

EFEKTIVITAS TEKNIK GUNTINGAN ATLET PENCAK SILAT TANDING KABUPATEN WONOGIRI PADA RADEN MAS SAID CUP III 2021

*Effectiveness of Cutting Technique Pencak Silat Fighting Athletes in Wonogiri
District at Raden Mas Said Cup III 2021*

Nur Faizi Ramadhan Efendi¹, Sahri¹, Mohammad Arif Ali¹.

¹*Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia.
nurfaizire@students.unnes.ac.id*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah efektifitas teknik guntingan atlet kategori tanding usia remaja pada kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021 dan untuk mengetahui tingkat keberhasilan teknik guntingan yang dilakukan pesilat remaja pada pertandingan pencak silat kategori tanding pada Kejuaraan Raden Mas said Cup III 2021.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan dokumentasi untuk memperoleh data yang valid. Sampel yang digunakan sebanyak 60 atlet dengan teknik *purposive sampling*, yaitu atlet yang masuk pada babak semifinal dan final pada kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik guntingan yang efektif pada kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021 kategori tanding usia remaja yaitu sebanyak 160 guntingan dengan presentase (26,9%) dari 43 kali guntingan yang dinyatakan sah dan dengan presentase (73,1,%) dari 117 guntingan yang dinyatakan tidak sah.

Menurut hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa teknik guntingan yang dilakukan atlet putri memiliki efektivitas sedikit(26,92%) lebih banyak dari atlet putra (26,85%).

Kata kunci: teknik guntingan, pencak silat

Abstract

The purpose of this study is to know the effectiveness of the cutting technique for adolescent athletes in the competition category at the Raden Mas Said Cup III 2021 and to determine the success rate of cutting techniques performed by adolescent fighters in the competition in the pencak silat competition in the competition category at the Raden Mas Said Cup III 2021.

This research is a descriptive research using quantitative methods. The research instrument used observation sheets and documentation to obtain valid data. The sample used was 60 athletes with a purposive sampling technique, namely athletes who entered the semifinals and finals at the Raden Mas Said Cup III 2021.

The results showed that the effective cutting technique in the Raden Mas Said Cup III 2021 category was the adolescent age competition, namely as many as 160 cuts with a percentage (26.9%) of 43 cuts that were declared valid and with a percentage (73.1,%) of 117 cuts that were declared invalid.

From the results of the study, it can be concluded that the cutting technique used by female athletes (26.92%) has slightly more effectiveness than male athletes (26.85%).

Keywords: cutting technique, pencak silat

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan berbagai aktivitas jasmani maupun rohani yang dilakukan untuk memelihara kesehatan fisik maupun mental. Olahraga telah banyak memberikan sumbangannya untuk kebahagiaan umat manusia. Di samping itu, kegiatan olahraga saat ini telah menempati salah satu kedudukan penting dan merupakan salah satu pekerjaan khusus, baik sebagai tontonan, rekreasi, mata pencaharian, pendidikan, kesehatan, maupun budaya. Melalui olahraga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan bahkan meningkatkan taraf hidup seseorang.

Pencak silat merupakan seni bela diri yang berakar pada rumpun Melayu, merupakan bagian dari kebudayaan bangsa Indonesia yang harus dilestarikan keberadaannya (Fekum Ariesbuwono, 2008). Di dalam Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 17 disebutkan bahwa ruang lingkup olahraga meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi (Undang-Undang Republik Indonesia, 2005). Olahraga prestasi merupakan upaya guna meningkatkan kemampuan dan potensi atlet dalam rangka menjunjung tinggi harkat dan martabat bangsa, seperti yang tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 20 ayat 1 2005.

