

FAKTOR-FAKTOR PENGHAMBAT PENUGASAN KETERAMPILAN GERAKAN SIRCLE, SAPUAN DEPAN, DAN GUNTINGAN PADA ATLET BINAAN PERGURUAN PENCAK SILAT Satria Mandiri Sumatera SELATAN

Oleh: **Muhsana El Cintami Lanos**
(Dosen Universitas PGRI Palembang)
Email: cintami@gmail.com

ABSTRAK

Olahraga beladiri Pencak Silat memiliki banyak sekali tehnik didalamnya namun tidak semua tehnik dipakai dalam pertandingan, karena banyak faktor yang menghambat penguasaan keterampilan gerakannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi pesilat dalam melakukan suatu teknik gerakan serta hntuk mengetahui penyebab faktor penyebab sulitnya pesilat menguasai gerakan *sircle*, *sapuan depan* dan *guntingan*. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian *survey*. Langkah-langkah penelitian meliputi : (1) Observasi, (2) Penyebaran Angket, (3) Wawancara, (4) Analisis Data. Subjek penelitian adalah atlet-atlet binaan Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumatera Selatan yang berjumlah 42 orang. Sebelum melakukan penelitian secara langsung, peneliti melakukan uji coba instrument penelitian di PPS Jari Sakti Palembang dan Diklat Pengcab IPSI Kabupaten Banyuasin. Hasil penelitian didapat bahwa faktor-faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan *sircle*, *sapuan depan*, dan *guntingan* adalah 13,0 % untuk indikator guru/pelatih yang melaksanakan program latihan, 20,0% alat dan fasilitas seperti *peatching*, *body protector*, matras, dan gedung tempat latihan, 12,4 % lingkungan lingkungan yang berada di sekitar area latihan, 17,3% fisik yang berada dalam program pembinaan tersebut, 37,3 % untuk indikator psikis. Hasil tersebut menunjukkan bahwa faktor yang paling besar dalam menghambat penguasaan keterampilan gerakan tersebut adalah faktor psiskis yaitu keberanian dan mental yakni sebesar 37,3%.

Kata Kunci: Gerakan *Sircle*, *Sapuan Depan*, dan *Guntingan*

PENDAHULUAN

Pencak silat terdiri atas empat aspek dalam pelajarannya, menurut O'ong Maryono (2008: 9) aspek tersebut antara lain meliputi: (1) aspek mental spiritual, (2) aspek beladiri, (3) aspek seni, dan (4) aspek olahraga. Keempat aspek mempunyai teknik-taktik dalam unsur pembelaan dan serangan yang berbeda. Pada Peraturan Pertandingan Pencak Silat aspek olahraga dibagi atas empat kategori yang meliputi: (1) tanding, (2) tunggal, (3) ganda, (4) beregu. Dari berbagai macam teknik tersebut masing-masing aspek mempunyai penekanan sasaran tujuan yang sangat berbeda.

Sebagai contoh aspek beladiri dengan aspek olahraga teknik sasaran perkenaannya berbeda, karena beladiri penekanan sasarannya pada pembelaan dan tidak ada peraturan larangan sasaran. Namun pada aspek olahraga ada larangan lintasan serangan yaitu tidak diperbolehkan menyerang leher ke atas, dan kemaluan. Dalam praktik teknik-teknik dasar ini dikombinasikan sedemikian rupa bahwa mereka membentuk suatu kaidah yang sangat khas dimana gerak olahraga dan beladiri menyatu dengan unsur seni maupun nafas dan perasaan batin (O'ong Maryono, 2008:11)

Perbedaan penekanan teknik masing-masing aspek tersebut, maka dipandang perlu untuk mengetahui teknik-teknik apa saja yang diperlukan dan sesuai dengan tujuan pencak silat. Teknik-teknik pencak silat cukup banyak dan mempunyai beraneka ragam, sedang pada pelaksanaan pertandingan tidak semua teknik dapat diterapkan pada pertandingan. Seperti teknik sircle, sapuan depan, dan guntingan jarang sekali digunakan oleh pesilat, padahal apabila teknik tersebut dipakai oleh pesilat dan pada pelaksanaannya teknik tersebut berhasil menjatuhkan lawan maka tidak hanya nilai prestasi teknik yang didapat namun juga nilai keindahan gerak yang dapat membuat dewan wasit juri serta penonton yang menyaksikan pertandingan tersebut menjadi kagum.

