

UJI TINGKAT KEBAKUAN TES KETERAMPILAN TENDANGAN PADA CABANG OLAHRAGA PENCAK SILAT

Ramdani Amrullah
Dosen Program Studi Pendidikan Penjaskes

Abstract

Advancement of science and technology in various fields of sports experts create incentives for each sport to develop the sport through a planned and orderly development in order to achieve a high achievement. One of the obstacles that have in sports coaching is a way or method for determining a potential athlete. Various ways have been carried out to select athletes martial arts. So far most of the coaches or teachers to athletes based on the observation of elections, so can not give a clear picture of the right or the ability of martial arts athletes. Formulation of gauge for the ability to kick in sport martial arts are important and urgent in a range of sports coaching martial arts itself. This relates to the data retrieval process of coaching and training as a cornerstone in the evaluation results of the exercise.

The purpose of this study was to determine the level of kebakuan (validity and reliability) testing in sport martial arts kicks, while the methods used in this research is descriptive method. The population in this study were students Pencak Silat sport PPLP West Kalimantan as many as 15 people who obtained using the technique of saturated and dense. This research instrument is a test of martial arts kicks sport a range of 70 cm, 80 cm and 90 cm with the test of time for 5 seconds. Data analysis techniques used in this study is correlational techniques.

Based on the results of data processing and analysis, the conclusions from the results of this study are as follows: The test of skills in the sport of martial arts kicks distance of 70 cm with a time of 5 seconds has a level of significant vadilitas and reliability. This is indicated by a value of 0.78 for test validity and reliability tests of 0.96. Significance test of the validity of test results showed t count = 41.50 and reliability test showed t count = 1.78 is greater than t -table with a significance level = 1.77 = 0.05 and $df = 13$. The conclusion is the second test showed significant results.

The suggestions put forward to the author deals with the results of this study are as follows: 1) For the supervisors, coaches, athletes and martial arts in general the reader to use the instrument or measuring instrument which has the high reliability and validity at the time will collect data ability to kick. In this case the distance of 70 cm with the test of time for 5 seconds. 2) In connection with the results of this study are expected to be used as a reference in a test of skills in the sport of martial arts kicks. 3) In relation to research by the author, further research should be conducted with larger sample size and a more in-depth study.

A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan suatu bentuk seni bela diri khas bangsa Indonesia. Perkembangannya sangat pesat dengan semakin banyak orang dari berbagai negara lain mempelajari pencak silat. Begitu pula perkembangannya di dalam negeri. Kejuaraan-kejuaraan pencak silat sering digelar untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari proses pembinaan.

Keterampilan gerak dalam olahraga pencak silat diantaranya meliputi tendangan, pukulan, tangkisan, hindaran dan jatuhan. Masing-masing teknik gerak tersebut mempunyai fungsi dan kegunaannya sendiri.

Teknik tendangan memiliki 4 macam jenis tendangan yaitu: tendangan sabit, belakang, samping dan tendangan lurus. Teknik pukulan meliputi: pukulan lurus, bandul, totok, kembar dan pukulan samping. Teknik tangkisan meliputi: tangkisan luar, dalam, samping, dan tangkisan bawah. Teknik hindaran meliputi: hindaran samping, depan dan hindaran belakang. Teknik jatuhan meliputi: jatuhan angkatan dimana kita mengangkat badan lawan, jatuhan sapuan dimana jatuhan ini menggunakan salah satu kaki dengan menebas bagian bawah dari kaki lawan, dan jatuhan rebahan dimana kita menjatuhkan badan kita kemudian meluruskan salah satu kaki ke kaki bawah lawan.

Tendangan merupakan salah satu teknik gerak dalam olahraga pencak silat yang mempunyai nilai tinggi dan merupakan salah satu teknik yang sering digunakan dalam pertandingan. Penggunaan teknik tendangan dalam pertandingan cenderung lebih efektif terhadap pengumpulan angka dan pencapaian sasaran serang. Tetapi efektivitas tendangan dan ukuran tingkat kemampuan tendangan seorang pesilat belum dapat diketahui secara jelas dan pasti, karena belum adanya alat standar untuk mengukur keterampilan teknik tendangan dalam olahraga pencak silat.

