

## Tingkat Keterampilan Dasar Pencak Silat Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat SMK Ma'arif NU 1 Bener

Wisnu Guntur Sutopo

Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Indonesia

[tatakrharja@gmail.com](mailto:tatakrharja@gmail.com)

### Abstrak

Belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener berdampak pada tidak tersusunnya program latihan dengan tepat. Tidak diadakannya evaluasi yang berkala serta frekuensi latihan yang kurang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat di SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener yang berjumlah 16 siswa. Instrumen yang digunakan adalah instrumen yang disusun oleh Drs. Agung Nugroho AM., M. Si. Analisis data yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian adalah deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 0 siswa (0%) dalam kategori baik, 0 siswa (0%) dalam kategori sedang, 1 siswa (6,25%) dalam kategori kurang, dan 15 siswa (93,75%) dalam kategori kurang sekali.

Kata kunci: keterampilan, pencak silat, siswa, ekstrakurikuler

### Abstract

*The unknown level of the basic skills of pencak silat students participating in extracurricular pencak silat at SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener has an impact on the improper arrangement of the training program. The absence of regular evaluations and the frequency of training that does not affect the basic skill level of the students participating in the extracurricular pencak silat at SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener. This study aims to determine the level of basic skills of pencak silat students participating in extracurricular pencak silat at SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener. The method used in this research is a survey with test and measurement techniques. The subjects of this study were students participating in the extracurricular pencak silat at SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener, totaling 16 students. The instrument used is an instrument composed by Drs. Agung Nugroho AM., M. Si. Analysis of the data used to describe the results of the research is descriptive percentage. The results showed that the level of basic skills of pencak silat extracurricular pencak silat students at SMK Ma'arif Nahdlatul Ulama 1 Bener 0 students (0%) in the very good category, 0 students (0%) in the*

*good category, 0 students (0%) in the excellent category. moderate, 1 student (6.25%) in the poor category, and 15 students (93.75%) in the very poor category.*

*Keywords: skills, pencak silat, students, extracurricular*

## **1. Pendahuluan**

Bela diri adalah sistem pertahanan diri manusia yang sudah ada sejak dulu kala. Hal ini diperkuat oleh (Lubis & Wardoyo, 2014) yang mengungkapkan bahwa manusia pada masa prasejarah harus mempertahankan kelangsungan hidupnya dengan melawan binatang ganas dan berburu yang pada akhirnya manusia mengembangkan ilmu bela diri.

Pencak Silat adalah salah satu dari sekian banyak jenis bela diri yang ada di dunia. Pencak silat yang mengutamakan beladiri sebetulnya sejak dahulu sudah ada karena dalam mempertahankan hidupnya manusia harus bertempur, baik manusia melawan manusia maupun melawan binatang buas. Pada waktu itu orang yang kuat dan pandai berkelahi mendapat kedudukan yang baik di masyarakat sehingga dapat menjadi kepala suku atau panglima raja. Lama-kelamaan ilmu berkelahi lebih teratur sehingga timbullah suatu ilmu beladiri yang disebut pencak silat (Amjad & Mega, 2017). Pencak silat, sebagai salah satu cabang olahraga bela diri, menjadi salah satu ekstrakurikuler olahraga yang ada di sekolah khususnya di SMK Ma'arif NU 1 Bener ini. Sebagai ekstrakurikuler, latihan pencak silat diadakan di luar jam pelajaran sekolah. Dalam proses pelatihan dan kaitannya dengan program latihan, idealnya pelatih mengetahui tingkat keterampilan siswanya untuk menyusun program latihan yang akan diterapkan. Akan tetapi, dalam kenyataannya pelatih tidak memiliki data tingkat keterampilan siswa karena pelatih tidak mengetahui akan tes keterampilan pencak silat yang baik. Hal ini berakibat pada pelatih tidak dapat menyusun program latihan, padahal tingkat keterampilan siswa sangat penting bagi pelatih untuk menyusun program latihan yang sesuai dengan kemampuan peserta didiknya. Hal tersebut menjadikan pelatih hanya secara spontanitas dalam memberikan materi pada setiap sesi latihan.