Pergerakan dasaran pencak silat ialah sebuah gerakan yang direncanakan, diarahkan, dikoordinasikan serta dikendalikan, yang punya empat hal jadi satu penyatuan yakni perspektif keagamaannya, pembelaan diri, keolahragaan serta kebudayaan (Akbar and Hariyanto 2020). Pencak silat adalah keolahragaan dengan memiliki aspek mental, spiritual, seni bela diri, seni serta keolahragaan. Mental keagamaan yang berkaitan pada pribadi yang dahulu, ketaatan terhadap normanya serta nilai yang terdapat dalam keagamaan dan masyarakatnya, selalu meninggikan nilai persaudaraannya, punya akhlak yang kokoh serra keimanan pada Tuhan Yang Maha Esa. Perspektif pencak silat berkaitan pada situasi yang mewajibkan individu atletnya untuk mempertahankan dirinya saat pada kondisi ancaman yang membuat dirinya merasa dalam bahaya. Perspektif kesenian memperlihatkan kalau pencak silat berkaitan sekali pada cita rasanya, keestetikan, dan keanggunan pada geraknya (Syaifullah and Doewes 2020)

Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, memepertahankan, ekstensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggal) terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa. Banyak manfaat yang diperoleh dalam pembelajaran Pencak Silat, seperti pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotor. Pencak silat juga mengajarkan beriman dan berakhlak kemudian attitude yang baik seperti hormat pada orang tua, menghargai pelatih, teman, senior, ramah, santun, suka menolong, dapat bekerjasama (Erwin Setyo Kriswanto, 2015).

Tidak hanya kental dengan unsur budayanya, Pencak Silat kini telah berkembang di dunia prestasi. Di bawah naungan IPSI (Ikatan Pencak Silat Indonesia) dan PERSILAT (Persekutuan Pencak Silat Antar Bangsa) yang merupakan induk organisasi Pencak Silat Tingkat Nasional dan Internasional, olahraga ini mulai naik daun di kancah dunia. Hal ini dibuktikan dengan Pencak Silat menjadi cabang olahraga tetap di pagelaran Sea Games, Kejuaraan dunia pencak silat tahun 2016 di Bali Indonesia, Belgia Open tahun 2017, Malaysia Open tahun 2017 dan yang terbaru Pencak Silat berhasil masuk dalam salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan di Asian Games 2018 dengan Indonesia menjadi tuan rumah walau hanya menjadi *discipline sport* dari cabang olahraga beladiri.

Pada level nasional Pencak Silat rutin di pertandingan setiap tahunnya di segala golongan usia yang telah diatur dalam Peraturan Pertandingan IPSI tahun 2012 yang tertuang pada pasal 2 yang berbunyi, penggolongan pertandingan Pencak Silat menurut umur dan jenis kelamin untuk semua kategori terdiri atas: (1) Pertandingan golongan usia dini/ anak-anak/ tunas harapan untuk putra dan putri, berumur 10 tahun s/d 12 tahun. (2) Pertandingan golongan pra remaja untuk putra dan putri, berumur di atas 12 tahun s/d 14 tahun. (3) Pertandingan golongan remaja untuk putra dan putri, berumur di atas 14 tahun s/d 17 tahun. (4) Pertandingan golongan dewasa untuk putra dan putri, berumur di atas 17 tahun s/d 35 tahun. (5) Pertandingan golongan master/pendekar untuk putra dan putri, berumur di atas 35 tahun (Single Event) (Ikatan Pencak Silat Indonesia 2012).

Pencapaian hasil atau prestasi di cabang olahraga pencak silat membutuhkan usaha dan tekad yang keras, sebab terdapat berbagai macam faktor

yang menunjang prestasi, antara lain seperti faktor anatomi, tingkat teknik, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kekuatan, fleksibilitas (fisiologi), kecepatan gerak dan frekuensi (biomekanika), karakter, motivasi, agresi, stress, aktivasi, kepemimpinan, komunikasi, konsentrasi, dan rasa percaya diri (psikologi). Di pertandingan pencak silat dapat melakukan berbagai macam variasi teknik menggunakan tendangan, pukulan, bantingan, maupun jatuhan. Di dalam prestasi olahraga pencak silat, teknik jatuhan merupakan poin penting dan terdapat aspek-aspek pendukung yang perlu diperhatikan salah satunya dalam teknik guntingan, dalam hal ini yang perlu diperhatikan adalah bentuk dan lintasan teknik guntingan. Selain itu, panjang tungkai dan perkenaan sasaran teknik guntingan juga dapat mempengaruhi dari hasil guntingan tersebut (Erwin Setyo Kriswanto, 2015).

