

PENGEMBANGAN BUKU TAEKWONDO POOMSAE TAEGEUK 1 SAMPAI 8

TAEKWONDO BOOK DEVELOPMENT POOMSAE TAEGEUK 1 TO 8

Oleh : Fisna Deska Puspitaningtias, PKO FIK UNY
Email : Fisnadeska1@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 untuk pelatih. Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang menunjukkan bahwa: 1) masih ada beberapa pelatih yang belum hafal mengenai gerakan-gerakan taegeuk, dan 2) belum adanya buku panduan yang digunakan secara khusus untuk melatih poomsae taegeuk 1 sampai 8.

Penelitian ini merupakan penelitian *Research and Development* atau penelitian pengembangan. Prosedur penelitian dilakukan melalui tahap 1) potensi dan masalah, 2) pengumpulan data, 3) desain produk, 4) validasi desain, 5) revisi desain, 6) uji coba produk, 7) produk akhir. Pengembangan Buku Taekowndo Poomsae taegeuk 1 sampai 8, terlebih dahulu membuat draft awal kemudian divalidasi oleh para ahli, setelah itu divalidasi oleh satu ahli media dan dua ahli materi, 7 pelatih untuk uji coba kelompok kecil dengan subyek uji coba di Dojang Setyaki, 20 pelatih untuk uji coba kelompok besar dengan subyek uji coba di seluruh pelatih di Yogyakarta.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 untuk pelatih adalah "Sangat Baik". Hasil tersebut diperoleh dari hasil validasi dari a) ahli materi sebesar 87,5 % atau "Sangat Baik"; b) ahli media sebesar 88,33 % atau "Sangat Baik". Uji coba kelompok kecil pelatih sebesar 90,11% atau "Sangat Baik". Uji coba kelompok besar pelatih sebesar 92,88% atau "Sangat Baik". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 telah dinyatakan "Sangat Baik" digunakan sebagai referensi pelatih dalam menjalankan program melatih.

Kata Kunci: *Buku, Taekwondo, Poomsae*

This study aims to develop taekwondo poomsae taegeuk 1 to 8 for trainers. This study started from the observation that shows that: 1) there are still some trainers who have not memorized the taegeuk movements, and 2) no guidebooks are specifically used to train poomsae taegeuk 1 to 8.

This research is a Research and Development research or development research. The research procedure is done through stages: 1) potential and problems, 2) data collection, 3) product design, 4) design validation, 5) design revision, 6) product trial, 7) final product. Taekowndo Book Development Poomsae taegeuk 1 to 8, first make the initial draft then validated by the experts, after which it was validated by one media expert and two material experts, 7 trainers for small group trials with test subjects at Dojang Setya, 20 trainers for a large group trial with test subjects throughout the coaches in Yogyakarta.

The results of this study indicate that the book taekwondo poomsae taegeuk 1 to 8 for the trainer is "Very Good". The results obtained from the validation of the results: a) material expert at 87.5% or "Very Good"; b) the media expert is 88.33% or "Very Good". A small trainer group trial of 90.11% or "Very Good". Large group trainer trials of 92.88% or "Very Good". Thus it can be concluded that taekwondo poomsae taegeuk 1 to 8 has been declared "Very Good" is used as a reference trainer in running the training program.

Key words: *books, taekwondo, poomsae*

PENDAHULUAN

Olahraga dapat mengangkat derajat seseorang yakni dengan berbagai prestasi yang diraih melalui kejuaraan *multi event*. Pada masa kini, olahraga beladiri adalah salah satu dari sekian pilihan olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Terbukti dengan banyaknya cabang olahraga beladiri yang tersebar diseluruh Indonesia. Ada berbagai macam olahraga beladiri, salah satunya adalah olahraga beladiri Taekwondo. Taekwondo adalah seni beladiri yang berasal dari negeri ginseng Korea, merupakan seni beladiri yang menggunakan teknik tangan dan kaki untuk menyerang dan bertahan. Taekwondo dapat dipelajari siapa saja tanpa tergantung jenis kelamin, umur, dan status sosial. Saat ini taekwondo sangat digemari baik didalam negeri maupun luar negeri.