Permasalahan lain yang timbul, pelatih ekstrakurikuler pencak silat di Ma'arif NU 1 Bener tidak melakukan evaluasi pada periode- periode tertentu. Padahal, evaluasi sangat penting untuk dilakukan demi tercapainya tujuan-tujuan yang telah ditentukan. Hal ini diperkuat oleh (Lubis & Wardoyo, 2014) yang menyatakan bahwa evaluasi adalah suatu proses yang sistematis untuk menentukan atau membuat keputusan, sampai sejauh mana tujuan atau program telah tercapai.

(Mulligan, 2014) menyatakan bahwa evaluasi adalah hal yang sangat penting yang tujuannya adalah untuk memberikan informasi tentang kinerja produk pendidikan. Ekstrakurikuler adalah salah satu dari produk pendidikan di sekolah, peningkatan keterampilan siswa adalah salah satu indikator perkembangan siswa. Pelatih juga memiliki tanggung jawab untuk melaporkan hasil kegiatan ekstrakurikuler kepada sekolah. Seperti yang dinyatakan oleh (Lestari, 2016) bahwa hasil dan proses kegiatan ekstrakurikuler dinilai secara kualitatif dan dilaporkan kepada pimpinan sekolah/madrasah dan pemangku kepentingan lainnya oleh penanggung jawab kegiatan.

Hal lain yang menjadi permasalahan yang penulis temukan adalah bahwa ekstrakurikuler pencak silat di SMK Ma'arif NU 1 Bener ini dilakukan satu kali dalam seminggu, sedangkan frekuensi latihan yang ideal menurut Agung Nugroho (2001: 70) adalah

2-3 kali seminggu. Begitu juga menurut (Arianti, 2017) bahwa frekuensi latihan yang disarankan adalah 2-4 kali seminggu.

Sarana dan prasarana yang ada, menurut penulis kurang memadai, di antaranya 1 buah *punching box* dan satu pasang *body protector*. Diambilnya SMK Ma'arif NU 1 Bener sebagai tempat penelitian adalah sebagai upaya mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat yang ada disekolah tersebut.

## **2. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan ciri-ciri tidak adanya hipotesis dan data yang diperoleh akan dipaparkan. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran yang bertujuan untuk mengetahui data empirik tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener.

(Arikunto, 2012) menyatakan bahwa variabel adalah objek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empirik tingkat keterampilan dasar pencak silat dari objek yaitu siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener. Adapun definisi operasionalnya adalah sebagai berikut: Variabel yang diukur pada penelitian ini adalah tingkat keterampilan dasar pencak silat dengan memaparkannya menggunakan data-data dalam bentuk skor atau angka. Keterampilan dasar pencak silat diketahui dengan cara dites dan diukur menggunakan instrumen yang disusun oleh Drs. Agung Nugroho AM. M. Si. Keterampilan yang dites dan diukur tersebut adalah teknik tendangan lurus, tendangan sabit, tendangan "T", dan pukulan.

Subjek pada penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener yang berjumlah 16 siswa.

Menurut (Guntur Sutopo & Misno, 2021) instrumen adalah alat pengumpul data. Penelitian ini menggunakan instrumen yang disusun oleh Drs. (Anwar, 2009) Agung Nugroho AM., M. Si. yang berjudul "Tes Keterampilan Pencak Silat Bagi Mahasiswa FIK UNY".

Sejatinya tes tersebut diperuntukkan bagi mahasiswa. Akan tetapi, dengan pertimbangan subjek penelitian adalah siswa SMK yang memiliki rentang usia yang tidak jauh dan kondisi fisik yang dapat disamakan dengan mahasiswa, maka diambillah tes ini sebagai instrumen dalam pengambilan data.

Meskipun demikian karena subjek penelitian tidak sama dengan subjek yang diperuntukkan dalam instrumen, maka dilakukan uji coba. Instrumen diujicobakan kepada 16 siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener pada tanggal 16 September 2016. Hasil uji coba instrumen dapat dilihat di bawah ini.

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid artinya instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur (Anwar, 2009).