Berkenaan dengan belum adanya tes standar untuk mengukur keterampilan tendangan dalam olahraga pencak silat, maka hal ini dapat dijadikan landasan untuk disusunnya sebuah tes yang valid dan reliabel. Berdasarkan penjelasan

tersebut maka untuk mengetahui tingkat kemampuan keterampilan seseorang khususnya dalam olahraga pencak silat maka diperlukan tes dan pengukuran. Adapun pengertian Tes dan Pengukuran yaitu: Tes adalah suatu kegiatan yang disusun, dilaksanakan, dan diskor dengan aturan-aturan tertentu yang telah ditetapkan, mengukur sampel atau hanya mengukur respon terhadap butir-butir tes yang diujikan atau diteskan. Pengukuran adalah suatu usaha untuk mengetahui keadaan seperti apa adanya, atau suatu proses pengumpulan data tentang suatu obyek yang akan diukur tetap keberadaannya.

Tes dan pengukuran antara lain bertujuan untuk mengumpulkan data sebagai alat penilaian. Tetapi kualitas alat ukur akan sangat menentukan akurat tidaknya data yang diperoleh, sehingga penilaian akan sangat tergantung pada data yang diperoleh dari hasil pengukuran, ketepatan hasil pengukuran sangat tergantung pada kecocokan alat atau instrumen yang digunakan serta kemahiran atau ketelitian para pelaksananya.

Dalam pengukuran diperlukan alat ukur untuk mendapatkan data yang obyektif. Agar data yang diperoleh obyektif, maka alat ukur yang harus digunakan haruslah memenuhi persyaratan sebagai alat ukur yang baik. Alat ukur yang digunakan dalam proses pengukuran hendaknya valid dan reliabel.

Pengujian validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur diperlukan untuk mengetahui apakah alat tersebut cocok (valid). Validitas diartikan sebagai ukuran seberapa cermat suatu tes melaksanakan fungsinya, seperti yang diungkapkan oleh Arikunto (1997 : 57) sebagai berikut: "Sebuah tes disebut valid apabila tes itu dapat tepat mengukur apa yang hendak diukur".

Untuk reliabilitas diungkapkan oleh Nurhasan (2000 : 30) sebagai berikut "Suatu tes dikatakan reliabel, jika alat ukur itu menghasilkan gambaran (hasil pengukuran) yang benar-benar dapat dipercaya dan dapat diandalkan untuk membuah hasil pengukuran yang sebenarnya".

Adapun bentuk tes keterampilan yang telah digunakan pada olahraga pencak silat yaitu: Tes Tendangan pada samzak, Tes Pukulan pada samzak,

Tes Hindaran dengan menggunakan samzak. Sedangkan Tes keterampilan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan tendangan pada samzak, karena berdasarkan pengalaman di lapangan tendangan bisa mengatur jarak tembak kita dengan lawan, dan tendangan juga mempunyai nilai yang lebih tinggi dari pukulan dan tendangan juga merupakan salah satu teknik serangan yang efektif untuk memperoleh nilai. Berdasarkan Buku Peraturan Pencak Silat (PB IPSI, 2003 : 9) dijelaskan sebagai berikut: “Serangan dengan menggunakan pukulan mempunyai nilai satu, sedangkan serangan dengan menggunakan kaki mempunyai nilai dua.”

Hasil wawancara penulis pada bulan September 2006 dan pada Februari 2007 dengan dua tokoh pencak silat yaitu, Bapak Mulyana. S.Pd, M.Pd (Pelatih Nasional dan Dosen Pencak silat FPOK Bandung), dan Ibu Ika Leksmna (Pelatih Nasional dan Juara Dunia Kls A Putri). Mereka mengatakan bahwa “Tes keterampilan Tendangan dengan menggunakan samzak belum diujikan tingkat validitas dan reliabilitas atau kebakuan tes tersebut”.

Berdasarkan keterangan dan penjelasan-penjelasan di atas akan pentingnya tes dan pengukuran terhadap keterampilan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “Uji Tingkat Kebakuan Tes Keterampilan Tendangan Pada Cabang Olahraga Pencak Silat”.