Menurut Joko Subroto (1994 : 45) salah satu kaidah seni beladiri pencak silat memiliki konotasi yakni gerakan pencak silat harus memiliki nilai estetis dan harmonis menitik beratkan pada keindahan gerak, berwiraga (gerak yang tertib dan teratur), berwirasa (indah, luwes dan serasi), dan bila diiringi dengan musik juga berwirama (selaras dengan musik yang mengiringinya). Tapi pada kenyataannya gerakan ini jarang sekali digunakan oleh pesilat, padahal pada saat masa latihan tentunya para pelatih mengajarkan semua teknik pencak silat. Untuk itu amatlah penting seorang pelatih dapat mengerti teknik-teknik yang efektif, efisien, serta mempunyai nilai estetika yang dapat diterapkan pada pertandingan pencak silat, serta mengetahui faktor penyebab sulitnya seorang pesilat menguasai keterampilan gerakan tertentu sehingga pelatih dalam memberikan latihan tidak sia-sia saja.

Faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi pesilat itu sendiri, antara lain faktor fisik yang prima, aspek-aspek kebugaran jasmani yang baik, serta kemampuannya dalam menyerap/menguasai teknik-teknik dasar secara sempurna. Kesempurnaan teknik tersebut mendukung tercapainya hasil maksimal ketika diaplikasikan dalam pertandingan sesungguhnya. R.Kotot Slamet Riyadi (2003 : 16). Berdasarkan pengamatan peneliti saat proses kegiatan latihan berlangsung, diketahui bahwa tingkat penguasaan keterampilan gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan atlet-atlet Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri masih sangat kurang. Dari 42 orang atlet yang dijadikan sampel penelitian, 95% atlet belum menguasai keterampilan gerakan-gerakan ini. Mereka juga terlihat tidak ingin mencoba kembali materi latihan yang diberikan oleh pelatih. Hanya 5% atlet yang mampu menguasai gerakan-gerakan ini secara baik dan benar. Menurut wawancara yang dilakukan peneliti dengan pelatih yang membina atlet-atlet pada Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumsel ini beliau mengemukakan bahwa memang benar penguasaan keterampilan gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan pada atlet binaannya masih kurang. Pernyataan ini sendiri diperkuat dengan catatan hasil pertandingan terakhir yang diikuti oleh atlet-atlet binaan Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumsel dimana hanya 10% pesilat yang memakai atau menerapkan teknik gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan pada saat pertandingan. Sehingga dari fenomena tersebut menimbulkan sebuah permasalahan bentuk kegiatan apakah yang paling cocok untuk mengidentifikasi faktor-faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan.

Dengan mengidentifikasi faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan maka diharapkan pelatih dapat mengetahui apa saja yang menyebabkan pesilat sulit menguasai gerakan-gerakan tersebut sehingga dalam pelaksanaan pertandingan tidak hanya teknik-teknik seperti pukulan, tendangan, tangkisan, dan bantingan yang dipakai. Namun juga semua teknik dan kaidah pencak silat dapat diterapkan, sehingga gerakan-gerakan tersebut juga memiliki nilai estetika.

Maka dari itu, peneliti memilih mengidentifikasi faktor-faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan sircle adalah teknik yang dilakukan dengan posisi tubuh berada di bawah, dimana dengan terlebih dahulu memutar / membalikkan badan sekaligus membawa tubuh ke bawah (rebah) diiringi dengan ayunan tungkai membentuk lintasan seperti lingkaran (sircle). (R.Kotot, 2003 : 100), sapuan depan adalah teknik yang berlawanan dengan sapuan belakang (sircle), perbedaannya terletak pada pelaksanaannya dengan posisi badan tidak memutar / berbalik pada saat melakukan serangan. dan guntingan adalah Guntingan merupakan teknik jatuhnya yang tergolong sulit dalam pelaksanaannya, namun justru karena faktor kesulitan tinggi tersebutlah, guntingan jika berhasil dilaksanakan dengan baik, akan menambah daya tarik pertandingan pencak silat. Untuk melakukan teknik ini sendiri, pesilat harus melakukan loncatan ke depan (ke arah sasaran) kemudian memosisikan kaki seperti cara kerja gunting dengan sasaran kaki lawan.