Dari pengertian valid menurut Sugiyono di atas dapat ditarik pengertian bahwa validitas adalah derajat ketepatan atau kebenaran dari instrumen yang akan digunakan untuk mengukur. Validitas instrumen pada penelitian telah diketahui melalui metode *face validity*.

Reliabilitas adalah ketetapan atau keajegan alat ukur tersebut dalam mengukur apa yang diukurnya (Guntur Sutopo & Misno, 2021). Reliabilitas instrumen pada penelitian ini ditentukan dengan metode tes *Re-test* dengan mengambil lokasi uji coba di SMK Ma'arif NU 1 Bener dan dianalisis dengan rumus korelasi *Pearson Product Moment*.

Tes dilaksanakan oleh masing-masing siswa sebanyak dua kali. Analisis dilakukan pada setiap item tes untuk ditentukan reliabilitasnya. Berikut ini adalah hasil tes uji coba yang dilaksanakan di SMK Ma'arif NU 1 Bener.

Tabel 1. Percobaan 1 Uji Coba Instrumen Penelitian

NO.	NAMA	TEND. LURUS	TEND. SABIT	TEND. "T"	PUKULAN
1.	A	7	10	8	25
2.	B	8	9	9	24
3.	D	8	8	7	27
4.	E	7	9	9	25
5.	F	7	10	9	26
6.	G	7	9	7	25
7.	H	8	10	9	27
8.	I	7	9	9	26
9.	J	9	10	9	24
10.	K	7	9	9	27
11.	L	8	9	9	22

Tabel 2. Percobaan 2 Uji Coba Instrumen Penelitian

NO.	NAMA	TEND. LURUS	TEND. SABIT	TEND. "T"	PUKULAN
1.	A	7	9	9	24
2.	B	8	10	9	24
3.	D	7	9	8	26
4.	E	8	9	9	25
5.	F	7	9	9	26
6.	G	7	10	7	27
7.	H	9	9	9	27

8.	I	7	10	9	24
9.	J	9	10	9	25
10.	K	7	9	8	26

Berikut ini adalah hasil analisis koefisien reliabilitas untuk masing-masing item tes:

Tabel 3. Koefisien Reliabilitas Item Tes

No.	Tes	Koefisien Reliabilitas
1.	Tendangan Lurus	0.74
2.	Tendangan Sabit	0.52
3.	Tendangan "T"	0.75
4.	Pukulan	0.69

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Metode yang digunakan adalah metode penelitian survei dengan tes keterampilan dasar pencak silat yang terdiri dari 4 butir tes yaitu:

- a. Keterampilan tendangan lurus dengan samsak yang dalam pelaksanaannya didahului dengan hindaran menyamping ke kiri/kanan, satuan pengukurannya adalah jumlah tendangan lurus dalam waktu 20 detik.
- b. Keterampilan tendangan samping (T) dengan samsak yang dalam pelaksanaannya didahului hindaran menyamping ke kiri/kanan. Satuan pengukurannya adalah jumlah tendangan T dalam waktu 20 detik.
- c. Keterampilan tendangan busur/sabit dengan sasaran samsak yang dalam pelaksanaannya didahului hindaran menyamping ke kiri/kanan.
- d. Satuan pengukuran adalah jumlah tendangan sabit dalam waktu 20 detik.
- e. Keterampilan memukul dengan tangan mengepal dengan sasaran samsak yang dalam pelaksanaannya didahului teknik tendang ke depan sebelum memukul samsak. Satuan pengukuran adalah jumlah pukulan tangan mengepal dalam waktu 20 detik.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif persentase, yaitu pengolahan data seperti yang dikemukakan (Kurniawan, 2018) dengan cara frekuensi dibagi dengan total jumlah responden dikali 100 persen dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

- P : persentase  
 f : frekuensi  
 N : jumlah responden

Data yang telah terkumpul dianalisis untuk selanjutnya dikategorikan ke dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali dengan mengacu pada nilai TSCORE yang dipaparkan dalam tabel berikut ini.