Pencak silat ialah bela diri yang mempunyai aneka macam unsur, yaitu unsur fisik, teknik, taktik, juga mental. Unsur fisik ialah segala hal yang memiliki kaitan dengan tubuh. Unsur teknik ialah gerak dasar yang digunakan dalam pencak silat. Unsur taktik ialah siasat atau nalar yang digunakan ketika pertandingan guna meraih kemenangan secara sportif. Mental ialah pembentukan karakter dan kepribadian pesilat ketika menghadapi pertandingan atau menghadapi lawan (Joko Subroto, 1996).

Pada olahraga pencak silat, terdapat berbagai macam teknik yang harus dikuasai oleh atlet, khususnya bagi atlet kategori tanding. Teknik tersebut terdiri dari tiga teknik dasar, yaitu teknik serangan, belaan dan teknik bawah. Dari ketiga teknik dasar tersebut, teknik bawah merupakan teknik dasar pencak silat yang dinilai sangat penting untuk dikuasai oleh atlet kategori tanding. Jika ditinjau dari segi efektivitas dan efisiensi pelaksanaan gerak, keterampilan teknik bawah dinilai penting untuk dikuasai oleh atlet pencak silat kategori tanding karena meningkatkan kebugaran jasmani. Saat ini, olahraga telah menjadi bagian hidup dari sebagian besar masyarakat Indonesia, baik di kota besar maupun di pedesaan, baik pada masyarakat teknik bawah dinilai mampu memberikan poin terbesar dalam suatu pertandingan pencak silat jika keterampilan teknik yang dilakukan tepat dan benar (Johansyah Lubis, 2014).

Selain mampu memberikan poin terbesar, teknik bawah pencak silat dinilai cukup efektif dan efisien untuk dilakukan karena dalam proses pelaksanaan gerak, teknik bawah tersebut merupakan keterampilan teknik dasar pencak silat yang dilakukan dengan cara memanfaatkan posisi keseimbangan tubuh lawan, yaitu pada saat lawan berada pada posisi labil yang mungkin diakibatkan oleh faktor kelelahan, sehingga saat bertanding atlet dapat memanfaatkan kondisi dan posisi lawan yang lelah untuk melakukan teknik bawah guna menjatuhkan lawan dan mendapatkan poin. Oleh karena itu, keterampilan teknik bawah dalam pencak silat dinilai perlu dikuasai dengan baik dan benar agar proses pengaplikasiannya dalam suatu pertandingan dapat menghasilkan poin yang menunjang pencapaian suatu kemenangan (Awan Hariono, 2006).

Teknik serta penjurusan pencak silat dibuat pada output 11 mengamati keadaan sekitarnya hingga membuat ke pola pergerakan yang serupa pada situasi alamnya, misal pada output pengamatan hewan yang saling menyerang satu sama lain. Tetapi dengan berjalannya waktu, pencak silat utamanya jadi pembelaan diri punya teknik pendasaran. Pendapat Nugroho, teknik dasar ialah pondasi yang mana pergerakan tersebut masih mudah serta biasa (Agung Nugroho, 2001).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Peneliti melakukan pengamatan dan penghitungan jumlah dilakukakannya teknik guntingan dari setiap pertandingan mulai semi final sampai dengan final menggunakan cara yang sistematis dan akurat berdasarkan apa yang ada. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet-atlet pencak silat kategori tanding usia remaja di Kabupaten Wonogiri.