B. Masalah Penelitian

Kemajuan ilmu serta teknologi dalam berbagai bidang olahraga menimbulkan dorongan bagi para ahli olahraga untuk mengembangkan setiap cabang olahraga melalui pembinaan yang terencana dan teratur agar dapat mencapai suatu prestasi yang tinggi. Salah satu kendala yang dimiliki dalam pembinaan olahraga adalah cara atau metode untuk menentukan atlet yang potensial. Berbagai cara telah dilakukan untuk memilih atlet pencak silat. Sejauh ini sebagian para pelatih atau pengajar melakukan pemilihan atlet berdasarkan pengamatan, sehingga tidak dapat memberikan suatu gambaran yang tepat atau jelas mengenai kemampuan atlet pencak silat.

Disusunnya alat ukur untuk kemampuan tendangan dalam olahraga pencak silat merupakan hal yang penting dan mendesak dalam suatu kerangka pembinaan olahraga pencak silat itu sendiri. Hal ini berkaitan dengan proses pengambilan data hasil pembinaan dan latihan sebagai landasan dalam evaluasi hasil latihan.

Berdasarkan uraian masalah penelitian tersebut, maka rumusan masalah penelitian adalah: “Bagaimana tingkat kebakuan (validitas dan reliabilitas) tes tendangan dalam olahraga pencak silat?”

Tinjauan Teoritis

A. Tes dan Pengukuran

Tes hampir tidak dapat dipisahkan dari pengertian pengukuran. Tes merupakan suatu alat yang digunakan untuk membantu dalam pengambilan keputusan yang menyangkut individu maupun kelompok. Berbagai kegiatan dalam kehidupan manusia seringkali membutuhkan adanya suatu tes dan pengukuran sebelum menentukan nilai terhadap suatu hal. Dalam penggunaannya tes merupakan serangkaian prosedur yang sistematis dan obyektif untuk memperoleh data guna menjelaskan hasil yang ingin diketahui baik secara deskriptif maupun evaluatif, seperti yang diungkapkan oleh Arikunto (1997 : 51) bahwa: “Tes merupakan prosedur sistematis dimana individual yang di tes direpresentasikan dengan suatu tes stimulasi jawaban mereka yang dengan menunjukkan ke dalam angka.”

Pengukuran dalam bidang keolahragaan merupakan bagian atau proses dari usaha pembinaan ke arah peningkatan prestasi yang maksimal. Dari hasil pengukuran dapat diperoleh informasi mengenai kekurangan-kekurangan atau kemajuan-kemajuan yang ada pada proses berlatih maupun belajar yang dilakukan. Pengukuran merupakan salah satu cara yang digunakan untuk membandingkan karakteristik individu dengan individu yang lainnya melalui suatu alat ukur yang berupa tes tertentu yang hasilnya dapat dinyatakan dalam bentuk angka atau kategori. Jadi sebelum mengambil keputusan tentang suatu masalah yang ingin diketahui terlebih dahulu harus diadakan pengukuran untuk memperoleh data yang obyektif yang bersifat kuantitatif. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Gronlund (1985 : 6) bahwa: “Measurment is the process of

assigning numbers to individuals or their characteristic according to specific rules.” Selain itu yang dijelaskan oleh Nurhasan (2000 : 08) adalah: “Pengukuran merupakan proses untuk memperoleh data atau informasi dari individu atau obyek.” Adapun menurut Arikunto (1997 : 139) adalah “Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.”

B. Fungsi Tes dan Pengukuran

Dalam dunia olahraga atau pendidikan olahraga, pengukuran dapat digunakan sebagai sarana untuk mengetahui perkembangan yang menyangkut kemampuan keterampilan dalam kegiatan belajar atau latihan, bahkan dengan pengetesan dan pengukuran akan diketahui kekurangan dan kemajuannya keterampilan yang diperoleh dari hasil belajar atau latihan yang telah dilakukan. Jelas bahwa tes dan pengukuran memegang peranan yang penting dalam berbagai hal, baik dalam hal olahraga maupun bidang pendidikan. Jika suatu kegiatan tidak dibarengi dengan tes dan pengukuran, maka sulit untuk melihat kemajuan atau pun kekurangan. Hal ini sesuai dengan penjelasan Nurhasan (1991 : 214) bahwa: “Bila suatu usaha tidak disertai dengan pengetesan dan pengukuran, maka sukar untuk dapat menyatakan adanya kekurangan ataupun kemajuan.” Adapun fungsi lain dari tes dan pengukuran, seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan (1991 : 215-216) sebagai berikut:

