 (6 siswa).

Tes Koordinasi Pukulan

Koordinasi memukul dengan tangan mengepal dengan sasaran samsak yang dahun pelaksanaannya didahului teknik tendang ke depan sebelum memukul samsak. Satuan pengukuran adalah jumlah pukulan tangan mengepal dalam waktu 20 detik.

Adapun hasil secara terinci pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Tes Tendangan Sabit

Perolehan	T-Score	Jumlah Siswa
22	34	1
24	39	2
25	39	1
26	40	2
28	49	5
30	50	3
41	65	1
Jumlah		16

Berdasarkan tabel 6 diatas diketahui bahwa jumlah perolehan dengan jumlah siswa paling sedikit adalah 22, 25, dan 41 (1 siswa) dan jumlah perolehan terbanyak adalah 28 (5 siswa).

Pembahasan

Hasil penelitian seperti yang telah diuraikan di atas bahwa secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan secara keseluruhan 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 0 siswa (0%) dalam kategori baik, 0 siswa (0%) dalam kategori sedang, 1 siswa (6,25%) dalam kategori kurang, dan 15 siswa (93,75%) dalam kategori kurang sekali.

Hasil yang diperoleh ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan adalah kurang sekali. Hal ini ditunjukkan oleh keadaan siswa di lapangan. Secara umum siswa masih kurang cepat dalam melakukan gerakan dan sering kurang tepat sasaran. Kurangnya prestasi yang dimiliki membuktikan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat akan mempengaruhi dalam pertandingan. Bila siswa memiliki keterampilan yang baik, maka akan mudah bagi siswa itu untuk melakukan teknik pencak silat seperti yang dikemukakan oleh Gordon (1994: 55) bahwa keterampilan adalah kemampuan dalam mengoperasikan pekerjaan secara lebih mudah dan tepat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan di antaranya

adalah faktor pelatih, faktor lingkungan, dan faktor latihan.

Faktor Pelatih

Tugas pelatih adalah menyampaikan materi latihan sesuai dengan kemampuan siswanya serta bertanggung jawab atas seluruh jalannya latihan. Pelatih harus mengetahui prinsip-prinsip dan faktor-faktor latihan khususnya pencak silat. Menurut Agung Nugroho (2001: 92) beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam membina pencak silat sehingga dapat mencapai prestasi maksimal adalah: 1) faktor pembinaan fisik, 2) faktor pembinaan teknik, 3) faktor pembinaan taktik, dan 4) faktor pembinaan mental. Pelatih, baik dalam menyusun program latihan maupun dalam menyampaikannya, dapat mempengaruhi motivasi siswanya. Maka hendaknya pelatih berusaha agar siswanya tetap termotivasi untuk berlatih.

Faktor Lingkungan

Kondisi lingkungan dapat mempengaruhi motivasi dari siswa dalam mengikuti latihan. Lingkungan yang tidak kondusif juga dapat mempengaruhi konsentrasi siswa. Sehingga hasil latihan juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan. Maka hendaknya lingkungan dibuat menjadi menyenangkan karena salah satu prinsip kegiatan ekstrakurikuler adalah menyenangkan seperti yang dikemukakan oleh Rohinah M. Noor (2012: 76) bahwa prinsip kegiatan ekstrakurikuler ada 6, salah satunya adalah menyenangkan.

Faktor Latihan

Proses latihan yang baik hendaknya menyesuaikan pada tujuan latihan tersebut. Dengan memahami tujuan latihan, maka latihan seharusnya terprogram dan tersusun

dengan baik. Hal ini akan berdampak pada proses latihan yang berkesinambungan. Hal tersebut sesuai dengan prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dikemukakan oleh Yudha M. Saputra (1999: 13) bahwa salah satu prinsip kegiatan ekstrakurikuler adalah berkesinambungan.

Masalah kemudian ditemukan pada ekstrakurikuler pencak silat di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan ini bahwa materi latihan disampaikan secara spontanitas yang akan berpengaruh pada kesinambungan antar sesi latihan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan bahwa 1 orang siswa masuk ke dalam kategori kurang (6,25%) dan 15 siswa masuk dalam kategori kurang sekali (93,75%), maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan termasuk dalam kategori kurang sekali.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti berharap dan memberikan saran bagi siswa, diharapkan agar lebih giat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti latihan untuk lebih meningkatkan keterampilan dasar yang telah dimiliki.

Bagi pelatih, diharapkan untuk menyusun program latihan sesuai dengan tingkat keterampilan dasar siswa-siswa peserta dan meningkatkan frekuensi latihan untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

Bagi sekolah, diharapkan untuk lebih memperhatikan proses latihan siswa, salah satunya dengan memperhatikan kegiatan/bentuk evaluasi ekstrakurikuler

pencak silat. Sehingga hasil latihan siswa benar-benar objektif dan otentik.

DAFTAR PUSTAKA

Agung Nugroho. (2001). *Diktat Pedoman Latihan Pencak Silat*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.

Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.

Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo. (2014). *Pencak Silat*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Richard A. Gilman. (1983). *A Guide to Evaluation Contracting for School Districts in Massachusetts*. Massachusetts: Massachusetts Department of Education.

Gordon. (1994). *Manajemen Sistem Informasi*. Jakarta: TP. Midas Surya Grafindo.

Rohinah M. Noor. (2012). *The Hidden Curriculum: Membangun Karakter Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler*. Yogyakarta: Insan Madani.

Sarwono. Pengertian Intensitas. <http://id.wikipedia.org/wiki/Intensitas> (12 Juli 2016)

Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Yudha M. Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Ko dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.