Penelitian ini dilaksanakan di Gedung Olahraga Giri Mandala Krida Kabupaten Wonogiri yang beralamat di Desa Giritirto, Kecamatan Wonogiri, Kabupaten Wonogiri, Jawa Tengah 57611 pada tanggal 19-22 Desember 2021. Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling “purposive” dengan Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh atlet pencak silat kategori tanding usia remaja yang berlaga di Raden Mas Said Cup III 2021 Kabupaten Wonogiri hingga babak

semifinal sampai final yang berjumlah 60 Orang. Penghitungan Persentase :
Merupakan nilai suatu perbandingan jika dijadikan dalam skala seratus, dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase

f = Jumlah teknik yang menghasilkan nilai

N = Frekuensi total atau keseluruhan jumlah teknik

Data yang telah dirubah dalam bentuk persentase kemudian dianalisis dalam kategori kualitatif. Skor tertinggi ideal apabila dipersentasekan akan diperoleh jumlah 100% dan jumlah terendah ideal apabila dipersentasekan diperoleh jumlah 0%. Setiap jumlah persentase dibuat rentang 0% sampai dengan 100%.

HASIL

Babak Semi Final

Hasil efektivitas teknik guntingan atlet kategori tanding usia remaja pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Kabupaten Wonogiri Tahun 2021 dapat diuraikan sebagai berikut. Pada penelitian ini mengamati sebanyak 45 partai pertandingan, yang terdiri dari babak semi final dan babak final. Dalam kategori tersebut diamati 32 atlet tanding putra dan 28 atlet tanding putri dengan total peserta 60 atlet tanding pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Kabupaten Wonogiri Tahun 2021. Pada pertandingan semi final diikuti pertandingan pada kelas A, B, C, D, E, F, G, dan H untuk kategori tanding putra dan pada kelas A, B, C, D, E, F, dan G untuk kategori tanding putri. Tabel 1 berikut merupakan data dalam bentuk tabel teknik guntingan pada tahap semi final.

Tabel 1. Hasil teknik guntingan semi final atlet putra dan atlet putri kategori tanding usia remaja

Jenis Teknik/Kelas Tanding		Putra	Putri	H
A	S	4	1	A
	TS	7	3	
B	S	2	2	S
	TS	5	5	
C	S	7	1	I
	TS	10	4	
D	S	3	5	L
	TS	8	3	
E	S	2	1	A
	TS	6	4	
F	S	1	0	K
	TS	8	3	
G	S	0	0	H
	TS	4	1	
H	S	1	-	I
	TS	3	-	
Jumlah	S	20	10	30
	TS	51	23	74
	TOTAL	71	33	104
%	S	28,2%	30,3%	28,9%
	TS	71,8%	69,7%	71,1%

S:sah, TS: tidak sah

Hasil penelitian dari seluruh pertandingan semi final keseluruhan putra dan putri diperoleh efektivitas teknik guntingan atlet kategori tanding usia remaja pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III dari 104 tindakan guntingan yang dilakukan, sebanyak 30 kali (28,9%) yang dinyatakan berhasil, sedangkan sisanya 84 kali (73,7%) dinyatakan tidak berhasil. Berdasarkan 114 tindakan guntingan yang dilakukan, 71 kali tindakan guntingan dilakukan oleh atlet putra yang dinyatakan 20 kali guntingan sah dan 51 kali guntingan tidak sah. Atlet putri melakukan 33 kali guntingan, diantaranya 10 kali guntingan berhasil dan sisanya sebanyak 23 kali gagal dan dinyatakan tidak sah.

Babak Final

Pada pertandingan final diikuti pertandingan pada kelas A, B, C, D, E, F, G, dan H pada kategori tanding putra dan pada kelas A, B, C, D, E, F, dan G pada

kategori tanding putri. Berikut merupakan data dalam bentuk tabel teknik guntingan pada tahap final.

