

**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN MODEL PERMAINAN TRADISIONAL  
DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN MOTORIK *TAEKWONDOIN* PADA  
USIA 6-12 TAHUN KATEGORI *KYORUGI***

*E-JOURNAL*

DIAJUKAN KEPADA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI  
YOGYAKARTA  
UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN PERSYARATAN GUNA MEMPEROLEH GELAR SARJANA  
PENDIDIKAN

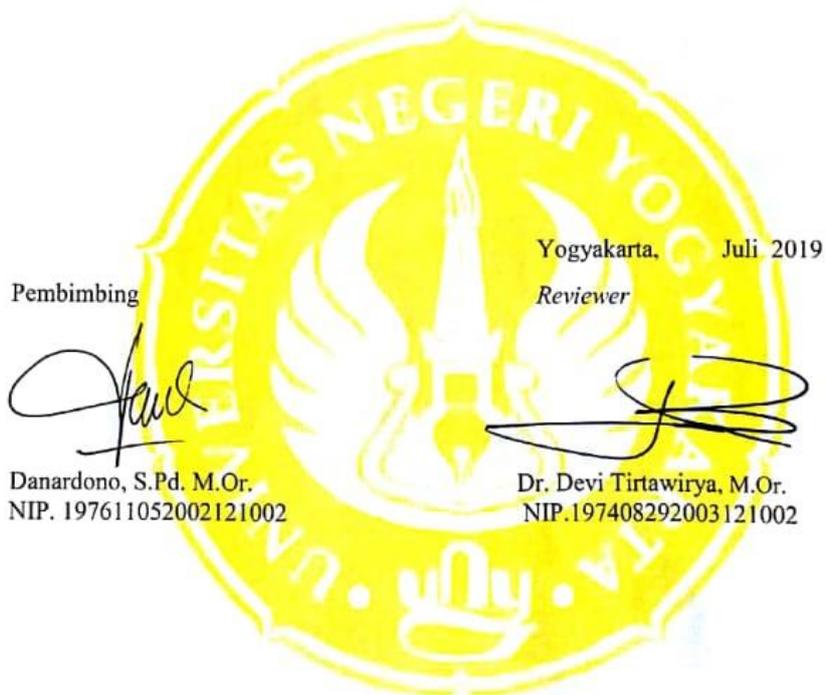


Oleh:  
**Muslikah**  
**NIM. 13602241073**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

**PERSETUJUAN**

Jurnal yang berjudul "Pengembangan Buku Panduan Model Permainan Tradisional Dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik *Taekwondo*in Pada Usia 6-12 Tahun Kategori *Kyorugi* " yang disusun oleh Muslikah, NIM. 13602241073 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.



## **A MANUAL/GUIDEBOOK DEVELOPMENT FOR THE MODEL OF TRADITIONAL GAMES IN DEVELOPING *TAEKWONDOIN* MOTORIC SKILL IN THE AGE OF 6-12 YEARS OLD *KYORUGI* CATEGORY**

### **PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN MODEL PERMAINAN TRADISIONAL DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN MOTORIK *TAEKWONDOIN* PADA USIA 6-12 TAHUN KATEGORI *KYORUGI***

**Oleh: Muslikah**, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta.  
Jalan Colombo No. 1 Karangmalang, Yogyakarta 55281, Indonesia.  
E-mail: muslikahmus37@gmail.com

#### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk membantu memberikan referensi yang ditujukan kepada pelatih *taekwondo* anak-anak, *taekwondoin*, dan masyarakat umum terkait model permainan tradisional dalam mengembangkan kemampuan motorik *taekwondoin* pada usia 6-12 tahun kategori *kyorugi* berupa buku panduan. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan atau *research and development (R&D)*. Penelitian ini dilakukan dengan beberapa langkah yakni: identifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, pembuatan produk, validasi ahli, revisi produk, uji coba, produksi akhir. Subjek penelitian pada kelompok kecil 7 orang pelatih *taekwondo club* setiaki Universitas Negeri Yogyakarta dan pada uji coba lapangan menggunakan 18 orang pelatih *taekwondo* anak-anak se-Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen berupa lembar penilaian. Teknik analisis data penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Hasil penilaian ini adalah Ahli Media sebesar 100%, serta persentase kelayakan dari Ahli Materi sebesar 100%. Berdasarkan uji coba kelompok kecil didapati persentase kelayakan sebesar 87% dan uji coba lapangan sebesar 84%. Dengan demikian media ini dinyatakan layak untuk digunakan sebagai media pelatihan dan referensi untuk mengembangkan kemampuan motorik *taekwondoin* pada usia 6-12 tahun kategori *kyorugi*.