. Karena seperti yang telah diuraikan diatas tentang masih rendahnya penguasaan keterampilan gerakan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mengambil judul Identifikasi Faktor Penghambat Penguasaan Keterampilan Gerakan Sircle, Sapuan Depan, dan Guntingan Pada Atlet Binaan Perguruan Pencak Silat Sumatera Selatan.

Pencak silat merupakan permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan menangkis, meyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata serta sudah menjadi bagian dari olahraga prestasi. Keberhasilan untuk melaksanakan program latihan dan keterampilan gerakan-gerakan pada saat latihan dan pertandingan ditentukan oleh 2 faktor yaitu, 1) Faktor Eksternal meliputi, guru dan pelatih, alat dan fasilitas, serta lingkungan yang baik, 2) Faktor internal mengenai fisik dan psikis. Namun dari uraian di atas di duga bahwa untuk keberhasilan melakukan gerakan-gerakan tersebut dalam latihan masih terdapat banyak hambatan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian survei, yaitu penelitian yang mengumpulkan informasi tentang karakteristik, tindakan, pendapat dari sekelompok responden yang

representative yang dianggap sebagai populasi. Dikatakan oleh Fraenkel dan Walen (dikutipYatim Riyanto, 2010:23) penelitian survei merupakan penelitian dengan mengumpulkan informasi dari suatu sampel dengan menanyakan melalui angket atau interview supaya nantinya menggambarkan berbagai aspek dari populasi. Dalam hal ini adalah untuk mengidentifikasi faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan sircle, sapuan depan, dan guntingan. Populasi dalam penelitian adalah atlet binaan Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumatera Selatan yang berjumlah 42 Orang yang terdiri dari 25 laki-laki dan 17 perempuan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum menganalisis data dari instrument angket maka peneliti melakukan pengamatan langsung dengan panduan table dan hasil dari observasi tersebut adalah sebagai berikut:

No	Aspek Yang Dinilai	Pesentase Pencapaian
1	Semangat	51,4 %
2	Keberanian	39,5 %
3	Motivasi	49,5 %
4	Koordinasi Gerak	52,3 %
5	Pelatih	62,8 %

Uji Validitas

Perhitungan dalam uji validitas dilakukan dengan bantuan program *SPSS* versi 17. Hasil uji validitas dari 40 item pernyataan yang disebar ke masing-masing 15 responden sementara. Untuk menentukan apakah item valid atau tidak maka dilihat pada nilai signifikansi, jika signifikansi $\leq 0,05$ maka item valid, tetapi jika signifikansi $\geq 0,05$ maka item tidak valid sehingga didapat hasil Dari 40 pernyataan yang diajukan kepada 15 orang responden sementara ternyata ada 6 item pernyataan yang tidak valid.

Uji Reliabilitas

Sebelum melakukan penyebaran ke 42 orang responden perlu dilakukan penyebaran kuisisioner ke responden sementara dengan jumlah 15 orang untuk pengujian reliabilitas terhadap kuisisioner sebagai alat uji yang reliabel. Uji reliabilitas

pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program *SPSS* Versi 17 menggunakan metode *Cronbach Alpha*. Untuk menentukan apakah instrument tersebut reliabel atau tidak yaitu menggunakan 0,6. Reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik. Dari hasil penghitungan maka didapat data :

Tabel Uji Reliabilitas

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha ^a	N of Items
.782	40

Sumber : Hasil olahan data SPSS 17

Hasil dari analisis reliabilitas dengan teknik *Cronbach Alpha* didapat nilai 0,782, karena nilai lebih dari 0,6 instrumen kuesioner dinyatakan reliabel.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil observasi, selanjutnya disebar angket dan menganalisis jawaban atlet-atlet tersebut kemudian data tersebut dianalisis untuk mengetahui Faktor-Faktor Penghambat Penguasaan Keterampilan Gerakan *Sircle*, Sapuan Depan, dan Guntingan Pada Atlet Binaan PPS Satria Mandiri Sumatera Selatan. Adapun Faktor- faktor tersebut dalam bentuk persentase seperti table dibawah ini.