Taekwondo terdiri dari tiga kata, yaitu: *tae* berarti kaki/menghancurkan dengan teknik tendangan, *kwon* berarti tangan/menghantam dan mempertahankan diri dengan teknik tangan, serta *do* yang berarti seni/cara mendisiplinkan diri (Yoyok Suryadi, 2002: XV). Seni beladiri taekwondo dominan menggunakan kaki untuk menyerang dan bertahan, jadi taekwondo adalah seni beladiri yang menari dengan kaki. Ada tiga materi penting dalam taekwondo adalah jurus dalam beladiri taekwondo (*taegeuk*), teknik mematahkan benda keras dengan tendangan maupun pukulan (*kyukpa*), dan pertarungan dalam beladiri taekwondo adalah (*kyoruki*). Penguasaan teknik dasar dalam taekwondo sangat penting untuk menunjang ketrampilan dalam bertanding. Teknik dasar taekwondo terdiri dari kuda-kuda (*soegi*), teknik serangan (*kyongkyok kisul*), teknik tangkisan (*makki*), dan teknik sabetan (*chigi*). Penelitian dan pengembangan ini bermaksud untuk mendesain media pembelajaran guna mempermudah

pengenalan teknik-teknik dasar dalam latihan taekwondo untuk pelatih dalam melatih. Media pembelajaran yang dikembangkan berupa media pembelajaran dua dimensi yaitu dalam bentuk buku. Media pembelajaran berupa buku sudah ada dalam pembelajaran, hal ini merupakan acuan untuk mengembangkan produk tersebut dalam kecabangan kami yang didesain khusus sesuai dengan teknik dasar Taekwondo anak usia dini.

Buku Panduan Taekwondo dikembangkan dengan konsep agar anak dapat belajar teknik dasar taekwondo dengan baik dalam proses pembelajaran dan pelatihan Taekwondo. Dengan demikian Buku Taekwondo Poomsae Taegeuk 1 sampai 8 diharapkan dapat digunakan sebagai media alternatif dalam pembelajaran dan pelatihan teknik dasar Taekwondo. Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan di atas dapat diambil judul penelitian yaitu Pengembangan Buku Taekwondo Pomsae Taegeuk 1 sampai 8.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Desain Penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan (*research and development*). Disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based development*). Menurut Sugiyono (2012: 407), metode penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan mengkaji keefektifan produk tersebut.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dojang Setyaki berjumlah 7 pelatih dan seluruh pelatih Di Penda TI DIY dengan jumlah 20 pelatih.

Definisi Operasional Variabel

1. Pengembangan program media

Pengembangan program media adalah suatu upaya untuk mempersiapkan dan merencanakan secara seksama dalam mengembangkan, memproduksi dan memvalidasi suatu program media.

2. Pengembangan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8

Buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 adalah media sederhana yang menyajikan gambar-gambar teknik pomsae/ teknik dasar dalam taekwondo didesain semenarik mungkin agar atlet tertarik, sehingga dapat motivasi dan minat atlet dalam proses belajar atau latihan. Hasil produk ini berupa buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data atau informasi dalam penelitian perlu dilakukan kegiatan pengumpulan data. Dalam proses pengumpulan data diperlukan sebuah alat atau instrumen pengumpul data. Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian menggunakan dua teknik yaitu instrumen studi pendahuluan dan instrumen pengembangan model dan uji coba lapangan.

Adapun instrumen studi pendahuluan yang dilakukan dalam memperoleh informasi dilakukan beberapa metode yang meliputi:

Teknik Analisis Data

Data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif dan teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan persentase. Menentukan interval menggunakan rumus dari Arikunto

(2010: 207) padatablel 1 sebagai berikut:wawancara, observasi, dan angket.

Analisis Data Penelitian

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan juga kualitatif. Endang Mulyatiningsih (Anisa Khaerina Harsamurty, 2016: 47) data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka atau data yang telah diberi nilai. Sedangkan data kualitatif adalah data yang berbentuk kalimat atau gambar. Data yang bersifat kuantitatif yang berupa penilaian, dihimpun melalui angket atau kuesioner uji coba produk, pada saat kegiatan uji coba, dianalisis dengan analisis kuantitatif deskriptif. Persentase dimaksudkan untuk mengetahui status sesuatu kemudian ditafsirkan dengan kalimat yang bersifat kualitatif.

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{total skor maksimal}} \times 100\%$$

Tabel 1. Kategori Kelayakan Menurut

| No | Persentase | Kelayakan |
|----|------------|---------------|
| 1 | 76%-100% | Sangat Baik |
| 2 | 56%-75% | Baik |
| 3 | 40%-55% | Cukup |
| 4 | < 40% | Sangat Kurang |

Suharsimi Arikunto (2016: 38)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Validasi ahli media tahap I

Ahli media yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Saryono, S. Pd.