Tabel 2. Hasil teknik guntingan final atlet putra dan atlet putri kategori tanding usia remaja

Jenis Teknik/Kelas Tanding		Putra	Putri	H
A	S	2	0	A
	TS	5	2	
B	S	1	1	S
	TS	2	4	
C	S	3	0	I
	TS	5	2	
D	S	1	3	L
	TS	4	4	
E	S	1	0	A
	TS	2	2	
F	S	0	0	K
	TS	5	1	
G	S	1	0	H
	TS	3	0	
H	S	0	-	I
	TS	2	-	
Jumlah	S	9	4	13
	TS	28	15	43
TOTAL		37	19	56
%	S	24,3%	21,1%	23,2%
	TS	75,7%	78,9%	76,8%

S:sah, TS: tidak sah

Hasil penelitian dari seluruh pertandingan semi final dan final keseluruhan pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021 di Kabupaten Wonogiri dapat diketahui efektivitas teknik guntingan yang dilakukan. Berdasarkan dari 160 kali tindakan teknik guntingan yang dilakukan pada tahap semifinal dan final kategori tanding usia remaja, sebanyak 43 kali (26,9%) dinyatakan sah sedangkan sisanya 117 kali (73,1%) dinyatakan tidak sah. Terdapat 29 kali (26,85%) teknik guntingan yang dilakukan oleh atlet putra dinyatakan sah dan 79 kali teknik guntingan yang dinyatakan tidak sah. Sebanyak 14 kali (26,92%) teknik guntingan yang dilakukan atlet putri dinyatakan sah dan sisanya sebanyak 38 kali guntingan dinyatakan tidak sah. Berdasarkan hasil observasi penelitian pada pertandingan semi final dan final pada Raden Mas Said Cup III 2021 diperoleh data efektivitas teknik guntingan secara keseluruhan.

PEMBAHASAN

Teknik guntingan di pencak silat merupakan teknik yang tidak kerap digunakan dalam pertandingan, hal tersebut dikarenakan teknik guntingan mempunyai tingkat keberhasilan yang kecil, selain itu guntingan tidak kerap dilatih dalam proses latihan, umumnya pelatih banyak mengajarkan teknik serangan pukulan dan tendangan, serta hindaran.

Berdasarkan hasil penelitian dari seluruh pertandingan semi final dan final pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Tahun 2021 di Kabupaten Wonogiri kategori tanding usia remaja menghasilkan sebanyak 160 tindakan guntingan. Berdasarkan dari 160 tindakan guntingan tersebut diketahui sebanyak 43 kali (26,9%) yang dinyatakan sah, sedangkan sisanya sebanyak 117 kali (73,1%) dinyatakan tidak sah. Hasil keseluruhan pada babak semi final putra terdapat 71 kali tindakan guntingan. Sebanyak 20 kali tindakan guntingan yang dinyatakan sah, dan 51 kali tindakan guntingan yang dinyatakan tidak sah. Jika diubah ke persentase guntingan yang dilakukan atlet putra pada tahap semifinal sebesar 28,2% berbanding dengan teknik guntingan yang tidak sah sebesar 71,8%.

Hasil penelitian yang pada tahap semi final putri kategori tanding usia remaja terjadi 33 kali guntingan, diantaranya 10 kali dinyatakan guntingan sah dan 23 kali guntingan dinyatakan tidak sah. Jika diubah ke persentase guntingan yang dilakukan atlet putri pada babak semi final maka sebesar 30,3% guntingan sah dan 69,7% guntingan tidak sah. Hasil keseluruhan teknik guntingan pada babak semi final baik putra maupun putri sejumlah 114 kali penggunaan guntingan yang diantaranya 30 kali guntingan dianggap sah dan sisanya sebanyak 84 kali dianggap tidak sah, yang apabila diubah ke persentase maka 26,3% guntingan sah dan 73,7% guntingan dinyatakan tidak sah pada tahap semi final Kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021 di Kabupaten Wonogiri. Teknik guntingan di babak semi final menghasilkan jumlah persentase keberhasilan sebesar 26,3%.