Tabel 4. Skor T Tes Keterampilan Pencak Silat

<b>No.</b>	<b>Skor T</b>	<b>Tendangan T</b>	<b>Tendangan Lurus</b>	<b>Tendangan Sabit</b>	<b>Pukulan</b>
1.	65	11	12	12	40-41
2.	64	10	-	-	38-39
3.	58-63	-	-	-	37
4.	57	-	-	-	36
5.	56	-	-	-	35
6.	55	-	-	-	34
7.	54	9	-	-	33
8.	52-53	-	-	-	-
9.	51	-	-	-	32
10.	50	-	11	-	30-31
11.	49	-	10	-	28-29
12.	47-48	-	-	-	-
13.	46	-	-	10-11	-
14.	41-45	-	-	-	-
15.	40	-	-	-	26-27
16.	39	-	-	-	23-25
17.	38	-	-	9	-
18.	37	-	9	8	-
19.	36	-	8	-	-
20.	35	7-8	-	-	-
21.	34	-	-	7	22
22.	33	-	-	6	21
23.	32	-	7	-	20
24.	30-31	-	-	-	-
25.	29	6	-	-	-
26.	17-28	-	-	-	-

Setelah empat butir tes selesai dilakukan, maka akan didapatkan hasil perolehan. Hasil dari setiap butir tes dikonversikan ke dalam nilai TSCORE kemudian dijumlahkan dan didapatkan nilai akhir untuk menentukan kategori keterampilan dengan mengacu pada skor baku tes berikut

Tabel 5. Skor Baku Tes

Skor Baku	Kategori	Nilai
278	Baik Sekali	A
245-277	Baik	B
212-244	Sedang	C
179-211	Kurang	D
178	Kurang Sekali	E

### 3. Hasil dan Pembahasan

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 16 siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat. Variabel penelitian ini adalah tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener. Data yang diperoleh dari tes tersebut digunakan untuk mengkategorikan menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang dan kurang sekali. Kategori tersebut diperoleh dari penjumlahan data seluruh item tes yang sebelumnya telah diubah ke dalam nilai TSCORE. Adapun hasil tes yang telah dilakukan sesuai dengan ketentuan tiap item tes, adalah sebagai berikut.

#### 1. Tingkat Keterampilan Tendangan Sabit

Hasil analisis tes keterampilan tendangan sabit yang dilakukan oleh siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener diperoleh data tertinggi adalah 10 dan terendah adalah 6. Data yang terkumpul dikonversikan ke dalam nilai TSCORE yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Hasil Tes Tendangan Sabit

No.	Nama	Perolehan	TSCORE
1	NL	8	37
2	YS	10	46
3	DE	10	46
4	FN	10	46
5	AY	8	37
6	DMN	9	38
7	RU	8	37
8	CP	7	34
9	DP	9	38

10	IA	8	37
11	MNA	8	37
12	JK	6	33
13	PTR	8	37
14	LRA	6	33
15	KR	9	38
16	IN	8	37

## 2. Tingkat Keterampilan Tendangan Lurus

Hasil analisis tes keterampilan tendangan lurus yang dilakukan oleh siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener diperoleh data tertinggi adalah 10 dan terendah adalah 7. Data yang terkumpul dikonversikan ke dalam nilai TSCORE yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 7. Hasil Tes Tendangan Lurus

No.	Nama	Perolehan	TSCORE
1	NL	8	36
2	YS	8	36
3	DE	9	37
4	FN	8	36
5	AY	7	32
6	DMN	8	36
7	RU	9	37
8	CP	7	32
9	DP	9	37
10	IA	10	49
11	MNA	9	37
12	JK	7	32
13	PTR	9	37



14	LRA	8	36
15	KR	9	37
16	IN	8	36

### 3. Tingkat Keterampilan Tendangan Samping

Berikut ini adalah hasil tes keterampilan tendangan samping yang dilakukan oleh siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener. Data yang terkumpul dikonversikan ke dalam nilai TSCORE yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 8. Hasil Tes Keterampilan Tendangan Samping

No.	Nama	Perolehan	TSCORE
1	NL	9	54
2	YS	9	54
3	DE	8	35
4	FN	8	35
5	AY	7	35
6	DMN	8	35
7	RU	9	54
8	CP	6	29
9	DP	8	35
10	IA	8	35
11	MNA	9	54
12	JK	7	35
13	PTR	7	35
14	LRA	8	35
15	KR	9	54

