



## Tinjauan Pembinaan Cabang Olahraga Tinju di Kota Padang

Muhammad Iqbal<sup>1</sup>, Kamal Firdaus<sup>2</sup>, Arie Asnaldi<sup>3</sup>

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[iqbal04.ahmad@gmail.com](mailto:iqbal04.ahmad@gmail.com)<sup>1</sup>, [kamalfirdau@fik.unp.ac.id](mailto:kamalfirdau@fik.unp.ac.id)<sup>2</sup>, [asnaldi@fik.unp.ac.id](mailto:asnaldi@fik.unp.ac.id)<sup>3</sup>

Kata Kunci : Pembinaan Cabang Olahraga Tinju

Abstrak : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tinjauan pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang. Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif, yang bertujuan untuk mengungkapkan bagaimana pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet tinju di kota Padang yang berjumlah 24 orang. Teknik penarikan sampel adalah *total sampling*, yang berjumlah 24 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik pengisian angket skala likert dan wawancara. Data yang di peroleh dan diperiksa secara teliti kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik presentase dengan formulasi/rumus  $P=f/n \times 100\%$ . Hasil penelitian adalah Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator kondisi atlet berada dalam kategori cukup. 2) Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator peranan pelatih berada dalam kategori cukup. 3) Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator peran organisasi berada dalam kategori kurang.

Keywords : *Boxing Training*

Abstract : *The purpose of this study was to determine the fist training of boxing in Padang. This type of research is descriptive, which aims to reveal how the development of boxing in the city of Padang. The population and sample in this study were boxing athletes in the city of Padang, amounting to 24 people. The sampling technique is total sampling, totaling 24 people. Data collection techniques in this study were Likert scale questionnaire and interview filling techniques. The data obtained and examined carefully then analyzed using the percentage technique with the formulation / formula  $P = f / n \times 100\%$ . The results of the research are the development of boxing in Padang the indicator of athlete's condition is in the sufficient category. 2) Development of boxing in Padang City is an indicator of the role of the trainer in the sufficient category. 3) Development of boxing in Padang City is an indicator of the role of the organization in the category of lack.*

### PENDAHULUAN

Tinju adalah olahraga dan seni beladiri yang menampilkan dua orang partisipan dengan berat yang tidak jauh berbeda sesuai dengan kelasnya bertanding satu sama lain dengan menggunakan tinju atau pukulan mereka dalam rangkaian pertandingan berinterval 1 x 3 menit yang disebut ronde. Baik dalam olimpiade ataupun olahraga profesional, kedua petinju menghindari pukulan lawan mereka sambil berupaya mendaratkan pukulan mereka sendiri kepada lawannya. Pemenang dalam olahraga tinju dinilai berdasarkan ketepatan tinju yang diarahkan ke lawannya dan apabila lawan sudah dinilai KO atau TKO oleh wasit.

Untuk mencapai prestasi optimal dalam olahraga diperlukan proses yang panjang dan tidak bisa dicapai secara instant. Untuk itu diperlukan perhatian khusus, salah satunya dengan pembinaan atlet-atlet berbakat yang diterapkan di daerah-daerah. Menurut (Sameer Mohammed Sayyd, Arie Asnaldi, 2019)“it can be disclosed that to improve the quality of human, aware of the importance of physical and mental health is to do sports activities. Developing rapidly growing sports today, as evidenced by the many dojo- dojo in the field of sports”. Dalam makna lain dapat diungkapkan bahwa untuk meningkatkan

kualitas manusia, sadar akan pentingnya kesehatan fisik dan mental adalah dengan melakukan kegiatan olahraga. Mengembangkan berkembang pesat olahraga hari ini,

Dengan penerapan sistem pembinaan atlet berbakat yang dilakukan secara berjenjang dan berkelanjutan, nantinya akan membentuk proses latihan berkualitas yang diharapkan bisa mencetak bibit-bibit atlet handal yang mampu untuk meraih prestasi. Pembinaan atlet-atlet berbakat yang kurang diperhatikan khususnya di tingkat daerah akan berdampak negatif pada kemajuan perkembangan olahraga di daerah itu sendiri. Kota Padang, dengan penerapan pembinaan yang belum maksimal, berdampak pada kurangnya pencapaian prestasi yang dihasilkan, khususnya prestasi atlet tinju.

Keberhasilan dalam meraih prestasi dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya: fisik, teknik, taktik, dan mental. Olahraga pencak silat merupakan olahraga body contact, sehingga ketegaran mental sangat menentukan hasil pertandingan, karena saat bertanding atlet harus memusatkan perhatian pada lawan bertanding, instruksi pelatih gangguan dari luar arena yang dapat mengganggu konsentrasi atlet itu sendiri.

Menurut Harsono (1998) kesehatan mental dalam olahraga penting dalam membantu tokoh-tokoh olahraga dan para olahragawan sendiri dalam menjaga dan melindungi diri dari pengaruh-pengaruh buruk dengan cara-cara yang inteligen, cerdas, dan berakal. Oleh sebab itu, ketegaran mental sangat dibutuhkan oleh atlet yang bertanding, agar dapat mengaplikasikan teknik dan taktik sehingga dapat meraih prestasi.

Atlet dapat berprestasi salah satunya dengan mempunyai pengalaman bertanding yang banyak. Semakin banyak kesempatan bagi atlet untuk mengikuti pertandingan akan dapat meningkatkan mental dan kematangan bertanding. Pertandingan atau kompetisi merupakan muara dari pembinaan prestasi, kompetisi dapat digunakan sebagai sarana mengevaluasi hasil latihan serta meningkatkan kematangan bertanding bagi olahragawan Djoko Pekik Irianto (2002). Pertandingan sebagai upaya untuk meningkatkan kematangan bertanding bagi atlet, nampaknya di kota Padang masih belum optimal dalam penyelenggaraannya.

Berdasarkan observasi dilapangan dengan sedikitnya pertandingan dalam setahun, hal ini menyebabkan atlet-atlet tinju kota Padang kurang mendapatkan kesempatan untuk bertanding. Sehingga hal tersebut menjadikan atlet-atlet tinju kota padang masih kurang akan pengalaman dan kematangan bertanding. Kurangnya pengalaman bertanding bagi atlet tinju kota Padang berdampak pada pertandingan-pertandingan yang diikuti oleh para atlet. Dimana atlet kota Padang Mengalami penurunan prestasi di kejuaraan Proprov tahun 2016 kota Padang mendapatakan juara umum di cabang olaharaga tinju dan tahun 2018 Kabupaten Padang Pariaman menagalami penurunan. Disini terlihat bahwa atlet tinju Kota Padang mengalami penurunan presatasi karena kurangnya pembinaan atlet.

Pencapaian prestasi yang belum optimal dari atlet-atlet tinju Kota Padang ini dipengaruhi penyusunan program latihan yang belum maksimal oleh para pelatih, hal ini yang menjadi kendala mendasar dalam pencapaian prestasi. Para pelatih kota Padang sebetulnya telah mengaplikasikan teknik-teknik bertanding dalam program latihan yang diterapkan. Namun pada pelaksanaannya tidak sesuai dengan sasaran latihan yang diharapkan. Sehingga kualitas atlet tinju Kota Padang kurang begitu berkembang kualitas gerakanya, Hal ini sesuai dengan pernyataan(Arie Asnaldi, Zulman, Madri M, 2018) “Gerak dibutuhkan manusia untuk bekerja dan mempertahankan hidupnya dari ancaman yang datang dari lingkungan, serta melalui gerak manusia dapat mengalami sendiri suatu pengalaman atau melalui gerakanya manusia dapat menyakinkan dirinya terhadap sesuatu”.

Berkaitan dengan pembinaan atlet tinju untuk pembibitan atlet yang handal, selain dengan proses latihan yang terarah, terprogram, dan terencana dengan baik yang diterapkan oleh pelatih dalam mengembangkan potensi diri atlet dalam mendukung pencapaian prestasi puncak. Hal tersebut tentunya juga masih ada banyak tugas yang harus dilakukan pelatih untuk menunjang dalam proses latihan. Menurut Sukadiyanto (2002) ada 5 tugas pelatih di antaranya adalah (1) merencanakan, menyusun, melaksanakan, mengevaluasi proses berlatih melatih, (2) mencari dan memilih bibit-bibit olahragawan bebrbakat, (3) memimpin dalam

pertandingan, (4) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (5) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Untuk itu perlu adanya suatu pemrograman latihan yang baik untuk pencapaian hasil maksimal dengan diperlukan proses dan waktu yang lama untuk mencetak calon juara.

Disamping itu, kepengurusan organisasi belum tersusun dengan baik, begitu juga dengan program-program latihannya. Pengurus organisasi yang diharapkan menjadi tumpuan dalam pembinaan berperan kurang maksimal sehingga kegiatan seperti latihan, pertandingan, administrasi, pendanaan, perlengkapan dan konsumsi menjadi terkendala. Faktor lain yang dapat menghambat proses pembinaan adalah dana serta sarana dan prasarana. Tidak dapat dipungkiri bahwa tanpa dana yang cukup serta sarana dan prasarana yang memadai, akan sulit untuk mencapai pembinaan yang baik, lancar dan berkesinambungan sehingga dapat mencapai prestasi yang memuaskan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif, yang bertujuan untuk mengungkapkan bagaimana pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet tinju di kota Padang yang berjumlah 24 orang. Teknik penarikan sampel adalah *total sampling*, yang berjumlah 24 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik pengisian angket skala likert dan wawancara. Data yang di peroleh dan diperiksa secara teliti kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik presentase dengan formulasi/rumus  $P=f/n \times 100\%$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

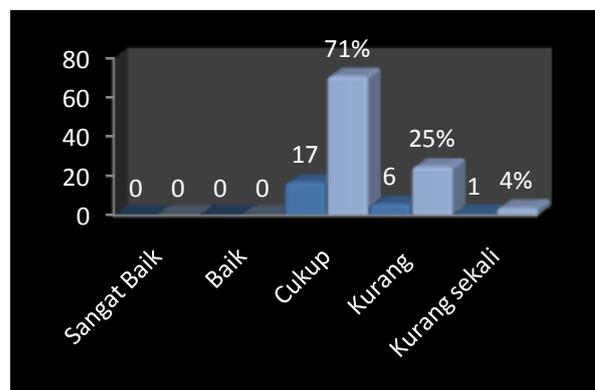
### 1. Kondisi Atlet

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kondisi Atlet**

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase
Sangat Baik	0	0
Baik	0	0
Cukup	17	71
Kurang	6	25
Kurang sekali	1	4
<b>Jumlah</b>	<b>24</b>	<b>100</b>

Pada tabel 1 menunjukkan pembinaan cabang olahraga tinju di Kota Padang berdasarkan

indikator kondisi atlet yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi cukup sebanyak 17 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 71 %, klasifikasi kurang sebanyak 6 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 25%, klasifikasi kurang sekali sebanyak 1 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 4%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan baik tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran. Untuk lebih jelasnya distribusi presentase, lihat grafik berikut :



**Gambar 1. Grafik Batang Kondisi Atlet**

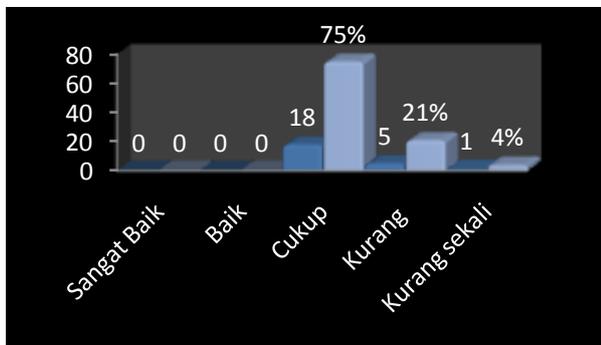
### 2. Peranan Pelatih

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peranan Pelatih**

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase
Sangat Baik	0	0
Baik	0	0
Cukup	18	75
Kurang	5	21
Kurang sekali	1	4
<b>Jumlah</b>	<b>24</b>	<b>100</b>

Pada tabel 2 menunjukkan pembinaan cabang olahraga tinju Kota Padang berdasarkan indikator peranan pelatih yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi cukup sebanyak 18 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 75%, klasifikasi kurang sebanyak 5 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 21%, klasifikasi kurang sekali sebanyak 1 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 4%, sedangkan klasifikasi sangat baik dan

baik tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran. Untuk lebih jelasnya distribusi presentase, lihat grafik berikut :



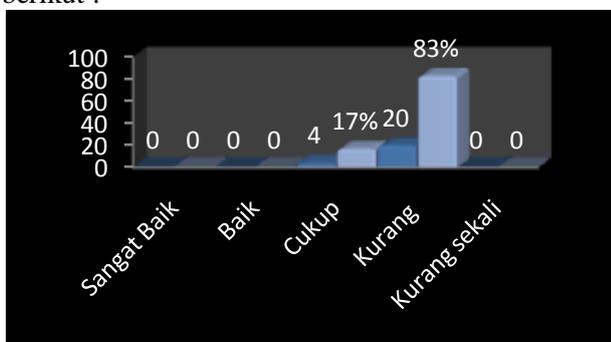
Gambar 2. Grafik Batang Peranan Pelatih

### 3. Peran Organisasi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Peran Organisasi

Klasifikasi	Jumlah responden	Presentase
Sangat Baik	0	0
Baik	0	0
Cukup	4	17
Kurang	20	83
Kurang sekali	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>24</b>	<b>100</b>

Pada tabel 3 menunjukkan pembinaan cabang olahraga tinju Kota Padang berdasarkan indikator peran organisasi yang telah dijabarkan sebelumnya melalui distribusi presentase didapat klasifikasi cukup sebanyak 4 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 17%, klasifikasi kurang sebanyak 20 dari 24 responden dengan rata tingkatan responden sebesar 83%, sedangkan klasifikasi sangat baik, baik dan kurang sekali tidak ditemukan. Rincian rekap data hasil penelitian dapat dilihat pada lampiran. Untuk lebih jelasnya distribusi presentase, lihat grafik berikut :



Gambar 3. Grafik Batang Peran Organisasi

### 4. Wawancara

#### a. Pengurus

Berdasarkan hasil wawancara dijelaskan bahwa ketidak harmonisan yang terjadi di kepengurusan Pengkab kota Padang menjadi penghambat dalam proses pembinaan atlet tinju di kota Padang. Proses pembinaan terhambat dengan terbukti masih kurangnya komunikasi antara pengurus yang satu dengan pengurus yang lain juga menjadi penghambat dalam pencapaian prestasi atlet tinju di kota Padang.

#### b. Pelatih

Berdasarkan hasil wawancara dijelaskan bahwa menurun prestasi atlet tinju kota Padang disebabkan kurangnya jumlah pelatih. Bagi pelatih yang adadiharapkan untuk mengikuti pelatihan yang dapat mengembangkan kemampuan dalam melatih, sehingga metode dalam melatih menjadi bervariasi. Dan bagi Pengkab Kota Padang sebagai penanggung jawab hendaknya memperbanyak kegiatan pelatihan untuk para pelatih dalam rangka meningkatkan kualitas para pelatih yang akan terjun langsung dalam proses latihan agar dapat meningkatkan pembinaan atlet tinju kota Padang.

## PEMBAHASAN

### 1. Kondisi Atlet

Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indicator kondisi atlet. Dari hasil penelitian terlihat bahwa dari 12 buah pertanyaan (1 s/d 12) yang mengenai kondisi atlet yaitu, didapat 17 orang atlet (71%) berada pada kategori cukup, 6 orang atlet (25%) berada pada kategori kurang dan 1 orang atlet (4%) berada pada kategori kurang sekali. Hal ini berarti pembinaan cabang olahraga tinju indikator kondisi atlet berda pada kategori cukup.

Syafruddin (2011) Menyatakan: "Atlet merupakan masukan (input) yang akan diolah atau diproses melalui suatu kegiatan latihan (training) yang terprogram secara berulang, sistematis dan terarah sehingga menghasilkan suatu prestasi terbaik (output) sesuai dengan yang direncanakan untuk dicapai". Menurut Syahrastani (2010) menegemukakan bahwa: "Aspek mental adalah salah satu aspek yang sangat penting dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal, untuk itu aspek mental ini perlu sekali untuk dibina terhadap seorang atlet.

## 2. Peranan Pelatih

Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indicator peranan pelatih. Dari hasil penelitian terlihat bahwa dari 10 buah pertanyaan (13 s/d 22) yang mengenai peranan pelatih yaitu, didapat 18 orang atlet (75%) berada pada kategori cukup, 5 orang atlet (21%) berada pada kategori kurang dan 1 orang atlet (4%) berada pada kategori kurang sekali. Hal ini berarti pembinaan cabang olahraga tinju indikator peranan pelatih berada pada kategori cukup.

Pelatih adalah seorang profesional yang tugasnya membantu atlet dalam meningkatkan prestasi olahraga (Maidarman, 2012). Kemudian pelatih selain membantu olahragawan untuk menggapai prestasi dijelaskan Syafrudin (2012) bahwa "Seorang pelatih harus memahami metode latihan, bentuk dan atau materi latihan serta pemahaman tentang prinsip-prinsip latihan dan pembebanan latihan".

## 3. Peran Organisasi

Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indicator peran organisasi. Dari hasil penelitian terlihat bahwa dari 13 buah pertanyaan (23 s/d 35) yang mengenai peran organisasi yaitu, didapat 4 orang atlet (17%) berada pada kategori cukup, 20 orang atlet (83%) berada pada kategori kurang. Hal ini berarti pembinaan cabang olahraga tinju indikator peran organisasi berada pada kategori kurang.

Organisasi merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam peningkatan prestasi pemain, dimana organisasi dijadikan wadah dalam mengkoordinir berbagai kegiatan yang menunjang proses peningkatan prestasi. Untuk pencapaian prestasi maksimal perlu di bentuk kepengurusan serta pengaturan segala kegiatan-kegiatan perkumpulan dengan baik dan sempurna, maka diperlukan adanya suatu organisasi yang mempunyai struktur kepengurusan yang sistematis dan terarah.

## 4. Wawancara

### a. Pengurus

Berdasarkan hasil wawancara, dapat dijelaskan bahwa ketidak harmonisan yang terjadi di kepengurusan Pengkab kota Padang menjadi penghambat dalam proses pembinaan atlet tinju di kota Padang. Proses pembinaan terhambat dengan terbukti masih kurangnya komunikasi antara pengurus yang satu dengan pengurus

yang lain juga menjadi penghambat dalam pencapaian prestasi atlet tinju di kota Padang.

### b. Pelatih

Berdasarkan hasil wawancara, dapat dijelaskan bahwa menurun prestasi atlet tinju kota Padang disebabkan kurangnya jumlah pelatih. Bagi pelatih yang adadiharapkan untuk mengikuti pelatihan yang dapat mengembangkan kemampuan dalam melatih, sehingga metode dalam melatih menjadi bervariasi. Dan bagi Pengkab Kota Padang sebagai penanggung jawab hendaknya memperbanyak kegiatan pelatihan untuk para pelatih dalam rangka meningkatkan kualitas para pelatih yang akan terjun langsung dalam proses latihan agar dapat meningkatkan prestasi atlet tinju kota Padang.

## SIMPULAN

1. Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator kondisi atlet berada dalam kategori cukup.
2. Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator peranan pelatih berada dalam kategori cukup.
3. Pembinaan cabang olahraga tinju di kota Padang indikator peran organisasi berada dalam kategori kurang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arie Asnaldi, Zulman, Madri M, (FIK-Universitas Negeri Padang. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 SINToga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Mensana*, 3(2), 16–27.
- Arsil. Aryadie Adnan. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: Wineka Media
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Keolahragaan*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Maidarman. 2012. *Ilmu Melatih Dasar*. Padang: FIK UNP.
- Sameer Mohammed Sayyid, Arie Asnaldi, R. L. P. (2019). Eye-hand Coordination of Skill Gyaku Tsuki Karateka Gokasi. *International*

*Journal Kinesiology and Physical Education*, 1(1), 27-35.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.34004/ijkpe.v1i1>

Sukadiyanto. (2002). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Yogyakarta.

Syafrudin. (2012). *Pengantar Ilmu Melatih*. Padang: UNP.

Syahrastani. (2010). *Psikologi Olahraga*. Padang: DIP UNP.