a. Menafsirkan kemajuan para atlet

Pada permulaan latihan perlu diadakan tes awal latihan, kemudian berikan latihan-latihan yang telah disusun sesuai dengan program pembinaan olahraga, setelah beberapa minggu diadakan kembali pengetesan atau pengukuran mengenai hasil latihan yang telah diberikan

b. Penentuan dan bimbingan

Adakan pengetesan dan pengukuran untuk mendapatkan beberapa kasus dari tiap-tiap atlet, berdasarkan hasil pengukuran tersebut akan memberikan bantuan dan petunjuk-petunjuk kepada para atlet agar dapat memahami dirinya,

dengan demikian akan mempermudah dalam memberikan bimbingan untuk proses pembinaan selanjutnya.

c. Pengelompokan kemampuan atlet

Penentuan atlet dalam tiap-tiap kelompok yang homogen dalam kecakapannya, akan mempermudah pelatih dalam memberikan instruksi dan memberikan bahan-bahan latihan untuk atlet binaannya, karena tidak semua atlet mempunyai kecakapan yang tinggi, ada pula atlet yang sangat lambat dalam perkembangannya dalam menguasai teknik yang diberikan. Untuk pengelompokan atlet tersebut diperlukan data yang obyektif, untuk mendapatkan data yang obyektif diperoleh dari hasil pengukuran.

d. Pemberian motivasi dan dorongan

Setelah mengetahui status atlet dalam kelompoknya dengan pengetesan, pengukuran dan penilaian maka ia berusaha berlatih lebih giat lagi untuk mencapai kedudukan yang lebih baik. Dengan kata lain ia akan terasa ingin berlomba untuk menduduki ranking teratas.

e. Pemberian instruksi

Untuk mengetahui apakah instruksi yang telah diberikan dapat diterima atau tidak, maka perlu memilih cara atau metode yang digunakan dalam memberikan instruksi atau cara-cara latihan yang lebih efektif. Dengan demikian perlu mengadakan pengetesan.

f. Penelitian

Dari hasil pengetesan, pengukuran dan penilaian terhadap suatu aktivitas atau kegiatan, akan timbul masalah-masalah yang perlu diteliti lebih lanjut. Hasil penelitian ini sangat berguna bagi peningkatan prestasi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data diperoleh beberapa hal sebagai diskusi penemuan sebagai berikut:

Tingkat kebakuan tes keterampilan tendangan olahraga pencak silat secara umum termasuk dalam kriteria cukup tinggi. Hal ini tergambar dari nilai koefisien korelasi hasil penghitungan yang berada dalam rentang 0.90 – 1.00. Mathews (1963) dalam Nurhasan (2000 : 36).

Hasil perhitungan validitas dan reliabilitas tes tendangan menunjukkan bahwa tes tendangan dalam jarak 70 cm dan waktu tes selama 5 detik untuk tingkat validitas sebesar 0.78 dan reliabilitas sebesar 0.99. Berdasarkan hasil analisis bahan tes tersebut valid dan reliabel serta signifikan.

Hasil pengujian validitas dan reliabilitas tes tendangan tersebut menggambarkan terpenuhinya prasyarat penyusunan tes keterampilan dalam Nurhasan (2007 : 20), yang meliputi sebagai berikut:

1. Tes harus mengukur kemampuan-kemampuan yang penting

Dalam hal ini tendangan merupakan salah satu kemampuan yang penting dalam olahraga pencak silat, karena nilai dari tendangan yang sah merupakan nilai yang paling tinggi dari berbagai jenis teknik serangan.

2. Tes harus menyerupai permainan yang sebenarnya

Dalam hal ini tes tendangan menggambarkan permainan yang sebenarnya karena teknik tendangan yang dikonstruksi mengacu pada teknik tendangan yang dilakukan dalam pertandingan, baik jarak maupun waktu tesnya.

3. Tes harus mendorong bentuk gerakan yang baik

Dalam hal ini tes tendangan yang dikonstruksi mempertimbangkan bentuk gerakan tendangan yang baik, yaitu membantu timing tendangan yang baik, karena samzak sebagai sasaran tendangan bergerak ke depan dan belakang akibat dari tendangan dan pantulan dari dinding penahan.