Kata Kunci: *Taekwondo, Permainan Tradisional, Anak-Anak*

#### **ABSTRACT**

This research intended to help provide reference that is addressed to the *taekwondo* for kids coaches, *taekwondoin* and public that related to the model of traditional games in developing *taekwondoin* motoric skill IN the age of 6-12 years old in *kyorugi* category which is displayed in a manual/guidebook. The method of this research is research and development (R&D). This research is conducted in some step which is: potential and issues identification, information and data collection, product designing, product manufacture, expert validation, product revision, trials, and final product. The subject of this research in the small group consist of 7 *Taekwondo* coaches of setiaki Yogyakarta State University club and in the field trial, this research is cooperated by 18 *Taekwondo* for kids coaches in Daerah Istimewa Yogyakarta. Data collection technique in this research is an instrument which is an assessment sheet. Data analysis technique in this research is descriptive qualitative and descriptive quantitative. The result of this research was obtained consideration value as follows 100% from Media Expert, and 100% for eligibility percentage from material expert. According to the trial in small group is obtained 87% and 84% from field trial. Therefore the manual of this research is eligible to use as a training media and reference to develop *Taekwondoin* motoric skill in the age of 6-12 years old in *Kyorugi* category.

Key Word: *Taekwondo, Traditional games, Kids*

## PENDAHULUAN

Masa usia 6-12 tahun menjadi masa yang sangat tepat untuk memberikan berbagai pengalaman gerak karena perkembangan motorik pada usia ini menjadi lebih halus dan lebih terkoordinasi dibandingkan dengan masa bayi. Anak-anak terlihat lebih cepat dalam berlari dan pandai melompat serta mampu menjaga keseimbangan badannya. Pentingnya penerimaan berbagai pengalaman keterampilan gerak pada masa ini dapat dianalogkan, jika anak pada usia 6-12 tahun sudah menerima keterampilan gerak, maka akan mudah menerima keterampilan gerak serupa di masa kehidupan yang akan datang. Pengalaman gerak yang diterima merangsang anak terhadap keterampilan gerak secara khusus. hal ini karena keterampilan tersebut telah termemori dalam otaknya. Seorang anak memerlukan keterampilan gerak sebagai modal hidupnya.

Pembentukan gerak *taekwondo* sejak usia 6-12 tahun merupakan hal yang menentukan keterampilan gerak *taekwondo* yang sesuai harapan. Harapan baik dari *dojang* atau tempat latihan ialah atlet mampu berprestasi di kancah internasional. Selain berprestasi atlet dapat memperoleh pendidikan yang baik melalui aktifitas gerak melalui aspek kognitif, afektif, dan psikomotor untuk kehidupan yang lebih baik dikehidupan yang akan datang.

*Taekwondo* merupakan olahraga prestasi yang sangat kompetitif, artinya bahwa kemenangan sebuah pertandingan merupakan tolok ukur dari proses latihan yang panjang.

Permainan *taekwondo* ditentukan oleh jumlah *point* terbanyak yang dihasilkan dalam setiap pertandingan. Untuk meraih sebuah kemenangan perlu adanya beberapa faktor pendukung yaitu kemampuan fisik, teknik, dan taktik strategi bertanding yang baik. Hasil pengamatan peneliti dalam *event* nasional maupun internasional terhadap atlet *taekwondo* yang juara adalah memiliki ciri strategi bertanding yang kuat terhadap kemampuan menyerang atau bertahan.

Penanaman nilai bertahan dan menyerang yang menjadikan atlet juara membutuhkan waktu yang panjang. Untuk dapat menanamkan nilai bertahan dan menyerang harus dikenalkan pada atlet *taekwondo* sejak dini. Hal ini bertujuan agar apa yang dibutuhkan pada olahraga *taekwondo* dapat tertanam secara kuat. Perlakuan dan cara menanamkan hal yang dibutuhkan dalam olahraga *taekwondo* harus sesuai dengan karakteristik anak. Artinya materi yang diberikan pada objek harus sesuai dengan kebutuhan anak saat itu.

Komponen fisik biomotor dalam *taekwondo* yaitu kekuatan, ketahanan, dan kecepatan. Komponen biomotor *power*, stamina, koordinasi, *fleksibilitas*, keseimbangan dan kelincahan merupakan perpaduan dari beberapa komponen biomotor (Devi Tirtawirya, 2006: 37). Semua komponen tersebut harus diberikan pada anak, hal ini agar jenis gerakan olahraga *taekwondo* dapat dilatih sedini mungkin agar kedepannya anak mempunyai pondasi komponen biomotor yang kuat.

Prinsip olahraga *taekwondo* adalah membela diri yang didalamnya terdapat menyerang dan bertahan. Menyerang dan bertahan hal yang harus dimiliki oleh atlet *taekwondo*. Gerakan menyerang bukan hanya melakukan tendangan atau pukulan saja, tapi juga harus tau jenis pukulan atau tendangan apa yang di lakukan serta kapan dilakukannya.