Hasil keseluruhan dari tahap final tanding kategori remaja putra menghasilkan 37 kali percobaan guntingan dan 9 diantaranya dinyatakan sah, sisanya sebanyak 28 kali tindakan guntingan dinyatakan tidak sah. Jika diubah ke

dalam bentuk persentase maka tingkat keberhasilan teknik guntingan pada tahap final kategori tanding usia remaja putra dalam Kejuaraan Raden Mas Said Cup III 2021 di Kabupaten Wonogiri sebesar 24,3% dan sisanya sebesar 75,7% tidak berhasil. Sementara itu di tahap final tanding putri berhasil menghadirkan 19 kali tindakan guntingan dengan rincian 4 kali guntingan sah dan 15 kali guntingan tidak sah, atau 21,1% guntingan berhasil yang dinyatakan sah dan sebesar 78,9% dinyatakan tidak sah.

Hasil keseluruhan teknik guntingan pada tahap final Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Tahun 2021 di Kabupaten Wonogiri kategori tanding usia remaja baik putra maupun putri adalah sebanyak 56 kali teknik guntingan digunakan dengan rincian 13 kali guntingan sah dan 43 kali tindakan guntingan dinyatakan tidak sah. Jika diubah menjadi persentase maka 23,2% guntingan dinyatakan sah, dan sisanya sebanyak 76,8% dinyatakan tidak sah.

Identifikasi hasil penelitian tentang efektivitas teknik guntingan pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Tahun 2021 di Kabupaten Wonogiri kategori tanding usia remaja pada tahap semi final dan final adalah teknik guntingan relatif lebih sering digunakan pada ronde kedua dan ronde ketiga dengan alasan untuk digunakan untuk save point bagi atlet yang sedang unggul poin di gelanggang karena berdasarkan peraturan, saat pesilat sedang melakukan guntingan maka lawan tidak diperbolehkan untuk menyerang merupakan salah satu alasan guntingan memiliki tingkat keberhasilan yang rendah karena hanya digunakan untuk melindungi poin dan menguras waktu yang tersisa. Hal tersebut menunjukkan jika efektivitas teknik guntingan atlet kategori tanding remaja pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Tahun 2021 masih kurang. Hal tersebut dikarenakan peneliti mengamati bahwa teknik guntingan memang tidak banyak di gunakan dalam sebuah pertandingan, atau bahkan dalam pertandingan tidak ada yang menggunakan teknik guntingan. Berdasarkan pengamatan peneliti saat pertandingan biasanya pesilat lebih banyak menggunakan tendangan dan pukulan. Tingkat keterampilan atlet dalam melakukan teknik guntingan belum sepenuhnya baik.

Teknik guntingan tersebut tidak efektif karena beberapa faktor penyebabnya, pertama yaitu faktor mental belum terbentuk dalam atlet yang mengikuti pertandingan ini karena dalam pertandingan pencak silat walaupun atlet kaya dengan teknik tetapi mental belum terbentuk maka teknik yang sudah dilatih selama latihan tidak akan keluar dalam pertandingan. Mental dapat berpengaruh dalam teknik guntingan, karena banyak atlet yang ragu-ragu dalam melakukan teknik tersebut. Kedua yaitu faktor timing yang bermakna ketepatan gerak, belum diketahui oleh semua atlet yang bertanding.

Untuk mencapai ketepatan gerak pada teknik guntingan dalam pertandingan memerlukan pemilihan waktu yang tepat dan posisi yang tepat untuk mendapatkan keberhasilan dalam melakukan teknik guntingan (Wardoyo dan Fitranto 2020). Karena untuk melakukan teknik guntingan dalam pertandingan memerlukan mental dan timing yang tepat supaya teknik guntingan menjadi teknik yang efektif.