### 4. Tingkat Koordinasi Pukulan

Berikut ini adalah hasil analisis tes koordinasi pukulan yang dilakukan oleh siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener. Data yang terkumpul dikonversikan ke dalam nilai TSCORE yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 9. Hasil Tes Koordinasi Pukulan

No.	Nama	Perolehan	TSCORE
1	NL	25	39
2	YS	24	39
3	DE	26	40
4	FN	28	49
5	AY	26	40
6	DMN	30	50
7	RU	30	50
8	CP	28	49
9	DP	28	49
10	IA	24	39
11	MNA	28	49
12	JK	28	49
13	PTR	22	34
14	LRA	30	50
15	KR	38	64
16	IN	41	65

Data hasil dari masing-masing item tes yang telah dikonversikan ke dalam nilai TSCORE dijumlahkan untuk mengetahui kategori tingkat keterampilan siswa. Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 10. Hasil Tes Keterampilan Dasar Pencak Silat

No.	Nama	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Tes 4	Jumlah	Nilai
1	NL	37	36	54	39	166	E
2	YS	46	36	54	39	175	E
3	DE	46	37	35	40	158	E
4	FN	46	36	35	49	166	E

5	AY	37	32	35	40	144	E
6	DMN	38	36	35	50	159	E
7	RU	37	37	54	50	178	E
8	CP	34	32	29	49	144	E
9	DP	38	37	35	49	159	E
10	IA	37	49	35	39	160	E
11	MNA	37	37	54	49	177	E
12	JK	33	32	35	49	149	E
13	PTR	37	37	35	34	143	E
14	LRA	33	36	35	50	154	E
15	KR	38	37	54	64	193	D

Hasil penelitian seperti yang telah dipaparkan dalam tabel bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener 0 siswa (0%) dalam kategori baik sekali, 0 siswa (0%) dalam kategori baik, 0 siswa (0%) dalam kategori sedang, 1 siswa (6,25%) dalam kategori kurang, dan 15 siswa (93,75%) dalam kategori kurang sekali. Sehingga secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener termasuk dalam kategori kurang sekali dengan frekuensi terbanyak yaitu 15 siswa (93,75%).

#### **4. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan bahwa 1 orang siswa masuk ke dalam kategori kurang (6,25%) dan 15 siswa masuk dalam kategori kurang sekali (93,75%), maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar pencak silat siswa peserta ekstrakurikuler pencak silat SMK Ma'arif NU 1 Bener termasuk dalam kategori kurang sekali.

#### **Daftar Pustaka**

- Amjad, & Mega, S. (2017). *Teori dan Praktek Pencak Silat*. 77.
- Anwar, A. (2009). Statistika untuk Penelitian Pendidikan. In *IAIT Press* (Vol. 53, Issue 9).
- Arianti, R. (2017). Hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perialku belajar siswa SMP swasta bina bangsa kendari. *IAIN Kendari*, 8–31.  
<http://digilib.iainkendari.ac.id/id/eprint/796>
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.
- Guntur Sutopo, W., & Misno. (2021). Analisis Kecepatan Tendangan Sabit Pada Pesilat Remaja

- Perguruan Pencak Silat Tri Guna Sakti Di Kabupaten Kebumen Tahun 2020. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 27–34. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i01.131>
- Kurniawan, A. W. (2018). PENGEMBANGAN MEDIA AUDIO-VISUAL PENCAK SILAT SENI DENGAN MUSIK. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.17977/um040v2i1p10-17>
- Lestari, P. (2016). Membangun Karakter Siswa Melalui Kegiatan Intrakurikuler, Ekstrakurikuler, dan Hidden Curriculum di SD Budi Mulia Dua Pandeansari Yogyakarta. *Jurnal Penelitian*, 10(1), 71. <https://doi.org/10.21043/jupe.v10i1.1367>
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2014). *Pencak silat. March 2016*.
- Mulligan, S. (2014). A Guide to Evaluation. *Occupational Therapy Evaluation for Children*, April, 43–56.