Pengenalan olahraga *taekwondo* di indonesia umumnya lewat *dojang* atau tempat latihan. *Dojang* merupakan dasar atau hal yang tidak bisa dipisahkan dari *taekwondo*. Pembentukan gerakkan yang tepat dan sesuai dengan apa yang menjadi kebutuhan anak akan sangat menentukan hasil keterampilan seorang anak terhadap kemampuannya. Setiap *dojang* memiliki pelatih yang mempunyai cara yang berbeda terhadap pembentukkan gerak, khususnya pada anak usia 6-12 tahun. Hal ini ditunjukkan dari hasil wawancara dengan pelatih *taekwondo* di *dojang* setiaki bahwa dalam mencari materi latihan terkadang pelatih mengandalkan pengalaman dulu saat menjadi atlet selain itu juga mencari referensi di internet.

Hal ini karena masih jarang nya buku referensi untuk melatih perkembangan motorik pada *taekwondoin* anak usia 6-12 tahun. Sehingga dalam memberikan latihan motorik pada anak, pelatih sering kesulitan mencari literasi dikarenakan keterbatasan referensi yang ada. Hal itu Terkadang membuat pelatih kurang tepat dalam memberikan model latihan yang sesuai dengan masa pertumbuhan anak usia 6-12 tahun. Masalah yang timbul dari kurang tepatnya memberikan latihan pada anak usia 6-12 tahun salah satunya kebosanan pada anak yang mulai

menginjak usia praremaja dan remaja yang seharusnya diarahkan kepada olahraga prestasi. Tetapi karena kesalahan dalam memberikan porsi latihan di awal, menjadikan anak enggan untuk melanjutkan menjadi seorang atlet.

Materi yang diterima oleh anak usia 6-12 tahun tidak lain adalah bagaimana konsep dalam olahraga *taekwondo* dapat disampaikan dan diterima melalui aktivitas bermain. Menurut Sukintaka (1992: 7) bahwa bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan suka rela atas dasar rasa senang. Salah satu jenis permainan yang efektif yaitu melalui permainan tradisional. karena permainan tradisional adalah permainan yang mempunyai banyak manfaat diantaranya dapat menumbuhkan aspek bersosialisasi pada anak. (Nor Izati Hasanah dan Hardiyanti Pratiwi, 2016: 35). Aspek sosial sangat dibutuhkan anak dalam latihan ataupun pertandingan olahraga, yaitu ketika anak berhubungan dengan teman maupun pelatihnya saat proses latihan, serta dapat menghargai hasil pertandingan yaitu menerima kekalahan dan mengakui kemenanagn lawan. Selain itu permainan tradisional juga mempunyai banyak variasi gerakkan yang dapat di gunakan untuk melatih perkembangan motorik pada anak. Dimana anak pada usia 6-12 tahun adalah masa yang efektif untuk meningkatkan motorik . Manfaat lain yaitu dapat melatih anak dalam mengendalikan emosionalnya, karena dalam permainan tradisional ada peraturan-peraturan yang harus ditaati oleh semua anggota pemain. Sehingga jika terjadi kekalahan atau kecurangan anak bisa menyelesaikannya dengan peraturan yang sudah ditaati bersama tanpa emosional berlebih. Hal ini berhubungan untuk melatih

pengendalian diri pada atlet beladiri *taekwondo* saat pertandingan, dimana ketika atlet dalam arena pertandingan dan mengalami kecurangan-kecurangan yang dilakukan lawan mainnya. Jika atlet tidak mampu mengendalikan diri saat dicurangi maka dia akan mudah marah dan konsentrasinya hilang, sehingga akan membuat atlet tersebut mengalami kekalahan. Dengan begitu melalui permainan tradisional ini pelatih dapat melatih perkembangan motorik *taekwondoin* anak usia 6-12 dengan tepat, disamping itu kebutuhan dalam olahraga *taekwondo* juga dapat diterima oleh anak. Melihat permasalahan yang telah dijelaskan diatas perlu adanya suatu bentuk model latihan pengembangan motorik khusus untuk anak usia 6-12 tahun. Model latihan yang sesuai dan tepat untuk anak usia 6-12 tahun diharapkan dapat membantu proses pembentukan keterampilan motorik pada *taekwondoin* anak. Oleh karena itu perlu adanya penelitian dan pengembangan untuk menghasilkan produk tersebut untuk digunakan dalam mengatasi masalah yang ada. Maka dari itu, peneliti akan melakukan sebuah penelitian dan pengembangan yang berjudul Pengembangan “Buku Model Permainan Tradisional dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik *Taekwondoin* Anak Usia 6-12 Tahun Kategori *Kyorugi*”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan atau Reseach and Development. Penelitian dan pengembangan adalah penelitian yang menghasilkan produk tertentu yang bersifat

menganalisis kebutuhan dan menguji keefektifan produk sehingga dapat berfungsi (Sugiyono: 2013: 297).