Tabel Persentase Faktor- Faktor Penghambat Penguasaan Keterampilan Gerakan *Sircle*, Sapuan Depan, dan Guntingan

No	Indikator	Persentase
1	Guru/Pelatih	13,0 %
2	Alat dan Fasilitas	20,0 %
3	Lingkungan	12,4 %
4	Fisik	17,3 %
5	Psikis	37,3 %
Jumlah		100 %

Berdasarkan table di atas Faktor-Faktor Penghambat Penguasaan Keterampilan Gerakan *Sircle*, Sapuan Depan, dan Guntingan didapat persentase 13,0 % untuk indikator guru/pelatih, 20,0% alat dan fasilitas, 12,4 % lingkungan, 17,3% fisik, 37,3 % Psikis. Pada indikator pertama yaitu guru/pelatih didapat persentase yang cukup kecil yakni 13,0 %, ini menunjukkan bahwa peran pelatih sudah cukup baik dalam upaya meningkatkan penguasaan keterampilan gerakan *sircle*, sapuan depan, dan guntingan. Kondisi ini juga dilihat dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti bahwa pelatih yang menjalankan program latihannya sudah cukup maksimal dan sesuai dengan program.

Pada indikator kedua yaitu alat dan fasilitas didapat persentase 20,0 %, indikator ini masuk dalam kategori yang cukup besar. Dapat dilihat dari keraguan atlet saat melakukan gerakan apabila alat yang digunakan tidak cukup baik. Akibatnya atlet terkadang terlihat tidak serius dalam berlatih. Pada indikator ketiga yaitu lingkungan didapat persentase 12,4%, indikator ini termasuk dalam kategori yang cukup kecil, dilihat dari lingkungan tempat dilaksanakannya latihan tidak mempengaruhi konsentrasi atlet dalam menerima program yang diberikan oleh pelatih.

Pada indikator ke empat didapat persentase 17,3% indikator ini masuk dalam kategori cukup, karena untuk gerakan seperti *sircle*, sapuan depan, dan guntingan

termasuk gerakan cepat dan tidak membutuhkan stamina yang banyak. Pada indikator ke lima yaitu psikis didapat persentase sebesar 37,3%, indikator ini cukup besar dan sangat mempengaruhi dan termasuk dalam faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan *sircle*, sapuan depan, dan guntingan. Ini terlihat pada saat peneliti melakukan observasi langsung, didapat atlet yang ragu-ragu dalam melakukan gerakan-gerakan tersebut karena takut terjadi cedera, begitu juga saat peneliti melakukan wawancara langsung terhadap beberapa atlet mereka menyatakan bahwa takut untuk melakukan gerakan, belum percaya diri untuk melakukan gerakan tersebut, dan mereka menganggap gerakan tersebut terlalu banyak resiko nya.

SIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hambatan yang dialami atlet-atlet Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumatera Selatan dalam menguasai keterampilan gerakan *sircle*, sapuan depan, dan guntingan dipengaruhi faktor psikis sebesar 37,3%. Hal ini berarti bahwa faktor psikis menjadi penghambat terbesar untuk atlet dalam menguasai keterampilan gerakan tersebut. Secara lebih rinci mengenai penghambat atlet dalam menguasai keterampilan gerakan *sircle*, sapuan depan, dan guntingan untuk setiap faktor sebagai berikut :

1. Faktor-faktor yang menghambat atlet PPS Satria Mandiri dalam penguasaan keterampilan gerakan *sircle*, sapuan depan, dan guntingan yakni 13,0 % untuk indikator guru/pelatih yang melaksanakan program latihan, 20,0% alat dan fasilitas seperti *petching*, *body protector*, matras, dan gedung tempat latihan, 12,4 % lingkungan yang berada di sekitar area latihan, 17,3% fisik atlet yang berada dalam program pembinaan tersebut, 37,3 % untuk indikator psikis seperti mental dan keberanian
2. Faktor-faktor tersebut dinyatakan sangat menghambat apabila persentase berada diatas 30%