4. Tes harus dilakukan oleh hanya seorang pelaku saja

Dalam hal ini tes tendangan dikonstruksi hanya untuk satu orang pelaku, di mana pelaku melakukan tendangan ke arah sasaran berupa samzak.

5. Tes harus menarik dan mempunyai arti

Dalam hal ini tes tendangan dikonstruksi dengan menggunakan samzak sebagai sasaran tendangan dimaksudkan agar tes menjadi lebih menarik, selain itu tes dibatasi oleh waktu dan jarak.

6. Tes harus cukup sukar

Dalam hal ini tes tendangan dikonstruksi dengan mempertimbangkan tingkat kesukaran, yaitu dengan batas waktu dan jarak, sehingga tiap testee atau pelaku akan mengalami tingkat kesukaran yang berbeda pada jarak 70 cm, 80 cm dan 90 cm juga pada waktu tes yaitu 5 detik. Banyaknya item tes ini pun merupakan salah satu bukti adanya tingkat kesukaran tes.

7. Tes harus dapat membedakan tingkat kemampuan

Dalam hal ini tes tendangan dikonstruksi dengan mempertimbangkan tingkat kemampuan atlet. Misalnya dengan jarak yang berbeda-beda atau dengan batas waktu tes yang berbeda.

8. Tes harus dilengkapi dengan cara menskor yang teliti

Dalam hal ini tes tendangan telah dilengkapi dengan cara menskor yang teliti, yaitu frekuensi banyaknya tendangan yang dapat dilakukan atlet dalam waktu 5 detik, pada jarak 70 cm, 80 cm dan 90 cm sebagai data penelitian.

9. Tes harus mempunyai cukup jumlah percobaan

Dalam hal ini tes tendangan telah diujicobakan beberapa kali, sehingga jarak dan waktu tes yang ditetapkan merupakan jarak dan waktu tes yang sudah teruji dan dianggap dapat menggambarkan alat ukur yang baik.

10. Tes harus dapat dipertimbangkan dengan bukti-bukti statistika

Dalam hal ini data hasil tes diolah dan dianalisis menggunakan pendekatan statistic, di mana nilai tingkat kealphaan yang digunakan sebesar 5% atau 0.5.

Tingginya tingkat validitas dan reliabilitas tes tendangan ini dapat disebabkan pula oleh kesesuaian antara tuntutan gerak saat tes dengan tuntutan gerak saat pertandingan sebenarnya. Dengan kata lain, alat ukur benar-benar memberikan dengan apa yang di ukur salah satu alat ukur dapat mengukur apa yang hendak di ukur.

Berdasarkan perhitungan dan analisa data tes tendangan tiap tendangan maka Tendangan dalam olahraga pencak silat sebaiknya dilakukan dalam jarak 70 cm dengan lamanya tes selama 5 detik. Hal ini dikarenakan hasil pengujian

validitas dan reabilitas tes menunjukkan nilai koefisien korelasi yang paling signifikan adalah jarak 70 cm dan waktu tes selama 5 detik

DAFTAR PUSTAKA

Alderman, R., (1974). **Psychological Behavior in Sport**, W.B Saunders Company, Philadelphia

David Krech, Richard, S. Crutchfield, E.L. Ballachay, 1962. **Individual In Society**. Tokyo, McGraw-Hill Kogakusha

Kamlesh, M.L., 1983. **Psychology of Physical Education and Sports**, Metropolitan Book Co, New Delhi.

Koontz, O'Donnel, et al., 1980., **Management**. McGraw-Hill Kogakusha Ltd, For Manufacture and export.

Miroslav Vanek, Bryant, J. Cratty, 1970. **Psychology and The Superior Athlete**, The Macmillan Company Collier-Macmillan Limited, London

Murray, E.J. 1964. **Motivation and Emotion**, Englewood Cliffs, N.J., Prentice-Hall.

Singer, N. Robert, 1986., **Peak Performance and More**. Movement Publications Inc., Ithaca, New York.

Straub, F. William. 1978., **Sport Psychology; An Analysis of Athlete Behavior**, Movement Publications, Ithaca, New York.

Wahjosumidjo, 1985, **Kepemimpinan dan motivasi**, Ghalia Indonesia, Jakarta.

Winkel W.S, 1983. **Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar**, PT Gramedia, Jakarta.