Jas., M.Or yang memiliki keahlian pada bidang media pembelajaran. Masukan dari ahli media adalah sebaiknya buku dapat digunakan sebagai media pembelajaran/ melatih. Ahli media menyatakan bahwa buku sudah layak untuk diujicobakan dengan menambahkan nama penulis dicover, biografi ada foto penulis, dan ada beberapa editing yang harus diperbaiki. Presentase yang didapatkan adalah 88,33% dan aspek kelayakan isi materi mendapat kategori “**Sangat Baik**”.

2. Validasi ahli materi tahap I

Ahli materi yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Devi Tirtawirya, M.Or. dan Asep Santoso S.Pd.Kor yang memiliki keahlian di bidang tae kwon do. Devi Tirtawirya, M.Or adalah pelatih taekwondo sekaligus dosen taekwondo. Asep Santoso S.Pd.Kor adalah mantan atlet pomsae dan pelatih pomsae. Dan Asep Santoso S.Pd.Kor juga mengikuti kejuaraan sea games, PON 2016. Pada validasi ahli materi tahap pertama yang didapatkan ahli materi I 84,09% berdasarkan hasil tersebut dikategorikan “**Sangat Baik**”, ahli materi II 77,27% berdasarkan hasil tersebut dikategorikan “**Sangat Baik**”. Presentase dari kedua validasi ahli materi hasil yang didapat 87,5% dikategorikan “**Sangat Baik**”.

3. Uji coba skala kecil

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada tanggal 26 Maret 2018 sampai tanggal 27 Maret 2018 kepada 7 pelatih di Dojang Setyaki. Hasil angket mengenai pengembangan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 menunjukkan bahwa untuk penilaian dari pelatih 1 dengan kategori “**Baik**” dan 6 pelatih dengan kategori “**Sangat Baik**”. Total penilaian uji kelompok kecil Buku Taekwondo Pomsae Taegeuk 1 sampai 8 menurut responden

pelatih sebesar 90,11% dikategorikan “**Sangat Baik**” yang dapat diartikan bahwa produk tersebut sangat baik dan dilanjutkan dengan uji coba kelompok besar.

4. Uji coba skala besar

Uji coba skala besar dilakukan pada tanggal 1 April 2018 sampai 5 April 2018 kepada 20 pelatih di Yogyakarta. Hasil angket mengenai pengembangan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 menunjukkan bahwa kategori “**Baik**” hanya 1 pelatih dan 19 pelatih dengan kategori “**Sangat Baik**”. Total uji kelompok besar Buku Taekowndo Pomsae Taegeuk 1 sampai 8 dengan presentase sebesar 92,88% dikategorikan “**Sangat Baik**” dapat diartikan bahwa produk itu sangat baik dan dapat digunakan sebagai pedoman melatih taekwondo.

Pembahasan

Pengembangan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 telah selesai dikembangkan dan divalidasi oleh para ahli media dan ahli materi taekwondo. Disini ahli materi taekwondo ada dua. Penyusunan pengembangan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 telah melalui beberapa tahap penelitian pengembangan. Penyusunan buku taekwondo pomsae taegeuk 1 sampai 8 dengan pembuatan draft produk awal kemudian dengan metode *Delphi* dilakukan validasi terhadap ahli media dan ahli materi taekwondo. Setelah itu para ahli memberikan masukan dan saran terhadap produk awal. Dalam validasi draft awal terdapat beberapa saran dari ahli media, yaitu: 1) memperbaiki warna background yang kontras dengan pakaian, 2) mengganti pakaian dengan satu warna dan kontras dengan background, dan 3) pencerahan dalam gambar ditambah. Dalam validasi draft awal terdapat beberapa masukan/ saran dari ahli materi taekwondo, yaitu: 1)

memperbaiki kalimat sarannya dengan menggunakan Bahasa Korea, 2) merapikan kalimat agar rapi dan mudah dibaca.

Ketika draft awal sudah divalidasi oleh ahli media dan ahli materi taekwondo tersusunlah draft produk awal. Setelah itu produk awal buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 akan divalidasi oleh ahli media dan ahli materi. Hasil dari validasi oleh para ahli materi dan ahli media tidak ada revisi dan dinyatakan layak lanjut untuk uji coba kelompok kecil. Didalam validasi pada para ahli hanya dengan 1 tahap.