KETERBATASAN HASIL PENELITIAN

Dengan hasil penelitian yang telah didapat tentang Faktor-faktor penghambat penguasaan keterampilan gerakan *circle*, sapuan depan, dan guntingan pada atlet binaan Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri maka dapat diketahui faktor apa saja dan seberapa besar hambatan yang dialami atlet-atlet tersebut dalam menerima program latihan, bukan berarti penelitian ini mempunyai kelemahan-kelemahan. Adapun kelemahan dapat diungkapkan sebagai berikut:

1. Instrumen penelitian diujicobakan dengan sekali sehingga kemungkinan terjadi kesalahan baik substansial maupun kebahasaan. Kesalahan tersebut tidak mungkin dapat untuk diperbaharui lagi padahal ketepatan instrumen akan berpengaruh besar terhadap ketepatan jawaban.
2. Tidak menutup kemungkinan bahwa atlet-atlet binaan PPS Satria Mandiri Sumatera Selatan dalam mengisi angket kurang bersungguh-sungguh karena tidak ada sanksi apapun yang dijatuhkan kepada mereka seandainya dalam pengisian angket tidak sebagaimana mestinya.
3. Dalam penelitian ini pengambilan datanya menggunakan instrumen angket sehingga ada kemungkinan dalam pengisian, responden dipengaruhi oleh kondisi responden yang berbeda-beda.

IMPILKASI HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini digunakan sebagai masukan bagi pihak-pihak yang terkait dengan pembinaan prestasi cabang olahraga pencak silat terutama Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri dalam rangka mengurangi hambatan yang dialami atlet binaannya dalam mengikuti program latihan PPS Satria Mandiri Sumatera Selatan dan meningkatkan prestasi olahraga melalui cabang olahraga pencak silat. Disamping itu hasil penelitiannya dapat dimanfaatkan bagi pelatih Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumatera Selatan, dan pelatih ekstrakurikuler pencak silat.

SARAN-SARAN

Berdasarkan pendahuluan, pembahasan, dan hasil penelitian ini maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak-pihak yang terkait dengan cabang olahraga pencak silat terutama pengurus PPS Satria Mandiri Sumatera Selatan untuk menyelenggarakan atau ikut berpartisipasi dalam kejuaraan pencak silat atau bentuk lain secara periodik, guna memotivasi atlet untuk giat berlatih. Memperluas wawasan dan menambah pengalaman dan kemampuan atlet dalam berolahraga khususnya pencak silat.
2. Untuk bahan perbandingan perlu diadakan penelitian masalah yang sama tetapi lingkungannya lebih spesifik lagi, metode/teknik serta alternative jawaban yang lain sehingga akan diperoleh hasil perbandingan yang tentunya akan memperjelas hambatan yang dialami atlet PPS Satria Mandiri Sumatera Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasan. 2006. Panduan Lengkap Menguasai SPSS. Jakarta : Media Pustaka.
- Lubis, Johansyah. 2004. Pencak Silat Panduan Praktis. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Marhijanto, Bambang. 2005. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Surabaya: Bintang Timur.
- Muchtar, Anita. 2012. Hubungan Antara Motivasi dan Gaya Kepemimpinan Dengan Kinerja Guru Di SDN 24 Talang Kelapa Kabupaten Banyuasin. Universitas Tridinanti Palembang.
- PB IPSI. 2003. Peraturan Pertandingan Pencak Silat Ikatan Pencak Silat Indonesia, Hasil MUNAS IPSI IX. Jakarta: Humas IB IPSI.
- Subroto, Joko. 1994. Pembinaan Pencak Silat Fisik, Teknik, Taktik, dan Mental. Solo: Aneka Solo
- Maryono, O'ong. 2008. Pencak Silat Merentang Waktu. Yogyakarta: Benang Merah
- Slamet, Hariyadi, R.Kotot. 2002. Teknik Dasar Pencak Silat Tanding. Jakarta : Dian Rakyat
- Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Bandung : Alfabeta