

**NASKAH PUBLIKASI**

**TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK  
SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL  
(SKOI) KALIMANTAN TIMUR**

**THE LEVELS OF SKICKET SKILL SKILLS OF PENCAK SILAT ATHLETES  
SPECIAL SCHOOL OF INTERNATIONAL SPORTS (SKOI) EAST KALIMANTAN**

**MUHAMMAD JULIO ILHAM FAUZIE<sup>1</sup>, NANDA ALFIAN MAHARDHIKA<sup>2</sup>**



**DI SUSUN OLEH:  
MUHAMMAD JULIO ILHAM FAUZIE  
NIM.1811102422021**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA FAKULTAS  
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
2023**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Tingkat Keterampilan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Sekolah Khusus  
Olahragawan Internasional (SKOI) Kalimantan Timur**

**Skill Level of Sickle Kick for Pencak Silat Athletes Special School for International  
Athletes (SKOI) East Kalimantan**

**Muhammad Julio Ilham Fauzie<sup>1</sup>, Nanda Alfian Mahardhika<sup>2</sup>**



**DI SUSUN OLEH:  
MUHAMMAD JULIO ILHAM FAUZIE  
NIM. 1811102422021**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA FAKULTAS  
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
2023**

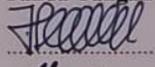
HALAMAN PENGESAHAN

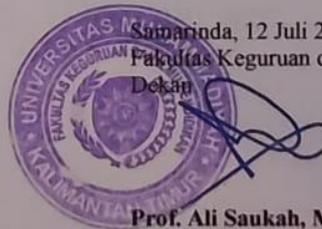
TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK  
SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL  
(SKOI) KALIMANTAN TIMUR

MUHAMMAD JULIO ILHAM FAUZIE  
1811102422021

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.	Penguji 1		14-7-2023
Julianur, S.Pd., M.Pd.	Penguji 2		12 juli 2023



Samarinda, 12 Juli 2023  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan

Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D  
NIDK. 8912620021

### Persetujuan Publikasi

Kami dengan ini mengajukan surat publikasi penelitian dengan

Judul

**TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT  
SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL (SKOI)  
KALIMANTAN TIMUR**

Bersama dengan surat ini persetujuan ini kami lampirkan makalah publikasi

Penguji 1



Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 1117089101

Pemadiri



Muhammad Julio Ilham Fauzic  
NIM.1811102422021

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1  
Pendidikan Olahraga



Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 1117089101

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat sekolah khusus olahragawan (SKOI) kalimantan timur” karya,

Nama : Muhammad Julio Ilham Fauzie

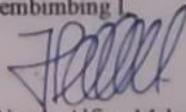
NIM : 1811102422021

Program Studi : S1 Pendidikan Olahraga

telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang ujian skripsi.