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada tanggal 18-24 Maret 2018 di dojang setyaki dengan jumlah 7 pelatih. Dalam uji coba skala kecil dengan total hasil presentase 90,11% dengan kategori "**Sangat Baik**" dengan masukan dan saran dan dinyatakan layak untuk melanjutkan uji coba skala besar. Data dari uji kelompok kecil merupakan data yang digunakan untuk menentukan kelayakan produk yang disusun. Adapun masukan dan saran pada uji coba skala kecil digunakan untuk menyempurnakan produk yang dihasilkan sebelum diujicobakan di skala besar. Setelah mengetahui hasil dari uji coba kelompok kecil bahwa buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 dengan kategori "**Sangat Baik**" kemudian dilanjutkan dengan uji coba kelompok besar pada tanggal 1-8 April 2018 di pelatih di daerah Yogyakarta dengan jumlah 20 pelatih. Dalam uji coba kelompok besar dengan total hasil presentase 92,88% dengan kategori "**Sangat Baik**".

Kualitas buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 ini termasuk dalam kriteria "Layak". Pernyataan tersebut dapat dibuktikan dari hasil analisis penilaian "Layak" dari kedua ahli baik itu ahli materi dan ahli media saat uji coba kelompok kecil, serta dalam penilaian uji coba kelompok

besar mendapatkan kategori sangat baik dan buku dapat dijadikan buku panduan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian pengembangan Buku Taekwondo Poomsae Taegeuk 1 sampai 8 menunjukkan kategori "**Baik**" untuk digunakan sebagai panduan melatih bagi pelatih. Hal yang dapat dilihat dari hasil penelitian dari ahli materi 87,5 % dan dari ahli media 88,33 % serta berdasarkan uji coba kelompok kecil 90,11% dan berdasarkan uji coba kelompok besar 92,88%.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah menyatakan bahwa Buku Taekwondo Poomsae Taegeuk 1 sampai 8 yang sudah sangat baik dan tervalidasi oleh ahli materi dan ahli media. Maka ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pelatih, agar dapat memanfaatkan buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 sebagai panduan melatih taegeuk
2. Bagi atlet dapat digunakan berlatih secara mandiri
4. Mahasiswa Pendidikan kepelatihan olahraga cabang taekwondo di harapan dapat mengembangkan buku taekwondo poomsae taegeuk 1 sampai 8 yang lebih efektif dan praktis.

DAFTAR PUSTAKA

- Awan Hariono. (2017). *Standarisasi Tendangan Pada Pencak Silat Kategori Tanding Bagi Pesilat Pemula. Disestasi*. Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- V. Yoyok Suryadi. (2002: XV) “*Sejarah Tae Kwon Do*” . Jakarta : PT Gramedia Pustaka Umum
- _____ - (2016) “*Ensiklopedia Mini Olahraga*”
- Jaka Aliy Farissya. (2015). *Pengembangan Media Pembelajaran Video Tutorial Teknik Dasar (Kihon) Karate Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Chang William. (2014). *Metodologi Penulisan Ilmiah Teknik Penulisan Esai, Skripsi, Tesis, dan Disertasi untuk Mahasiswa*. Erlangga: PT. Gelora Aksaka Pratama.
- Daulay Basyaruddin. “*Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Terhadap Peningkatan Kapasitas Kerja Maksimal*” *Jurnal Iptek Olahraga*, vol. 5, no. 3 (September 2003): 179-196
- Leo Sutanto. (2010). *Kiat Jitu Menulis dan Menerbitkan Buku*. Erlangga: PT. Gelora Aksaka Pratama
- CV Lubuk Agung
- Anisa Khaerina Harsamurty. (2016). *Pengembangan Pocket Book Gesture Sebagai Media Pelatihan Perwasitan Karate. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Desi Susiani. (2009). *Profil Fisik Alet Taekwondo Sleman pada Porprov DIY* 2009. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Heni Wijayanti. (2013). *Pengembangan Buku Panduan Manajemen Penyelenggaraan Pertandingan Pencak Silat. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jaka Aliy Farissya. (2015). *Pengembangan Media Pembelajaran Video Tutorial Teknik Dasar (Kihon) Karate Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta