



Tinjauan Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci Di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

Arifin¹, Ferri Hendryanto²

^{1,2}. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Rokania, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima November 2024
Revisi November 2024
Diterima November 2024
Tersedia online november 2024

Kata kunci:

Kecepatan tendangan, Pencak silat

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler silat Tapak Suci yang berjumlah 60 siswa dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 siswa dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Teknik analisis yang dilakukan adalah rumus persentase. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian dikategorikan cukup baik dengan rata skor yang di peroleh sebesar 14,83.

Abstract

The purpose of this research is to determine the speed of flying fish kicking their fins. This research is descriptive research. The population of this study was Tapak Suci extracurricular silat students, totaling 60 students and the sample in this study was 60 students using a total sampling technique. The analysis technique used is a percentage formula. The results of the research showed that the ability of flying fish kick speed to shake the fins of the 5th grade extracurricular Silat Tapak Suci students at SDIT Rabbani Pasir Pengaraian was categorized as quite good with the average score obtained being 14.83.

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan adalah salah satu matapelajaran yang ada di semua jenjang pendidikan wajib mulai dari sekolah dasar (SD) hingga jenjang sekolah menengah atas (SMA). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) adalah satu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas gerak sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikannya. Kita semua tahu bahwa semua makhluk hidup pasti melakukan aktivitas gerak, begitupula dengan manusia. Semua orang pasti melakukan baik orang tua, remaja, anak-anak, laki-laki dan perempuan. Anak-anak pada umumnya memiliki kecenderungan ingin selalu bergerak. Bergerak bagi anak-anak merupakan salah satu bagian yang sangat menyenangkan dan penting di dalam kehidupannya, misalnya saat mereka sedang bermain. Website jurnal: <http://jurnal.stkipbjm.ac.id/index.php/pgsd>

Pasal 6 ayat (2) Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2022 tentang Sistem Pendidikan Nasional sepanjang frasa, “bertanggung jawab” adalah konstitusional sepanjang dimaknai “ikut bertanggung jawab”, sehingga pasal tersebut selengkapya menjadi, “Setiap warga negara ikut bertanggung jawab terhadap keberlangsungan penyelenggaraan pendidikan”; Pasal 12 ayat (1) huruf c Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2022 tentang Sistem Pendidikan Nasional sepanjang frasa, “yang orang tuanya tidak mampu membiayai pendidikannya”, bertentangan dengan UUD NRI Tahun 1945, sehingga Pasal 12 ayat (1) huruf

Era kolonial Belanda kemudian membawa sistem pendidikan yang lebih formal dengan tujuan untuk mengatur masyarakat pribumi guna memenuhi kebutuhan industri mereka. Peran tokoh seperti Ki Hajar Dewantara yang mendirikan Taman Siswa menjadi titik balik penting, di mana pendidikan tidak hanya untuk kalangan elit, tetapi untuk seluruh rakyat. Setelah kemerdekaan, sistem pendidikan nasional mengalami transformasi. Meskipun agak bergejolak pada awalnya, semangat untuk meratakan akses pendidikan semakin meningkat. Pendidikan di Indonesia tidak lagi terbatas pada sekolah formal saja. Ada banyak pelatihan, kursus online, dan aktivitas lain yang juga memberikan pengetahuan.

Dengan perkembangan teknologi, pendidikan semakin modern dan tidak hanya berfokus pada pelajaran akademis, tetapi juga pada pengembangan keterampilan lainnya. Meskipun telah ada kemajuan, masih banyak tantangan yang harus dihadapi, seperti kesenjangan antara daerah, kualitas pendidikan yang belum merata, dan kurangnya sumber daya. Harapannya, pendidikan di Indonesia akan terus berkembang menjadi lebih merata, berkualitas, dan memberikan kesempatan yang setara bagi semua anak bangsa. Semangat belajar teruslah menyala untuk masa depan yang lebih baik.

Pasal 1 ayat (1) tahun 2022 Dalam Undang-Undang ini yang dimaksud dengan: Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, Dan budaya. Pasal 49 ayat (2) KUHP mengatur tentang pembelaan diri luar biasa berbunyi “Tidak dipidana, barangsiapa melakukan tindakan pembelaan terpaksa untuk diri sendiri maupun untuk orang lain, kehormatan kesusilaan atau harta benda sendiri maupun orang lain, karena ada serangan atau ancaman serangan yang sangat dekat dan yang melawan hukum pada saat itu.”

Menurut Erna Yulisma, Budi Riharjo (2022) Olahraga yang dilaksanakan di sekolah diberi nama olahraga pendidikan, yaitu olahraga yang digunakan atau dimanfaatkan untuk mendidik, olahraga yang diterapkan sesuai dengan tujuan-tujuan pendidikan. Jadi olahraga bukanlah menjadi tujuan, melainkan berfungsi sebagai sarana. Di samping olahraga pendidikan, dikenal pula olahraga prestasi, olahraga rekreasi, olahraga rehabilitasi, dan sebagainya. Beberapa waktu kemudian, sesuai dengan diktum mengenai olahraga yang terdapat dalam GBHN tahun 1978, yaitu: “Pendidikan dan kegiatan olahraga ditingkatkan dan disebarluaskan sebagai cara

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

pembinaan kesehatan jasmani dan rohani bagi setiap orang dalam rangka pembinaan bangsa”, maka pada masa ini olahraga di sekolah menggunakan istilah pendidikan olahraga, dan menempatkan olahraga sebagai tujuan untuk dicapai oleh pendidikan di sekolah. Sesudah itu, mulai tahun 1987, istilah pendidikan olahraga di lembaga pendidikan formal diubah kembali menjadi pendidikan jasmani.

Menurut Erwin Setyo, Kriswanto (2015) Pencak Silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan dikembangkan. Indonesia merupakan negara yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencak silat. Istilah resmi pencak silat di beberapa daerah berbeda-beda, contohnya:

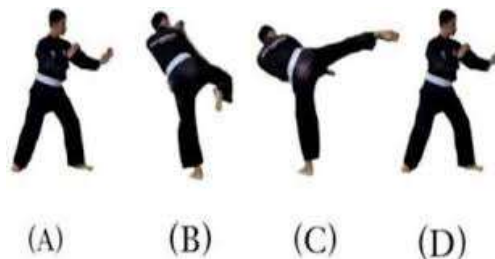
- 1) Sumatera Barat dengan istilah Silek dan Gayuang.
- 2) Di pesisir timur Sumatra Barat dan Malaysia dengan istilah Bersilat.
- 3) Jawa Barat dengan istilah Maempok dan Penca.
- 4) Jawa Tengah, Yogyakarta, dan Jawa Timur dengan istilah Pencak.
- 5) Madura dan Pulau Bawean dengan istilah Mancak.
- 6) Bali dengan istilah Mancak atau Encak.
- 7) Kabupaten Dompu dan NTB dengan istilah Mpa Sila.

Ilmu beladiri telah lama dikenal oleh bangsa Indonesia, bahkan berpuluh - puluh tahun sebelum Indonesia merdeka, nenek moyang kita telah mampu meletakkan dasar - dasar keilmuan beladiri. Sebagai warisan budaya bangsa ilmu beladiri akhirnya berkembang pesat, tidak ketinggalan pula di kampung Kauman, beberapa tahun sebelum kelahiran Tapak Suci, berbagai macam aliran telah pula tumbuh dan berkembang dengan pesat., serta melahirkan generasi - generasi penerus ilmu tersebut. Pada dasarnya, ilmu beladiri terdiri dari dua macam aliran (Irsyad, Barie.M ; 1991), yaitu :

- 1) Ilmu beladiri berdasarkan akal sehat (rasional)
- 2) Ilmu beladiri berdasarkan rasa (emosi)

Tradisi pencak silat sudah berurat-berakar dikalangan masyarakat Indonesia sejak lama. Sebagaimana seni beladiri di negara - negara lain, pencak silat yang merupakan seni beladiri khas Indonesia memiliki ciri khas tersendiri yang dikembangkan untuk mewujudkan identitas. Demikian pula bahwa seni beladiri pencak silat di Indonesia juga beragam dan memiliki ciri khas masing-masing. Dalam perguruan Tapak Suci terdapat beberapa jurus andalan di antaranya Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip atau lebih dikenal secara umum Tendangan sabit, Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip atau tendangan sabit adalah tendangan tungkai dengan menggunakan punggung kaki dengan lintasan melingkar kedalam ke arah sasaran seluruh bagian (Satria et al., 2021). Tendangan sabit adalah tendangan yang dilakukan dengan lintasan dari samping melengkung seperti sabit/arit.

a) Tendangan sabit



Gambar 1. (Tendangan Sabit)
(Sumber : Johansyah Lubis,2004:29)

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

Tendangan sabit dilakukan dalam lintasan setengah lingkaran. Tendangan sabit adalah tendangan yang dilakukan dengan lintasan dari samping melengkung seperti sabit/arit. Perkenanya, yaitu bagian punggung telapak kaki atau pangkal jari telapak kaki, sedangkan didalam perguruan Tapak Suci tendangan ini disebut dengan nama tendangan ikan terbang menggoyang sirip.

1. Kecepatan Tendangan

Seorang pesilat harus memiliki kemampuan melesatkan tendangan ke sasaran yang sah pada lawan, sehingga sulit untuk dihindari lawan (Tofikin & Sinurat, 2020). Kemampuan melakukan tendangan yang baik, dibutuhkan kualitas kecepatan dan kelincahan.. Kelincahan dalam Pencak silat adalah kemampuan merubah arah (berpindah tempat atau posisi) dalam menghindari serangan lawan dan dilanjutkan dengan serangan balasan baik tendangan, pukulan maupun tangkapan (Regency & Sinurat, 2020). Pengukuran tendangan dalam Pencak silat harus dibutuhkan suatu tes yang valid dan reliabel (D. P. Saputro & Siswantoyo, 2018). Tes kemampuan atlet Pencak silat yang valid dan reliabel masih sangat sulit ditemukan, khususnya untuk mengukur kualitas kelincahan tendangan pesilat dari segi tekniknya.

Menurut Subagiyo (2003:23) ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan, pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki siswa dari berbagai bidang studi.

Khususnya dalam pencak silat, dua jenis kecepatan ini sangat diperlukan dalam berbagai situasi, bahkan kecepatan reaksi dan kecepatan aksi bisa diperlukan dalam satu kali gerakan. Kecepatan reaksi pada prinsipnya kemampuan dalam merespon stimulus yang ada, sedangkan kecepatan aksi merupakan kemampuan melaksanakan tugas gerak kelanjutan dari reaksi. Pada saat lawan menyerang, reaksi yang terjadi adalah adanya informasi serangan yang harus diantisipasi, kelanjutan informasi yang diolah secara laten tersebut adalah sebuah tindakan, mengelak, menangkis atau bahkan menyerang balik merupakan aksi dari informasi yang diberikan.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang wajib diselenggarakan oleh satuan pendidikan sebagai wadah kegiatan pengembangan karakter dalam rangka perluasan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal. Oleh sebab itu, kegiatan ekstrakurikuler harus dikelola secara sistematis dan terpola agar bermuara pada pencapaian tujuan yang diharapkan. Tujuan penyelenggaraan ekstrakurikuler adalah mengembangkan potensi peserta didik secara optimal serta terpadu yang melingkupi bakat, minat, serta kreativitas, memantapkan kepribadian siswa untuk dapat mewujudkan ketahanan sekolah sehingga terhindar dari pengaruh negatif serta bertentangan dengan tujuan pendidikan serta mengaktualisasi potensi siswa di dalam pencapaian potensi unggulan sesuai bakat serta minat dan menyiapkan peserta didik agar menjadi warga masyarakat yang mempunyai akhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia (HAM) dalam rangka mewujudkan sebuah masyarakat mandiri (civil society). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 39 Tahun 2022 tentang Pembinaan Kesiswaan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 20 Tahun 2022 tentang Penguatan Pendidikan Karakter pada Satuan Pendidikan Formal ditpsd.kemdikbud.go.id

Khususnya dalam pencak silat, dua jenis kecepatan ini sangat diperlukan dalam berbagai situasi. Dalam beberapa kejadian, kecepatan reaksi dan kecepatan aksi diperlukan dalam satu kali gerakan. Kecepatan reaksi pada prinsipnya merupakan kemampuan dalam merespon stimulus yang ada, sedangkan kecepatan aksi merupakan kemampuan melaksanakan tugas gerak yang merupakan kelanjutan dari reaksi. Pada saat lawan menyerang reaksi adalah kemampuan merespons terhadap informasi serangan yang harus diantisipasi. Kelanjutan informasi yang

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

diolah secara laten tersebut adalah sebuah tindakan. Mengelak, menangkis, atau bahkan menyerang balik merupakan aksi dari informasi yang diberikan, Adapun kelemahan tendangan sabit atau di perguruan Tapak Suci di sebut dengan ikan terbang menggoyang sirip, yaitu apabila gerakan menendang kurang bertenaga maka lawan akan mudah menangkis dan menahan serangan yang diberikan, selain mudah di tangkap tendangan ini juga mudah di ketahui dan di prediksi oleh lawan jika tendangan ini dilakukan secara pelan dan lambat.

SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN beralamat di Jalan Tuanku Tambusai komplek Pondok Pesantren Khalid Bin Walid, Pematang Berangan, Kec. Rambah, Kab. Rokan Hulu, Riau, dengan kode pos 28557. Berdiri pada tanggal 20 Agustus 2010 dengan jumlah guru dan tenaga pendidik 27, memiliki siswa 301 dan 12 kelas, Apabila anda ingin bertanya atau menghubungi langsung SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN, dapat melalui beberapa media. Apabila ingin mengirimkan surat elektronik (email), dapat dikirimkan ke sditrabbani2010@gmail.com. SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN menyediakan listrik untuk membantu kegiatan belajar mengajar. Sumber listrik yang digunakan oleh SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN berasal dari PLN. SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN menyediakan akses internet yang dapat digunakan untuk mendukung kegiatan belajar mengajar menjadi lebih mudah. Provider yang digunakan SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN untuk sambungan internetnya adalah Telkomsel Flash. Pembelajaran di SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN dilakukan pada Sehari Penuh. Dalam seminggu, pembelajaran dilakukan selama 5 hari. SDIT RABBANI PASIR PENGARAIAN memiliki akreditasi A, berdasarkansertifikat 193/BAP-SM/KP-09/XI/2017.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian komonikatif dengan menggunakan metode survey. Menurut Arikunto (2010:3) penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian sebagai tempat latihan siswa kelas 5 ekstrakurikuler silat Tapak Suci. Desain penelitian ini disusun dan dilaksanakan dengan penuh perhitungan agar dapat menghasilkan petunjuk empirik yang kuat hubungannya dengan masalah penelitian.

Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian Suharsimi Arikunto (2002:108). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler silat Tapak Suci 60 siswa.

Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015:61) sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang di miliki populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *random sampling* maka sampel penelitian ini adalah siswa putra dan putri peserta ekstrakurikuler Silat Tapak suci dengan sample 60 siswa

Pengembangan Instrument

Menurut Arikunto (2002), instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan penelitian dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, sehingga mudah diolah. Tes dan pengukuran yang diukur meliputi:

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

Tes Kecepatan Tendangan Sabit

Untuk mengetahui kecepatan tendangan sabit pada siswa Tapak Suci di SD Muhammadiyah Yokya karta Utara di ukur dengan tes dan pengukuran kecepatan tendangan pencak silat (Lubis J, 2016:199).

- Peralatan yang digunakan yaitu *Puching Ped*, *stopwatch*.
- Petugas tes, pengukur ketinggian *Puching Ped*/target, pencatat waktu, dan pemegang *Puching Ped*.
- Pelaksanaan, atlet bersiap-siap berdiri dibelakang *Puching Ped*/target dengan dua kaki tumpuan berada didalam garis yang telah disesuaikan dengan jarak tendangan setiap atlet. Pada saat aba-aba “ya”, melakukan tendangan dengan kaki kanan dan kembali ke posisi awal dengan menyentuh lantai yang berada didalam garis, kemudian melanjutkan tendangan kanan secepat-cepatnya dan sebanyak-banyaknya selama 10 detik. Demikian juga dengan kaki kiri. Pelaksanaan dapat dilakukan 3 kali dan diambil hasil yang terbaik dengan ketinggian *Puching Ped*/target 75 cm (putri) dan 100 cm (putra).
- Istirahat setiap pelaksanaan dan pergantian atlet adalah 2 menit.
- Tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat kecepatan tendangan yang dimiliki siswa kelas 5 ekstrakurikuler silat Tapak Suci SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

Tabel 1 . Penilaian Acuan Norma Kecepatan Tendangan Sabit

KATEGORI	INTERVAL SKOR
Baik Sekali	$X > M + 1,5 SD$
Baik	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$
Cukup	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$
Kurang	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$
Kurang Sekali	$X \leq M - 1,5 SD$

Sumber : Sugiyono Agus (2019:19)

Keterangan :

X : Skor

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Teknik Pengumpulan Data

Metode yang digunakan adalah survei, dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data dilapangan melalui sampel dan observasi langsung, dengan kata lain data di peroleh melalui tes pengamatan dan tes keterampilan gerak kecepatan tendangan sabit pencak silat langsung dilapangan

Teknik Analisa Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dalam bentuk presentase. Menurut Sugiyono (2014:29) Statistik deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan atau mendeskripsikan data yang sudah terkumpul sebelumnya. Perhitungan statistik deskriptif meliputi mean, median, modus, kuartil, desil, persentil dan standart deviasi. Penyajian data dalam statistik deskriptif melalui tabel, grafik dan diagram (Sugiyono, 2014:29). untuk mengetahui tingkat kecepatan tendangan sabit. Selain itu atlet melakukan tendangan sabit pada (Nuryastuti, T., & Upara, I. / *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*) sasaran selama 10 detik, kemudian hasil skor dicatat. Skor yang sudah dicatat kemudian dipisahkan untuk atlet putra dan putri dan di transformasikan ke dalam T skor. Setelah diketahui hasilnya, kemudian dikelompokan menjadi 5 kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang,

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

kurang sekali. Penentuan kriteria dengan 5 kategori menurut Anas Sugiyono dalam Agus (2019:19) menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

P :Angka presentase

F : Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N : Jumlah sampel

HASIL

Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

Untuk mengetahui Tinjauan Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian. Data kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian sebagai berikut ini:

Tabel 3.1
Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

No	Intervas Kelas	Frekuensi	Persentase
1	< 13	0	0
2	13 - 14	26	43 %
3	15 – 16	28	47 %
4	17 – 18	6	10 %
5	> 18	0	0
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan Tabel 3.1 di atas, skor tertinggi kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip sebesar siswa ekstrakurikuler sebesar 17, skor terendah kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip sebesar 13, rata rata yang diperoleh siswa sebesar 14,83. Berarti disimpulkan kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip. kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian dikategorikan cukup baik

Jawaban Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian yang diajukan “Bagaimana kemampuan tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip pada sisiwa kelas 5 Ektrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian?. Untuk menjawab pertanyaan tersebut, data yang diperoleh melalui tes tendangan yag dilakukan oleh 60 orang siswa diolah menggunakan statistic deskriptif. Adapun hasil olahan data kemampuan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada sisiwa kelas 5 Ektrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian pada Tabel 3.2

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

Tabel 3.2
Data Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

No	Intervas Kelas	Frekuensi	Persentase
1	< 13	0	0
2	13 – 14	26	43 %
3	15 – 16	28	47 %
4	17 – 18	6	10 %
5	> 18	0	0
Jumlah		60	100 %

Olahan tertinggi data Tabel 3.2 menghasilkan skor tertinggi kemampuan tendangan ikan terbang menggoyang sirip sebesar 16, skor terendah kemampuan tendangan ikan terbang menggoyang sirip adalah 13, rata –rata yang diperoleh siswa sebesar 12,67. Untuk lebih jelasnya data pada Tabel 3.2 di atas terpapar pada gambar 3.2 berikut ini:

Tabel 3.3
Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Kecepatan Tendangan Ikan Terbang Menggoyang Sirip Pada Siswa Kelas 5 Ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian

No	Intervas Kelas	Frekuensi	Persentase
1	< 13	0	0
2	13 – 14	26	43 %
3	15 – 16	28	47 %
4	17 – 18	6	10 %
5	> 18	0	0
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan skor rata-rata yang diperoleh siswa dalam melakukan tes kecepatan tendangan sebesar 14,83 yang dikonverensikan pada Tabel 3.3 di atas maka jawaban dari pertanyaan penelitian yang diajukan adalah kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian yang dikategorikan cukup baik .

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan kemampuan teknik dasar tendangan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian cukup baik. Dapat dimaknai, bahwa latihan pada kegiatan ekstrakurikuler telah berjalan dengan baik, akan tetapi diperlukan peningkatan latihan agar keterampilan siswa dalam bertanding lebih maksimal. (Prayoga & Huda, 2022) menyatakan gerak kemampuan keterampilan adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bias dilakukan melalui proses belajar. Berarti, meningkatkan keterampilan sangat dibutuhkan proses belajar melalui kegiatan latihan.

Gerakan teknik dasar tendangan ikan terbang menggoyang sirip masih memiliki kekurangannya terutama dari posisi kaki dari belakang lebih lambat temponya sehingga tendangan ini sering tertangkap oleh lawan ketika melakukan tendangan. Siswa dalam mengikuti kegiatan latihan kurang memperhatikan minat atau ketertarikan, hal ini disebabkan oleh kegiatan latihan

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

yang kurang menarik diikuti oleh siswa. (Saputra et al.,) mengemukakan minat adalah salah satu bagian dari motivasi karena seseorang yang memiliki ataupun mempunyai minat yang sangat tinggi terhadap sesuatu keinginan yang sedang di ikuti akan mengundang rasa senang, bergairah dan bersemangat sehingga memberikan hasil yang positif dan baik. Pada esensi minat merupakan awal timbulnya suatu untuk menyenangkan sesuatu. Berarti, minat siswa bagian penting dalam menimbulkan kesenangan siswa dalam melakukan latihan silat.

Kurangnya minat siswa mengikuti kegiatan latihan disebabkan oleh banyak faktor. (saragih, 2022) menyatakan banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjasorkes itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal dari diri siswa tersebut, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang di ajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes. Berarti, kurangnya minat siswa mengikuti kegiatan latihan yaitu karena faktor internal dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi latihan karena guru kurang memberikan latihan yang bervariasi.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan kemampuan kecepatan tendangan ikan terbang menggoyang sirip pada siswa kelas 5 ekstrakurikuler Silat Tapak Suci di SDIT Rabbani Pasir Pengaraian dikategorikan cukup baik dengan rata skor yang di peroleh sebesar 14,83.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Rokania yang telah menerima artikel untuk diterbitkan sehingga dapat berguna bagi peneliti berikutnya. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

Arikunto Suharsimi.(2010).*Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Erwin Setyo Kriswanto. (2015). *Pencak Silat. PT Pusaka Baru*. Yogyakarta

Sugiyono.(2015) *metode penelitian kombinasi (Mix Methos)*, Bandung: Alfabeta.

Suharsimi, Arikunto.(2007). Melatih Kecepatan pada Pencak Silat Kategori

Erna Yulisma, Budi Riharjo (2022) *Pencak Silat Basic Movement Skills of Sport and Health Education Students in the Universities of Central Java and Yogyakarta Regions*.*International Journal of Science and Research*. 7(3): 1343-1347.

Tanding (*Versi elektronik*). *Jurnal Olahraga Prestasi*, 3 (1), 71-84.

Nursyatuti,&Urai/*Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com

- Irsyad, Barie.M ; 2022 *Kemenpora RI. (2023). Menpora Dito Bersama Gubernur Sumsel Resmi Buka POPNAS XVI Tahun 2023 Palembang.*
- Tofikin & Sinurat, 2020. *Kemdikbud. (2016). Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>*
- Regency & Sinurat, 2020. *Muchlisin Natas Pasaribu, A. (2020). Tes dan Pengukuran Olahraga. In A. Rahman (Ed.), Tes dan Pengukuran Olahraga (1st ed.). Banten. Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).*
- D. P. Saputro & Siswantoyo, 2018. *Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2019). Ilmu Kepelatihan Dasar (2nd ed.). Bandung. CV. Alfabeta.*
- Fe, Eci. (2017). *Buku Pintar Olahraga & Permainan Tradisional. Yogyakarta: Laksana.*
- Herry, M. (2016). *Tapak Suci Muhammadiyah di Kota Yogyakarta (1963- 2013). Skripsi. Yogyakarta. Irfan, Muhammad. (2008). "Jurus Dasar Dan Tehnik Praktis Tapak Suci". (Online) <https://sil4t.wordpress.com>. Diakses 15 Mei 2018.*
- Mukholid.(2018). *Pencak Silat Basic Movement Skills of Sport and Health Education Students in the Universities of Central Java and Yogyakarta Regions. International Journal of Science and Research. 7(3): 1343-1347.*
- Mulyana, Dr. (2013). *Pendidikan Pencak Silat. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.*
- Maryono, O. (2017). *Pencak Silat untuk Generasi Penerus. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.*
- Nasution, FH. (2017). *Buku Pintar Pencak Silat. Jakarta: Anugrah.*
- Purnomo E. (2017). *Hambatan Perguruan Pencak Silat Tapak Suci Putera Muhammadiyah Provinsi Kalimantan Barat Dalam Meraih Prestasi. Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesh. 4(2): 98-108*
- Amjad, & Mega, S. (2016). *Teori dan Praktek Pencak Silat. IKIP Budi Utomo Malang. www.nulisbuku.com*
- Anonim. (2021). *Pekan Olahraga Pelajar Nasional. In Universitas Stekom. Semarang. UniversitasStekom. https://p2k.stekom.ac.id/ensiklopedia/Pekan_Olahraga_Pelajar_Nasional.*
- Bafirman, & Sujana W, A. (2019). *pemberntukan kondisi fisik (1st ed.). Depok. PT. RajaGrafindo Persada.*

*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: fina06472@gmail.com