Jangka waktu latihan yang pendek, dengan jangka waktu latihan yang pendek maka atlet tidak dapat memaksimalkan teknik yang ingin dikuasai oleh atlet. Dan beberapa teknik guntingan yang gagal dilakukan oleh atlet merupakan teknik guntingan yang bertujuan hanya untuk menyimpan nilai dan bertahan dari lawan tandingnya. Selain memerlukan ketepatan gerak dan mental, atlet memerlukan kesiapan fisik dan kemampuan otot.

Hal itu dapat terjadi karena durasi atau pengulangan dalam melakukan teknik guntingan masih sangat kurang. Sehingga atlet belum sepenuhnya menguasai teknik guntingan tersebut. Adanya kemungkinan jika pelatih tidak memberikan materi teknik guntingan dalam proses latihan. Supaya teknik guntingan menjadi efektif maka pesilat harus menambah latihan dalam faktor mental, teknik, fisik dan kemampuan otot untuk mendukung dalam keberhasilan teknik guntingan ini (Listiana dan Isdaryono 2019). Apabila semua faktor tersebut sudah teratasi maka akan mudah bagi atlet untuk melakukan teknik tersebut dalam pertandingan. Dapat dilakukan untuk mendapatkan nilai, mempertahankan nilai maupun untuk bertahan dari serangan lawan. Dan para atlet membutuhkan latihan yang suasananya menyerupai dengan situasi bertanding, agar mental yang dimiliki atlet akan terbiasa dengan situasi tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari seluruh pertandingan semi final dan final diperoleh efektivitas teknik guntingan atlet kategori tanding usia remaja pada Kejuaraan Raden Mas Said Cup III Tahun 2021 menghasilkan kesimpulan keefektifan teknik guntingan yang dilakukan oleh atlet putri sedikit lebih efektif dibandingkan teknik guntingan yang dilakukan oleh atlet putra.

REFERENSI

- Akbar, Ricky Anugrah, and Eko Hariyanto. 2020. Pengembangan bahan ajar pencak silat untuk siswa sekolah dasar.” 2(7):350–56.
- Hariono, Awan. 2006. Metode melatih fisik pencak silat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Ikatan Pencak Silat Indonesia. 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding Hasil Munas IPSI Tahun 2012*. Ikatan Pencak Silat Indonesia. 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding Hasil Munas Ipsi Tahun 2012*.
- Johansyah, Lubis. 2014. *Pencak Silat*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kriswanto, Erwin Setyo. 2015. *Pencak Silat Sejarah Dan Perkembangan Pencak Silat Teknik-Teknik Dalam Pencak Silat Pengetahuan Dasar Pertandingan Pencak Silat*.
- Listiana, Silvia, and Isdaryono Isdaryono. 2019. “Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Bawah Pencak Silat Untuk Atlet Kategori Tanding Remaja.” *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan* 8(2). doi: 10.36706/altius.v8i2.9510.
- Nugroho, Agung. 2001. *Diktat Pedoman Latihan Pencak Silat*.
- RI, Pemerintah. 2005. *UU No 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*.
- Subroto, Joko. 1996. *Pencak Silat Pertahanan Diri*. Solo.
- Syaifullah, Rony, and Rumi Iqbal Doewes. 2020. “Pencak Silat Talent Test Development.” 8(6):361–68. doi: 10.13189/saj.2020.080607.
- Wardoyo, Hendro, and Dan Nur Fitranto. 2020. “Kemampuan Teknik Guntingan Kategori Tanding Atlet Pencak Silat DKI Jakarta Pada Kualifikasi Pra PON 2020 Technical Skills Of Cutting Category Of Athletes Pencak Silat DKI Jakarta In Pra PON 2020 Qualification.” *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education* 5:55–62.
- Werdihartohadi, Fekum Ariesbowo. 2008. *Menjadi Pesilat*. Be Champion.