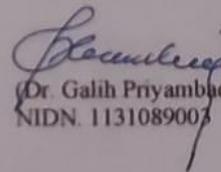
Smarinda, 26 Juni 2023

Pembimbing I,



(Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd.)  
NIDN. 1117089101

Pembimbing II,



(Dr. Galih Priyambada, M.Pd. AIFMO-P)  
NIDN. 1131089007

## TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL KALIMANTAN TIMUR

Muhammad Julio Ilham Fauzie<sup>1</sup>, Nanda Alfian Mahardhika<sup>2</sup>, Galih Priyambada<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<b>Article Info</b>	<b>ABSTRAK</b>
<b>Kata Kunci:</b>  <i>Tendangan sabit, keterampilan, pencak silat, SKOI</i>	<p>penelitian ini bertujuan mendapatkan data tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) Kalimantan Timur. Jenis penelitian ini adalah deskriptif, dengan desain penelitian metode survei. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet pencak silat SKOI Kaltim yang berjumlah 17 atlet, adapun teknik pengambilan sampel adalah <i>total sampling</i>, yaitu mengambil sampel dengan cara seluruh populasi dijadikan sampel, dengan demikian diketahui jumlah sampel penelitian ini berjumlah 17 atlet dan di dalam penelitian yang di lakukan ini teknik dalam menganalisis datanya memakai metode deskriptif kuantitatif. Hasil dari penelitian yang telah di lakukan ini di ketahui tingkat keterampilan silat tendangan sabit atlet pencak silat dalam kategori “Baik Sekali” dengan terdiri dari 4 atlet (24%) dan kategori “Baik” terdiri dari 13 atlet (76%), kategori “Cukup” dengan terdiri dari 0 atlet (0%), kategori “Kurang” yang terdiri dari 0 atlet (0%) dan kategori “Kurang Sekali” yang terdiri dari 0 atlet (0%). Jadi dapat di simpulkan bahwa tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kalimantan Timur dalam kategori Baik Sekali.</p>
<b>Keywords:</b>  <i>Crescent kick, skills, pencak silat, SKOI</i>	<b>ABSTRACT</b>
	<p><i>This study aims to obtain data on the skill level of the sickle kick of pencak silat athletes at the Special School for International Athletes (SKOI) in East Kalimantan. This type of research is descriptive, with a survey method research design. The population in this study were the SKOI Kaltim pencak silat athletes, totaling 17 athletes, while the sampling technique was total sampling, namely taking samples by means of the entire population being sampled. This technique in analyzing the data uses a quantitative descriptive method. The results of the research that has been carried out are known to be the skill level of sickle kick silat pencak silat athletes in the "Very Good" category consisting of 4 athletes (24%) and the "Good" category consisting of 13 athletes (76%), the category "Enough" consisting of 0 athletes (0%), the "Less" category which consists of 0 athletes (0%) and the "Not Once" category which consists of 0 athletes (0%). So it can be concluded that the skill level of the sickle kick skill of the East Kalimantan SKOI pencak silat athletes is in the Very Good category</i></p> <p style="text-align: right;"><i>This is an open access article under the <a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">CC BY-SA</a> license.</i></p>
	

**Penulis Korespondensi:**

Muhammad Julio Ilham Fauzie  
 Program Studi Pendidikan Olahraga  
 Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
 Email: [bangbozz.14@gmail.com](mailto:bangbozz.14@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Pencak Silat adalah salah satu dari banyak seni bela diri di dunia. Pencak silat mengedepankan bela diri, sebenarnya sudah ada sejak zaman dahulu kala karena untuk bertahan hidup, manusia harus berjuang, baik melawan manusia maupun melawan hewan liar. Pada saat itu, seorang yang hebat dan pandai bertempur akan mendapatkan kekuasaan yang baik di masyarakat hingga bisa di angkat kepala suku atau pemimpin (Sutopo 2022). Pencak Silat warisan budaya leluhur negara merupakan seni bela diri unik yang menyatu dengan kepribadian bangsa Indonesia. Latihan pencak silat yang memadukan aspek bela diri dengan seni, olah raga, dan spiritualitas menjadi satu kesatuan yang utuh, pada hakekatnya merupakan bagian dari budaya dan karakter bangsa Indonesia. (Nanda Mahardhika dan Sutapa 2021).

Analisis utama keterampilan dalam pencak silat melibatkan gerakan dasar. Gerak dasar pencak silat adalah gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali. Gerak dasar pencak silat memiliki empat aspek secara utuh dan tidak terpisahkan (Johansyah Lubis 2016). Teknik-teknik berikut ini tidak semuanya boleh digunakan dan dilaksanakan dalam pertandingan pencak silat karena ketentuan atau klasifikasi yang dipersengketakan. Gerakan dasar pencak silat meliputi: jurus, sikap tubuh, pola langkah, menyerang, bertahan, menghindar, menahan, mengunci dan melempar. Berdasarkan observasi penulis terhadap atlet di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) Kalimantan Timur. Pelatih mengatakan bahwa saat menendang, kaki mereka sering tersangkut, meski tidak selalu ditendang dan ditendang oleh lawan. Alasannya adalah tendangan ini lebih realistis dan lebih cepat dari tendangan lainnya, yang membantu untuk mencetak poin.

Menurut (Emral 2017) salah satu ciri pelatihan, yang berakar pada latihan, latihan, dan fading adalah volume latihan karena itu semua merupakan kebutuhan beban ketika melaksanakan program latihan latihan. Akibat latihan ini di peroleh pengaruh perkembangan kualitas fisik, psikologis, perilaku dan sosial seorang atlet, dan hasil yang optimal dapat dicapai dalam waktu singkat dan berkelanjutan dalam jangka waktu yang relatif lama. Secara umum, latihan khusus untuk meningkatkan kekuatan atlet dapat dilakukan dengan menggunakan metode latihan dan bobot yang dijelaskan bahwa tujuan utama latihan kekuatan adalah kekuatan, kualitas energi, dan kekuatan otot. Ini tentang meningkatkan augmentasi. Energi mencakup peningkatan kapasitas untuk aerobik intensitas rendah, intensitas sedang, dan intensitas tinggi, serta anaerob laktat. Pelatihan otot melibatkan peningkatan kapasitas komponen biomotor termasuk: kekuatan, daya tahan, kecepatan, kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan.

Melalui latihan, kebugaran seorang Atlet dapat mempertahankan atau meningkatkan keterampilan dan kesehatan umum. Kebugaran adalah ukuran kemampuan fisik seseorang (atlet) dalam melaksanakan aktifitas ke seharian. Tingkat kebugaran seorang atlet bila rutin maka tinggi pula kapasitas aktifitas kebugarannya. Latihan kebugaran merupakan program utama dalam melatih atlet untuk berprestasi maupun berprestasi di cabang pencak silat. Latihan kebugaran adalah proses pengembangan kapasitas aktivitas jasmani secara sistematis dan ditingkatkan secara bertahap untuk mempertahankan atau mengasah kapasitas kerja ideal bagi jasmani (Subardjah 2015).

Persiapan sebelum latihan dan kompetisi adalah yang terpenting. Prioritas penting adalah upaya untuk memastikan keselamatan selama pelatihan dan kompetisi, seperti pemanasan yang tepat dan mengantisipasi cedera selama pertandingan, seperti menyentak bagian otot tertentu. Selain memberikan perawatan tersebut, upaya lain yang mungkin ditawarkan adalah mengoleskan *kinesio dressing* pada otot atau persendian yang berisiko cedera.

Tidak semua atlet atau pelatih menguasai teknik tersebut, dalam hal ini yaitu di mana pemberian *treatment* yang dimaksud yaitu *sport massage* dengan tujuanantisipasi terhadap cedera yang dikombinasikan dengan pemberian *kinesio taping* pada bagian otot tertentu. Olahraga beladiri dalam hal ini akan mengarah ke aktifitas bela diri pencak silat yang ada di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional Kalimantan Timur. pencak silat ialah cabang olahraga turun temurun dan banyak menorehkan prestasi baik dalam kejuaraan Nasional hingga Internasional. Kombinasi gerakan dalam pencak silat jika tidak dilakukan dengan penuh kehati-hatian maka akan sangat beresiko terhadap cedera. Dengan sosialisasi *sport massage* dan *kinesio taping* pada atlet diharapkan akan memberikan pemahaman pentingnya *treatment* tersebut, sehingga dalam menjalani latihan dan pertandingan tidak lagi salah dalam upaya penanganan (Priyambada and Kusumawati 2018).

Oleh karena itu, penulis mengajukan pertanyaan ini dengan mengukur keterampilan motorik dasar tendangan sabit. Jadi, teknik dasar tendangan merupakan proses gerakan ofensif sintetik yang menggunakan kaki dengan cara diluruskan sehingga mengenai sasaran secara efisien dan simpel. Tendangan adalah cara penyerangan yang menggunakan anggota tubuh dan memiliki keunggulan dibandingkan tinju atau pukulan, hal ini terbukti pada penilaian tendangan bernilai 2 poin sedangkan pukulan bernilai 1 poin. Berdasarkan pendapat ahli untuk menentukan serangan busur/sabit. Dapat disimpulkan tendangan ini di definisikan sebagai tendangan yang di lakukan dengan keseimbangan pada garis tengah busur dengan pangkal jari atau punggung kaki dan dengan sikap berdiri tegak.

Di Kota Samarinda cabang Olahraga pencak silat sudah sangat bagus. Hal itu dilihat dari performa atlet maupun pelatihnya. Berdasarkan penelitian penulis ingin mencari tahu tentang sumber daya manusia yang berada di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) hingga penulis mengambil judul tersebut. Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) bertempat di komplek GOR Utama jl. H. A. M. Rifaddin, Simpang Pasir, Kec. Palaran, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75251. Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) ialah salah satu sekolah yang dapat mencetak bibit-bibit unggul untuk menjadi seorang atlet. Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) memiliki dua jenjang pendidikan yaitu SMP dan SMA, selain itu SKOI juga mendapat akreditasi A dan SKOI memiliki prestasi yang tinggi hingga kejenjang nasional maupun internasional seperti Asean Games, Sea Games, maupun PON.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan mendapatkan data tingkat dasar keterampilan tendangan sabit pada atlet Pencak Silat dari Sekolah Khusus Olahragawan Internasional Kalimantan Timur. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui nilai variabel bebas, variabel atau lebih (independen), tanpa membandingkan satu variabel dengan variabel lainnya (Sugiyono, 2016: 11). Metode yang digunakan ialah metode survei dan teknik tes serta pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui dan memperoleh data yang nyata.

Pada penelitian ini menggunakan variabel tunggal yang meliputi tendangan sabit atlet pencak silat di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional Provinsi Kalimantan Timur. Bahwa variabel adalah bahan penelitian atau apa saja yang menjadikan pusat perhatian (Suharsimi, 2016: 50).

Variabel pada penelitian ini memaparkan hasil keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional Provinsi Kalimantan Timur dalam bentuk skor atau angka. Penjelasan lebih lanjut mengenai teknik tendangan bulan sabit dalam pencak silat adalah teknik menyerang lawan. Menurut (Suharsimi, 2016:53) populasi adalah domain umum yang terdiri dari bahan-bahan atau mata

pelajaran yang menunjukkan sifat dan ciri tertentu yang ditentukan dan dipelajari. Populasi penelitian ini terdiri dari 17 atlet Pencak Silat SKOI Kaltim dan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu seluruh populasi diambil sebagai sampel sebanyak 17 atlet.

(Suharsimi, 2016:53) menegaskan bahwa informasi adalah hasil pengolahan data dan bahwa data adalah segala statistik dan fakta yang dapat digunakan untuk membuat informasi. Tes kecepatan tendangan sabit digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data. Pengukuran tes tendangan sabit dilakukan sebagai berikut:

1. Tujuan Untuk mengetahui keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kalimantan Timur
2. Peralatan: Sandsack 50 kg/target handbox; Meteran; Stopwatch
3. Pelaksanaan: a) Peserta bersiap berdiri di belakang sandsack/target dengan satu kaki tumpu berada di belakang garis sejauh 60 cm b) Kemudian melakukan tendangan sabit dan mengenai target sesuai dengan keterampilan tendangan sabit yang benar.
4. Penilaian: a) Indikator dalam tes ini adalah: 1) badan sikap pasang, 2) angkatan, 3) saat melepaskan tendangan, 4) kembali ke sikap pasang; b) Tim penilai ialah pelatih pencak silat yang sudah berpengalaman; c) Skor berdasarkan jumlah penampilan peserta berdasarkan kisi-kisi instrumen berikut:

Tabel 1. kisi-kisi instrument teknik keterampilan tendangan sabit pencak silat:

No		Nilai				
	Indikator Tendangan Sabit	6	7	8	9	10
1	Posisi sikap pasang (awal)					
2	Lutut diangkat terlebih dahulu (lk 100 derajat)					
3	Posisi badan saat angkatan kaki dalam keadaan seimbang					
4	Melepaskan kaki dengan keadaan lurus					
5	Posisi badan saat lepasan kaki dalam keadaan seimbang					
6	Posisi kedua tangan merapat dengan badan					
7	Menarik kaki dengan lutut merapat (lk 1000)					
8	Posisi badan saat lutut merapat seimbang					
9	Posisi kedua tangan didepan dada					
10	Kembali ke sikap pasang dalam keadaan seimbang					

Sumber: (Johansyah, 2016:199)

Untuk mengevaluasi tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kaltim, dilakukan analisis data. Teknik analisis yang diterapkan adalah metode deskriptif kuantitatif berdasarkan (Sugiyono, 2016) menganalisis data dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah dikumpulkan tanpa maksud untuk menarik kesimpulan secara umum.

Ketika tes selesai, hasil pengumpulan data akan diperoleh. Kemudian data yang dihasilkan akan diinterpretasikan dengan klasifikasi data. Klasifikasi tersebut diperoleh menjadi lima kategori yaitu sangat baik, baik, sedang, kurang baik, sangat kurang. Sedangkan untuk klasifikasi, kelima standar tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Penilaian Penampilan Ketrampilan Atlet

No	Interval	Kategori
1	$X > M + 1,5 SD$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Sumber: (Sudijono, 2011: 435)

Data yang telah terkumpul dianalisis lalu selanjutnya untuk menarik kesimpulan dari penelitian dengan menghitung kategori dan persentase dengan rumus. Proses ini bertujuan untuk memberikan suatu gambaran yang lebih jelas tentang tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kaltim.

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

Keterangan:

*DP* : Deskriptif Persentase*n* : Skor empirik (Skor yang diperoleh)*N* : Skor ideal untuk setiap butir tes

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil tes deskriptif data hasil penelitian tentang tingkat keterampilan tendangan atlet sekolah Khusus Olahragawan Internasional Kalimantan Timur cabang olahraga bela diri pencak silat telah dideskripsikan dalam tabel berikut.

Tabel 3. Statistik Hasil tes keterampilan tendangan

Statistik	
Mean	80.4706
Median	82
Mode	84
Standard Deviation	4.53895
Range	15
Minimum	70
Maximum	85

Berdasarkan dari hasil yang diperoleh yang tertuang pada tabel diatas maka didapat rata-rata nilainya yang memperoleh sebesar 80,4706, nilai tengah sebesar 81, nilai yang sering muncul senilai 84, dan simpangan baku sebesar 4,53895 lalu nilai terkecilnya 70, dan nilai terbesarnya ialah 85. Setelah data hasil tes tingkat keterampilan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Sekolah Khusus Olahragawan Internasional Kalimantan Timur (SKOI) diketahui, tahapan selanjutnya ialah mengolah hasil data yang telah diperoleh dengan rumus persentase dengan cara membagi jumlah skor dengan jumlah peserta lalu dikalikan seratus persen maka kemudian didapatkan hasil nilainya.

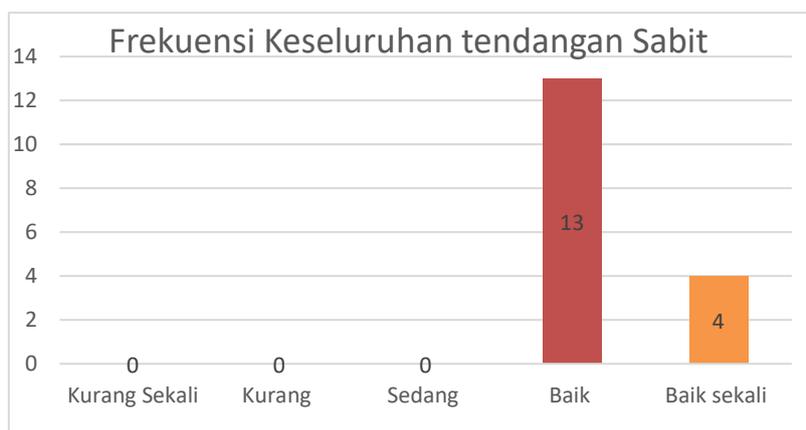
Tabel 4. Hasil Tendangan Sabit

No	Nama	Jenis Kelamin	Tendangan		Jumlah	Total	Kategori
			Sabit Kanan	Sabit Kiri			
1	Rio	Laki-laki	83	80	163	81.5	Baik
2	Erhan	Laki-laki	82	79	161	80.5	Baik
3	Sadil	Laki-laki	87	81	168	84	Baik
4	Akbar	Laki-laki	88	81	169	84.5	Baik
5	Rizal	Laki-laki	87	81	168	84	Baik
6	Yusuf	Laki-laki	89	81	170	85	Baik Sekali
7	Rido	Laki-laki	88	83	171	85.5	Baik Sekali
8	Ridho Atsal	Laki-laki	87	81	168	84	Baik
9	Majid	Laki-laki	85	83	168	84	Baik
10	Sandy	Laki-laki	84	83	167	83.5	Baik
11	Affrilia	Perempuan	85	80	165	82.5	Baik Sekali
12	Nisa	Perempuan	83	79	162	81	Baik Sekali
13	Juwita	Perempuan	76	74	150	75	Baik
14	Listika	Perempuan	75	74	149	74.5	Baik
15	Fveyziah	Perempuan	77	73	150	75	Baik
16	Aldra	Perempuan	71	70	141	70.5	Baik
17	Tyas	Perempuan	77	76	153	76.5	Baik

Tabel 5. Kategorisasi tendangan sabit keseluruhan

Putri	Frekuensi	Persentase	Kategori
87-100	4	24%	Baik Sekali
83-86	13	76%	Baik
77-82	0	0.0%	Cukup
74-76	0	0.0%	Kurang
<73	0	0.0%	Kurang Sekali
	17	100.0%	

Berdasarkan distribusi frekuensi diatas, dapat diketahui tingkat keterampilan tendangan sabit keseluruhan SKOI Kaltim adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi dimana frekuensi banyak berada pada nilai Baik Sekali yaitu 4 atlet (24%), pada nilai baik terdapat 13 atlit (76%), pada kategori cukup 0 atlet (0%), sedangkan nilai kurang terdapat 0 atlit (0%), lalu nilai kurang sekali memiliki 0 atlet (0%). Selanjutnya hasil data yang diperoleh pada bentuk histogram pada gambar sebagai berikut.



Gambar 1. frekuensi keseluruhan tendangan sabit

Dari pemaparan Tabel dan grafik serta Kesimpulan keseluruhan dapat ditarik dari uraian di atas performa tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kalimantan Timur berada pada kategori “Sangat Baik”.

## PEMBAHASAN

Jenis deskriptif kuantitatif merupakan bentuk dari penelitian ini serta dalam mengumpulkan data yang di gunakan ialah tes keterampilan dasar jurus sabit dan tes profisiensi. Untuk mengukur tingkat performa keterampilan dalam memperagakan tendangan sabit para atlet pencak silat SKOI Kaltim ialah tujuan dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis data terlihat bahwa tingkat prestasi atlet silat berbeda dalam hal frekuensi, dimana frekuensi tertinggi berada pada nilai Sangat Baik yaitu sebanyak 4 atlet (24%), pada nilai baik terdapat 13 atlet (76%), nilai sedang sebanyak 0 atlet (0%), nilai kurang sebanyak 0 atlet (0%), nilai sangat kurang sebanyak 0 atlet (0%).

Keterampilan dasar silat tendangan sabit masuk dalam kategori ini karena atlet SKOI merupakan atlet yang terlatih dan tentunya menguasai teknik dasar yang baik, tidak terkecuali atlet SKOI reguler dari hari senin sampai jumat dan berlangsung pada pagi dan sore hari. SKOI Pencak Silat dilatih oleh pelatih bersertifikat dan pelatih yang tergabung dalam pimpinan provinsi Silat untuk pelatihan terstruktur dan sistematis. Ketika pelatihan Ini termasuk melihat apa yang dilakukan anak dan memodifikasinya, membandingkannya kepada atlet, bagaimana mereka mengolah, mengelompokkan dan menarik kesimpulan, dan menemukan masalah yang disajikan kepada anak melalui observasi. pelatih. Putuskan pertandingan dari latihan formulir. Kesalahan dalam penilaian akan dikoreksi oleh pelatih dan akan ditampilkan berapa banyak kesalahan yang ditampilkan sempurna suatu jurus dalam latihan. Dalam meningkatkan keterampilan dasar dan keberhasilan atlet ada pengaruh penting dari motivasi dan kedisiplinan dari diri seseorang.

Menurut (Pertama, Perdima, and Febriyanti 2022) jenis deskriptif kuantitatif ialah pendekatan dari penelitian ini, penggunaan tes Keterampilan Dasar Clurit dan Tes Keterampilan (*Body Quality Development Center*) merupakan teknik dalam mengumpulkan data dalam penelitian ini. Capaian dari penelitian ini ialah agar mengukur tingkat keterampilan tendangan sabit atlet Pencak Silat SKOI Kaltim Berdasarkan hasil analisis data. Hal ini untuk memastikan bahwa pelatihan sistematis dan metodis. Dimana pelatihan meliputi peran aktif pelatih, berupa mengamati dan menyimpulkan apa yang sedang dilakukan atlet dan mencari tahu permasalahan yang dikasih kepada anak, berupa latihan dibandingkan dengan atlet, cara-caranya, pengorganisasian, pemilahan, pengelompokan, dan dilakukan penarikan kesimpulan. Temukan kecocokan dari latihan bentuk. Kesalahan penilaian dikoreksi oleh pelatih untuk menunjukkan seberapa sempurna gerakan yang sebenarnya. Yang terpenting dalam pengaruh untuk meningkatkan keterampilan dasar dan prestasi-prestasi dari para atlet ialah motivasi dan disiplin dari dalam diri individu pada dasarnya setiap kegiatan, tindakan yang dilakukan seseorang selalu dilandasi oleh adanya kedisiplinan dan motivasi yang kuat dalam dirinya. Mencapai hasil latihan yang baik tentunya membutuhkan cara yang tepat.

Inilah mengapa tendangan sabit sangat penting untuk kemajuan selama latihan, terutama untuk atlet. Kondisi ditetapkan berdasarkan hasil pengujian dilakukan, ditentukan dan dianalisis dengan analisis persentase deskriptif. Kemampuan seorang atlet untuk berada pada kondisi puncak difasilitasi oleh *drill* yang dilaksanakan,

Latihan fisik yang dilakukan dengan volume dan intensitas latihan yang khas tidak diragukan lagi berdampak pada hasil ini.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survei dan diskusi yang dilakukan, kesimpulan dari penelitian adalah tingkat keterampilan tendangan sabit atlet Pencak Silat SKOI Kaltim berada pada kategori “Baik”. Dikarenakan atlet pencak silat di SKOI Kaltim rutin melaksanakan latihan dari hari senin hingga jumat dan dilaksanakan waktu pagi dan sore, selain itu juga Pencak Silat SKOI di latih oleh pelatih yang berlisensi serta pelatih yang tergabung di Pengurus Provinsi silat sehingga latihan secara terstruktur dan secara sistematis.

## REFERENSI

- Abdurahman, Ryan Mulya, Victor G. Simanjuntak, and Edi Purnomo. 2014. “Keterampilan Gerak Dasar Tendangan Sabit Di Perguruan Pencak Silat Kijang Berantai Kota Pontianak.” *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 3(6):1–10.
- Emral. 2017. “Pengantar Teori Dan Metodologi Pelatihan Fisik.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9):1689–99.
- Lubis, Johansyah. 2013. “Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan.” *PT. Rajagrafindo Persada* 7(9):157.
- Mahardhika, Nanda Alfian, and Panggung Sutapa. 2021. “Terhadap Keterampilan Tendangan Sabit The Effect of Weight Training , Plyometrics , Long Legs Skills on the Kick of Sabit.” 2(2):83–91.
- Pertama, A. P., F. E. Perdima, and M. Febriyanti. 2022. “Abstrak.” 3(3):38–42.
- Priyambada, Galih, and Yulia Tri Kusumawati. 2018. “Sosialisasi Sport Massage Dan Penggunaan Kinesio.” 24(2):713–16.
- Subardjah, Herman. 2015. “Latihan Fisik.” *Jurnal Keolahragaan* 2(2):47.
- Sugiyono. 2010. “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&d.”
- Suharsimi, Arikunto. 2016. “Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.” *Jakarta: Rineka Cipta* 48–67.
- Sutopo, Wisnu Guntur. 2022. “Tingkat Keterampilan Dasar Pencak Silat Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat SMK Ma’arif NU 1 Bener.” *Jurnal Kridatama Sains Dan Teknologi* 4(01):12–23. doi: 10.53863/kst.v4i01.470.

# Ar TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL KALIMANTAN TIMUR

by Ilham Faujie M

Submission date: 22-Jul-2023 04:10PM (UTC+0800)

Submission ID: 2134911510

File name: ARTIKEL\_FIX.docx (81K)

Word count: 3044

Character count: 18731

AJOPE (Aisyah Journal Physical Education) Vol. xx, No. x, Bulan Tahun, pp. ISSN: xxxx xxxxx.	
<b>TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL KALIMANTAN TIMUR</b>	
Muhammad Julio Ilham Faujie <sup>1</sup> , Nanda Aflah Mahardhika <sup>2</sup> , Galih Priyambada <sup>3</sup>	
<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur	
<b>Article Info</b>	<b>ABSTRAK</b>
<b>Kata Kunci:</b> Tendangan sabit, keterampilan, pencak silat, SKOI	penelitian ini bertujuan mendapatkan data tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) Kalimantan Timur. Jenis penelitian ini adalah deskriptif, dengan desain penelitian metode survei. Populasi dalam penelitian ini yaitu 20 atlet pencak silat SKOI Kaltim yang berjumlah 17 atlet, adapun teknik pengambilan sampel adalah <i>total sampling</i> , yaitu mengambil sampel dengan cara seluruh populasi dijadikan sampel, dengan demikian diketahui jumlah sampel penelitian ini berjumlah 17 atlet dan di dalam penelitian yang di lakukan ini teknik dalam menganalisis datanya memakai metode deskriptif kuantitatif. Hasil dari penelitian yang telah di lakukan ini di ketahui tingkat keterampilan silat tendangan sabit atlet pencak silat dalam kategori "Baik Sekali" dengan terdiri dari 4 atlet (24%) dan kategori "Baik" terdiri dari 13 atlet (76%), kategori "Cukup" dengan terdiri dari 0 atlet (0%), kategori "Kurang" terdiri dari 0 atlet (0%) dan kategori "Kurang Sekali" yang terdiri dari 0 atlet (0%). Jadi dapat di simpulkan bahwa tingkat keterampilan tendangan sabit atlet pencak silat SKOI Kalimantan Timur dalam kategori Baik Sekali.
<b>Keywords:</b> Crescent kick, skills, pencak silat, SKOI	<b>ABSTRACT</b> This study aims to obtain data on the skill level of the sickle kick of pencak silat athletes at the Special School for International Athletes (SKOI) in East Kalimantan. This type of research is descriptive, with a survey method research design. The population in this study were the SKOI Kaltim pencak silat athletes, totaling 17 athletes, while the sampling technique used <i>total sampling</i> , namely taking samples by means of the entire population to be sampled. This technique in analyzing the data uses a quantitative descriptive method. The results of the research that has been carried out are known to be the skill level of sickle kick silat pencak silat athletes in the "Very Good" category consisting of 4 athletes (24%) and the "Good" category consisting of 13 athletes (76%), the category "Enough" consisting of 0 athletes (0%), the "Less" category which consists of 0 athletes (0%) and the "Not Good" category which consists of 0 athletes (0%). So it can be concluded that the skill level of the sickle kick skill of the East Kalimantan SKOI pencak silat athletes is in the Very Good category. This is an open access article under the CC BY-SA license.
<b>Penulis Korespondensi:</b> Muhammad Julio Ilham Faujie Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur	

Ar TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT SEKOLAH KHUSUS OLAHRAGAWAN INTERNASIONAL KALIMANTAN TIMUR

ORIGINALITY REPORT



PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://journals.umkt.ac.id">journals.umkt.ac.id</a> Internet Source	3%
2	<a href="http://johansyahlubis.blogspot.co.id">johansyahlubis.blogspot.co.id</a> Internet Source	3%
3	<a href="http://dspace.umkt.ac.id">dspace.umkt.ac.id</a> Internet Source	2%
4	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://jurnal.untan.ac.id">jurnal.untan.ac.id</a> Internet Source	1%
6	Sugih Suhartini, Excel Lee Rivaldo. "Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Karate Kota Jambi dalam Menghadapi Porprov XXIII 2023", Indonesian Journal of Sport Science and Coaching, 2022 Publication	1%
7	Muhammad Vicky Al Hasri, Endah Sudarmilah. "Sistem Informasi Pelayanan Administrasi	1%

Kependudukan Berbasis Website Kelurahan Banaran", MATRIK : Jurnal Manajemen, Teknik Informatika dan Rekayasa Komputer, 2021  
Publication

8	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	1%
9	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	1%
10	<a href="http://pasca.um.ac.id">pasca.um.ac.id</a> Internet Source	1%
11	<a href="http://sipeg.unj.ac.id">sipeg.unj.ac.id</a> Internet Source	1%
12	Submitted to Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Student Paper	1%
13	Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha Student Paper	<1%
14	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<1%
15	<a href="http://jurnal.fis.uns.ac.id">jurnal.fis.uns.ac.id</a> Internet Source	<1%

Aisyah Journal Of Physical Education (AJoPE) Tasks 0 English View Site ilhamfauzie14

**OJS**  
OPEN JOURNAL SYSTEMS

Submissions

Submissions

Submissions

My Queue Archives Help

My Assigned Search New Submission

1316	<b>Muhammad Julio Ilham Fauzie</b> TINGKAT KETERAMPILAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK S...	Submission	1
------	--	------------	---

1 of 1 submissions

Platform & workflow by  
**OJS / PKP**