



## Analisis Kemampuan Teknik Dasar Tendangan Atlet Perguruan Pencak Silat Persinas Asat Kabupaten Dharmasraya

Candra Kurniawan, Zulman, Suwirman, Eldawaty

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia  
[kurniawanc424@gmail.com](mailto:kurniawanc424@gmail.com), [zulman@fik.unp.ac.id](mailto:zulman@fik.unp.ac.id), [suwirman@fik.unp.ac.id](mailto:suwirman@fik.unp.ac.id),  
[eldawaty@fik.unp.ac.id](mailto:eldawaty@fik.unp.ac.id)

Kata Kunci : Kemampuan, Teknik Dasar, Tendangan, Persinas Asad

**Abstrak** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan teknik dasar tendangan yang dimiliki oleh atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya . Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan populasi dalam penelitian ini adalah 15 orang atlet. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling*, maka jumlah penelitian ini adalah 15 atlet laki-laki yang berkategori umur remaja. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2022. Instrumen penelitian yang digunakan adalah mengisi kesesuaian gerakan sesuai dengan instrumen indikator penilaian maka tendangan Depan mendapatkan point rata-rata 16,6 dengan persentase 83%, tendangan T mendapatkan point rata-rata 15,333 dengan persentase 77%, sedangkan tendangan sabit mendapatkan point rata-rata 16,911 dengan persentase 85%, dari indikator penilaian yang digunakan maka skor yang didapatkan adalah 16,2814733, dengan persentase rata-rata 81%. Dengan demikian dapat disimpulkan dari persentase analisis kemampuan teknik dasar tendangan atlet pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya berada pada kategori Baik.

**Keywords** : *ability, basic technique, kick, Persinas Asad*

**Abstract** : *This study aims to determine the basic kick technique skills possessed by athletes from Persinas Asad Pencak Silat College, Dharmasraya Regency. This type of research is descriptive quantitative with the population in this study is 15 athletes. The sample was taken using purposive sampling, so the number of this study was 15 male athletes who were categorized as teenagers. This research was conducted in August 2022. The research instrument used is to fill in the suitability of the movement according to the assessment indicator instrument, the Front kick gets an average point of 16.6 with a percentage of 83%, the T kick gets an average point of 15.333 with a percentage of 77%, while the sickle kick gets an average point of 16,911 with a percentage of 85%, from the assessment indicators used, the score obtained is 16,2814733, with an average percentage of 81%. Thus, it can be concluded from the percentage analysis of the basic technical ability of the pencak silat athletes of Persinas Asad, Dharmasraya Regency, that they are in the Good category.*

### PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan salah satu budaya khas masyarakat Indonesia, pencak silat memiliki ciri khas tersendiri dibandingkan dengan olahraga bela diri lainnya, pencak silat memiliki keunikan karena memiliki empat pola yaitu: 1) sikap pasang, 2) pola langkah, 3) serangan, dan 4) kembali ke sikap

pasang semula. Keempat pola tersebut merupakan satuan gerak yang membentuk urutan gerak yang menghasilkan suatu rangkaian gerak tertentu. Pencak Silat merupakan seni beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang Indonesia dari zaman dahulu sebagai budaya Indonesia yang harus dilestarikan. Indonesia merupakan negara

yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencak silat (Kriswanto, 2015:13).

Tendangan yang baik yaitu tendangan yang sulit untuk dihindari, ditangkap dan ditangkis oleh lawan. Tendangan merupakan salah satu bentuk serangan yang paling efektif untuk mendapatkan point dalam pencak silat, karena jarak serangannya yang jauh maka pemain akan lebih aman terhindar dari serangan lawan. Akan tetapi semua tendangan tersebut haruslah didasarkan pada gerakan-gerakan dasar yang sudah ada dalam gerakan pencak silat, yaitu dari sikap awal, pelaksanaan, dan yang terakhir adalah pendaratan. Teknik tendangan pada pencak silat ini memiliki berbagai macam jenis yaitu tendangan depan (tendangan lurus), tendangan T, Tendangan belakang, Sapuan, dan tendangan sabit. Dalam pencak silat tidak sepenuhnya seluruh tendangan digunakan dalam pertandingan, akan tetapi hanya beberapa tendangan yang paling dominan digunakan yaitu tendangan depan, tendangan sabit, dan tendangan T yang paling banyak digunakan dalam pencak silat.

Di Kabupaten Dharmasraya telah banyak diadakan berbagai turnamen pertandingan pencak silat baik itu dari tingkat SD, SMP, dan SMA. Perguruan Persinas Asad merupakan salah satu perguruan yang sering mengikuti kejuaraan baik itu didalam kota maupun luar kota, adapun prestasi kejuaraan yang pernah diikuti oleh perguruan Persinas Asad tersebut yaitu baru-baru ini dalam O2SN berhasil mendapatkan 1 mendali perak, serta dalam kejuaraan STIKIP Muaro Bungo atlet dari perguruan Pencak Silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya berhasil memperoleh 3 buah mendali emas, dan 2

mendali perunggu pada kategori remaja, serta masih banyak lagi lainnya.

Peneliti melakukan observasi pada tanggal 5 Maret 2022, Setelah mengikuti latihan gabungan dengan perguruan pencak silat Persinas Asad tersebut, terdapat hal yang menjadi perhatian peneliti yaitu terhadap gerakan tubuh, lintasan tendangan pencak silat dan perkenaan tendangan terhadap sasaran yang berbeda-beda dari setiap pesilat. Gerakan tubuh dan perkenaan tendangan terhadap sasaran terkadang sangatlah penting karena apabila gerakan tubuh dan perkenaan terhadap sasaran kurang baik maka akan menimbulkan sebuah hambatan yang akan berpengaruh terhadap point yang didapatkan oleh pesilat. Serta yang menjadi perhatian pula oleh peneliti pelatih yang masih menyamakan program latihan yang diberikan kepada atletnya sementara kemampuan pesilat saat ini tidak ada yang sama, dan belum diketahui keterampilan teknik dasar secara data yang valid.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui data kemampuan teknik dasar tendangan depan, tendangan sabit, dan tendangan T atlet pencak silat perguruan Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya.

*Purposive sampling* adalah pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan dengan cara mengambil subjek bukan atas dasar strata, random atau daerah tetapi atas dasar tujuan tertentu. Sampel pada penelitian ini adalah atlet Perguruan Pencak Silat Persinas Asad yang

atlet laki-laki berkategori remaja berjumlah 15 orang atlet. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mengisi kesesuaian gerakan teknik dasar tendangan pencak silat sesuai blangko indikator analisis

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Kemampuan Tendangan Depan

Hasil dari analisis kemampuan teknik dasar tendangan depan yang dilakukan oleh atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya diperoleh data tertinggi adalah 20 point dan yang terendah adalah 9 point, data yang dikumpulkan kemudian dicari rata-ratanya(mean) yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 6. Data tes analisis kemampuan tendangan depan atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya

No.	Nama	Juri			Jumlah	Mean	Persentase
		I	II	III			
1	Arif	19	18	20	57	19	95%
2	Azka	14	15	19	48	16	80%
3	Dozan	19	18	20	57	19	95%
4	Evan	16	16	19	51	17	85%
5	Ilham	10	15	20	45	15	75%
6	Damar	9	15	16	40	13,33	67%
7	Fare	1	1	1	52	17,33	87%

	1	7	6	9		33	
8	San di	12	15	19	46	15,33	77%
9	Fadlan	15	18	20	53	17,66	88%
10	Ibnu	17	15	19	51	17	85%
11	Faza	16	15	17	48	16	80%
12	Iqbal	15	15	19	49	16,33	82%
13	Dodi	13	18	16	47	15,66	78%
14	Dani	15	15	19	49	16,33	82%
15	Angga	16	18	20	54	18	90%
<b>Rata-rata</b>						<b>16,6</b>	<b>83%</b>

### 2. Kemampuan Tendangan T

Hasil dari analisis kemampuan teknik dasar tendangan T yang dilakukan oleh atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya diperoleh data tertinggi adalah 20 point dan yang terendah adalah 9 point, data yang dikumpulkan kemudian dicari rata-ratanya(mean) yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 7. Data tes analisis kemampuan tendangan T atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya

N	Na	Juri	Juml	Mea	Persen
---	----	------	------	-----	--------

o.	ma	I	I	II	ah	n	tase
		I	I	I			
1	Arif	1 9	1 8	2 0	57	19	95%
2	Azka	1 9	1 1	2 0	50	16,66 67	83%
3	Dozan	1 3	1 8	2 0	51	17	85%
4	Evan	1 0	1 4	1 9	43	14,33 33	72%
5	Ilham	9	1 1	1 8	38	12,66 67	63%
6	Damar	9	1 1	1 8	38	12,66 67	63%
7	Farel	1 8	1 4	2 0	52	17,33 33	87%
8	Sandi	1 2	1 1	2 0	43	14,33 33	72%
9	Fadlan	1 4	1 5	2 0	49	16,33 33	82%
10	Ibnu	1 4	1 2	2 0	46	15,33 33	77%
11	Faza	1 7	1 2	2 0	49	16,33 33	82%
12	Iqbal	1 5	9	2 0	44	14,66 67	73%
13	Dodi	9	1 0	1 8	37	12,33 33	62%
14	Dani	1 1	1 0	2 0	41	13,66 67	68%
15	Ang	1	1	1	52	17,33	87%

ga	9	4	9		33	
<b>Rata-rata</b>					<b>15,33 33</b>	<b>77%</b>

### 3. Kemampuan tendangan Sabit

Hasil dari analisis kemampuan teknik dasar tendangan T yang dilakukan oleh atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya diperoleh data tertinggi adalah 20 point dan yang terendah adalah 12 point, data yang dikumpulkan kemudian dicari rata-ratanya (mean) yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 8. Data tes analisis kemampuan tendangan Sabit

N o.	Na ma	Juri			Jum lah	Mean	Persen tase
		I	I	I			
		I	I	I			
1	Arif	2 0	1 9	2 0	59	19,666 667	98%
2	Azka	1 2	1 5	2 0	47	15,666 667	78%
3	Dozan	1 6	1 8	2 0	54	18	90%
4	Evan	1 2	1 5	2 0	47	15,666 667	78%
5	Ilham	1 2	1 5	1 7	44	14,666 667	73%
6	Damar	1 7	1 5	2 0	52	17,333 333	87%
7	Farel	1 9	1 5	2 0	54	18	90%

8	San di	16	15	20	51	17	85%
9	Fadlan	14	15	20	49	16,333	82%
10	Ibnu	12	15	20	47	15,666	78%
11	Faza	19	15	20	54	18	90%
12	Iqbal	18	15	20	53	17,666	88%
13	Dodi	13	15	20	48	16	80%
14	Dani	13	15	20	48	16	80%
15	Angga	19	17	18	54	18	90%
<b>Rata-rata</b>						<b>16,911</b>	<b>85%</b>
						<b>111</b>	

Data dari masing-masing nilai dari kemampuan teknik dasar tendangan yang telah dikonversikan dalam bentuk nilai rata-rata untuk mengetahui kategori dari tingkat kemampuan atlet pencak silat Persinas Asat Kabupaten Dharmasraya, kemudian dari hasil penilaian tersebut dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 9. Analisis kemampuan tendangan Depan, T, dan Sabit

No.	Nama	Kemampuan Tendangan			Persentase	Kategori
		Depan	T	Sabit		
1	Arif	19	19	19,666	96%	Sangat

							baik
2	Azka	16	16,666	15,666	81%		Baik
3	Dozan	19	17	18	90%		Sangat Baik
4	Evan	17	14,333	15,666	78%		Baik
5	Ilham	15	12,666	14,666	71%		Cukup Baik
6	Damar	13,333	12,666	17,333	72%		Cukup Baik
7	Farrel	17,333	17,333	18	88%		Sangat Baik
8	Sandi	15,333	14,333	17	78%		Baik
9	Fadlan	17,666	16,333	16,333	84%		Baik
10	Ibnu	17	15,333	15,666	80%		Baik
11	Faza	16	16,333	18	84%		Baik
12	Iqbal	16,333	14,666	17,666	81%		Baik
13	Dodi	15,666	12,333	16	73%		Cukup Baik
14	Dani	16,333	13,666	16	77%		Baik
15	Angga	18	17,333	18	89%		Sangat Baik

<b>Jumlah</b>	16,2814733	81%	Baik
---------------	------------	-----	------

Tabel 10. Kemampuan Tendangan Berdasarkan Kategori

Kategori	Jumlah
Sangat Baik	4
Baik	8
Cukup Baik	3
Kurang	0
Sangat Kurang	0
<b>Jumlah</b>	<b>15</b>

## PEMBAHASAN

Dari analisis yang dilakukan oleh 15 orang sample dengan beberapa kemampuan tendangan yaitu kemampuan tendangan depan dengan rata-rata mendapatkan skor sebesar 16,6 dengan persentase kemampuan sebesar 83%, Kemampuan tendangan T mendapatkan Skor rata-rata sebesar 15,333 dengan persentase kemampuan sebesar 77%, dan Kemampuan tendangan sabit mendapatkan skor rata-rata sebesar 16,9111 dengan persentase kemampuan sebesar 85%.

Berdasarkan hasil deskriptif dari tiap-tiap komponen penilaian yang dikelompokkan berdasarkan kategori kemampuan kemampuan tendangan, diantaranya kategori Sangat Baik sebanyak 4 orang atlet, kategori Baik sebanyak 8 orang atlet, kategori Cukup Baik sebanyak 3 orang atlet, kemudian kategori kurang dan sangat kurang berjumlah 0 orang atlet. Dari keseluruhan komponen penilaian yang telah dilakukan maka dapat diambil rata-rata kemampuan teknik dasar tendangan atlet perguruan pencak silat persinas Asad

Kabupaten Dharmasraya memiliki skor berjumlah 16,2814733, dengan persentase 81%.

Hasil penelitian ini adalah hasil analisis kemampuan gerak dasar tendangan atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya, yang dilakukan dengan 3 komponen yaitu kemampuan tendangan depan, kemampuan tendangan T, dan kemampuan Tendangan Sabit, yang dilakukan dalam rangka untuk mengetahui informasi analisis kemampuan teknik dasar tendangan yang meliputi gerakan-gerakan sesuai dengan blangko indikator penilaian analisi kemampuan teknik dasar tendangan yang dilakukan oleh atlet Perguruan Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 15 orang atlet laki-laki.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari analisis kemampuan gerak dasar tendangan atlet perguruan pencak silat Persinas Asad Kabupaten Dharmasraya sesuai dengan blangko indikator penilaian analisi tersebut. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Dari keseluruhan komponen penilaian yang telah dilakukan maka dapat diambil rata-rata kemampuan teknik dasar tendangan atlet perguruan pencak silat persinas Asad Kabupaten Dharmasraya memiliki skor berjumlah 16,2814733, dengan persentase 81%.

## DAFTAR PUSTAKA

Agi Ginanjar, Riki Ramadhan. *Pengaruh Model Pembelajaran Direct Instruction Terhadap Teknik Dasar Tendangan Depan Pencak Silat Siswa Madrasah Tsanawiyah*. Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga. 2017;2(1):1-8.

- Ihsan, N, Zulman, dkk (2018). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Tahan Aerobik Dengan Kemampuan Tendangan Depan Atlet Pencak silat Perguruan Padang Laut Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01),1.
- Ihsan N, Yulkifli Y, Yohandri Y. *Instrumen kecepatan tendangan pencak silat*. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*. 2018;3(1):15.
- Lubis, Johansyah, dkk. 2015. *Pencak Silat* , Jakarta: PT Raja Grafindo Persada Press
- Suwirman.2011. *Teknik Dasar Pencak Silat*. Fakultas Ilmu Keolahragaaan Universitas Negeri Padang.
- Suwirman S, Yaslindo Y, dkk. *Bimbingan Teknis Pada Guru PJOK Dalam Peningkatan Kompetensi Guru Melalui Pencak Silat Di Kabupaten Tanah Datar*. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*. 2020;2(1):56-67.
- Syifa Deeva Alif Pratama, Candra. *Analisis Gerak Tendangan T Pencak Silat Pada Atlet Perguruan Tapak Suci Mijen Semarang*. *Unnes Journal of Sport Sciences*. 2021;5(2):92-100
- Tofikin. & Sinurat, R. (2020). *Zig-Zag Run: Metode Latihan Kelincahan Tendangan Sabit Pencak Silat*. *Jurnal Area*, 5(2): 177-185.