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di *club Taekwondo* Setiaki, Yogyakarta. Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan juni 2019.

### **Target/Subjek Penelitian**

Teknik penentuan uji coba dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yang dimaksud *purposive sampling* menurut Endang Multaningsih (2011: 12) pengambilan sampel *purposive sampling* ini digunakan apabila sasaran sampel yang telah diteliti memiliki karakteristik tertentu. Subjek uji coba dalam penelitian ini adalah pelatih *club taekwondo* setiaki Universitas Negeri Yogyakarta dan pelatih taekwondo anak-anak di Daerah Istimewa Yogyakarta Pada uji coba kelompok kecil menggunakan pelatih *club taekwondo* setiaki berjumlah 7 pelatih. Uji coba lapangan menggunakan pelatih taekwondo anak-anak di Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 18 orang.

### **Prosedur**

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahap. Tahap pertama mengumpulkan Informasi melalui wawancara dan angket. Tahap kedua dengan mendisain produk, pembuatan kerangka materi yang akan di bahas dan pembahasan materi. Lalu Penentuan desain media buku panduan. Tahap ketiga Pembuatan Produk. Tahap keempat validasi desain oleh ahli materi dan ahli media.

Tahap kelima revisi desain. Tahap ke-enam Uji Coba Produk.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif dan data kualitatif. Menurut Endang Mulyatiningsih (2012: 38) data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka atau data kualitatif yang telah di beri skor/nilai. Sedangkan data kualitatif adalah data yang berbentuk kalimat atau gambar. Data yang bersifat kuantitatif berupa penilaian dihimpun melalui angket atau kuisioner uji coba produk, pada saat kegiatan uji coba, dianalisis dengan analisis kuantitatif deskriptif. Presentase dimasukkan untuk mengetahui status sesuatu kemudian ditafsirkan dengan kalimat yang bersifat kualitatif. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket penilaian.

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil uji validasi dilakukan sebanyak dua kali dengan satu kali revisi produk. Adapun validasi tahap pertama oleh ahli media diperoleh persentase sebesar 58 % dengan kategori “Cukup Layak” dan validasi dari Ahli Materi tahap satu diperoleh persentase sebesar 72% dengan kategori “Cukup Layak” dilanjutkan dengan revisi prosuk sesuai saran dari para Ahli validator. Kemudian tahap revisi dilanjutkan pada validasi Ahli Media tahap kedua memperoleh persentase sebesar 100% dengan kategori “Layak” dan dinyatakan layak diuji cobakan. Sedangkan validasi dari Ahli Materi tahap kedua

*Pengembangan buku panduan (muslikah) 7* memperoleh persentase 100% dengan kategori “Layak” dan dinyatakan layak diujicobakan.

Hasil angket terhadap pelatih taekwondo club setiaki Universitas Negeri Yogyakarta mengenai media buku panduan 7 Permainan Tradisional Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi menunjukkan aspek tampilan sebesar 90% dengan kategori “Layak”, aspek materi sebesar 90% dengan kategori “Layak”, aspek keterbacaan sebesar 97% dengan kategori “Layak”. Total penilaian uji kelayakan buku panduan 7 Permainan Tradisional Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi menurut respon pelatih taekwondo club setiaki Universitas Negeri Yogyakarta sebesar 91% dikategorikan “Layak”

Hasil angket terhadap pelatih taekwondo anak-anak di Daerah Istimewa Yogyakarta mengenai media buku panduan 7 Permainan Tradisional ntuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi menunjukkan aspek tampilan sebesar 82% dengan kategori “Layak”, aspek materi sebesar 85% dengan kategori “Layak“, aspek keterbacaan sebesar 89% dengan kategori “Layak”. Total penilaian uji kelayakan buku panduan 7 Permainan Tradisional Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi menurut respon pelatih taekwondo anak-anak se-Dareah Istimewa Yogyakarta adalah 84% dikategorikan “Layak”

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Secara keseluruhan media buku panduan Permainan Tradisional Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi ini layak digunakan setelah dilakukan dua tahap uji coba. Penelitian pengembangan ini dapat digunakan untuk menambah referensi pelatih maupun taekwondoin dalam melatih taekwondoin anak usia 6-12 tahun kategori kyurugi.

### **Saran**

1. Bagi pelatih taekwondo anak-anak dapat memanfaatkan media buku panduan

Permainan Tradisional Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Taekwondoin Anak Usia 6-12 Tahun Kategori Kyurugi sebagai referensi tambahan.

2. Bagi mahasiswa dapat memanfaatkan produk ini sebagai referensi dalam perkuliahan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Devi Tirtawirya, 2006. *Metode Melatih Fisik Taekwondo*. Yogyakarta: UNY

Sukintaka, 1992. *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta