

Profil Tingkat Keterampilan Tendangan Abhorighi Chagi Atlet Kyorugi Taekwondo Puslatda Yogyakarta

Profile of Abhorighi Chagi Kick Skills Athletes Kyorugi Taekwondo Puslatda Yogyakarta

Ayub Taty Admaja^{1*}, Ginanjar Nugraheningsih¹, Budi laksono¹

¹Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Diterima: 29 Desember 2020; Diperbaiki: 12 Januari 2021; Diterima terbit: 11 Februari 2021

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deksriptif kuantitatif, yaitu melakukan tes dan pengukuran terhadap atlet dan hasilnya akan dilakukan penelitian dan evaluasi lebih lanjut. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota puslatda DIY yang berjumlah 25 orang, dengan ketentuan sebagai atlet kyorugi taekwondo. Instrumen dan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah ATA TEST. Setiap peserta wajib melakukan tes sebanyak 2 kali dan hasil yang terbaik akan diambil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta yaitu tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan memiliki nilai sig 0.013 dan lebih kecil < 0.05 . Nilai F hitung sebesar 3.792 lebih besar $>$ nilai F tabel sebesar 3.39. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan terhadap keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta.

Kata kunci: Tendangan Abhorighi Chagi, Taekwondo

Abstract

The purpose of this study was to determine the skill level of the Abhorighi Chagi kick kyorugi taekwondo athletes in Yogyakarta Special Region. This study uses a quantitative descriptive research method, namely conducting tests and measurements of athletes and the results will be carried out further research and evaluation. The population in this study were 25 members of the DIY Puslatda, provided that they were kyorugi taekwondo athletes. The instruments and data collection techniques used were ATA TEST. Each participant is required to take the test twice and the best results will be taken. The results showed that the skills of kyorugi taekwondo Puslatda Yogyakarta abhorighi chagi kicks, namely kicks of the right front foot and left foreleg kick have a sig value of 0.013 and smaller < 0.05 . The calculated F value of 3,792 is greater $>$ the F table value of 3.39. So it can be concluded that there is an effect of right-footed kicks and front-left-foot kicks on the skills of kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta kyorighi chagi athletes.

Keywords: Abhorighi Chagi kick, Taekwondo

PENDAHULUAN

Cabang olahraga taekwondo menjadi cabang beladiri yang mendapat sentuhan teknologi paling banyak dibanding cabang beladiri yang lain (Mailapalli et al., 2015). Berbagai penelitian dan temuan lahir untuk mendukung berkembangnya olahraga taekwondo (Lakes et al., 2013). Korea merupakan negara yang melahirkan beladiri taekwondo yang pada saat ini menjadi cabang olahraga beladiri yang dipertandingkan di ajang Olimpiade (Ahn et al., 2009). Menurut (Bridge et al., 2011) mengatakan bahwa taekwondo sendiri berasal dari bahasa Korea yang secara harfiah dapat diartikan sebagai berikut: “*Tae*” yang berarti menyerang menggunakan kaki, “*Kwon*” yang berarti memukul atau menyerang dengan tangan, dan “*Do*” yang berarti disiplin atau seni. Jadi taekwondo adalah cabang olahraga beladiri yang menggunakan kaki dan tangan sehingga membentuk serangkaian gerak seni beladiri (Sabatini, 2019).

Cabang olahraga taekwondo kategori *kyorugi* lebih dominan tendangan dari pada pukulan (Feng et al., 2020). Teknik tendangan menjadi sangat penting karena selain kekuatannya jauh lebih besar daripada tangan, teknik tendangan lebih sulit dilakukan daripada tangan (Păunescu et al., 2012). Namun dengan latihan yang baik dan benar akan meningkatkan kualitas tendangan secara signifikan (Kim, 2019). Menurut (Widiyanto et al., 2014) mengatakan banyak faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi olahraga diantaranya adalah kondisi fisik, mental, penguasaan yang baik, sehingga taktik dan strategi dapat berjalan. Taekwondo kategori *kyorugi* atau tanding memerlukan kemampuan biomotor yang baik (Tirtawirya et al., 2019). Taekwondo merupakan gerakan yang menggunakan tangan dan kaki untuk menyerang dan bertahan (Tirtawirya et al., 2020). Olahraga taekwondo merupakan olahraga jenis perpaduan aerobik dan anaerobik sehingga dituntut memiliki kebugaran yang bagus, karena didalamnya terdapat akselerasi, berhenti secara mendadak, menyerang, bertahan, melompat, menendang secara cepat, pergerakan mendadak, menyerang dan bertahan secara cepat yang membutuhkan kekuatan otot, daya tahan, dan power (Yang et al., 2020). Keterampilan tersebut dapat dilakukan jika didukung kemampuan biomotor dan teknik dasar yang baik, karena menguasai komponen biomotor dasar akan mempermudah pada proses latihan dan gerakan yang dihasilkan akan lebih efisien (Jeong & Kim, 2017). Komponen dasar

biomotor yang diperlukan dalam dalam taekwondo diantaranya power, daya tahan, dan fleksibilitas (Song & Yang, 2019).

Pada tahun 2015 peneliti mulai menciptakan model tes keterampilan untuk mengetahui tingkat keterampilan seorang atlet kyorugi taekwondo, dan tahun 2018 peneliti berhasil melengkapi model tes dengan instrument atau disebut ATA TEST (Tatya Admaja & Sugiyanto, 2019). Ditahun 2020 ini peneliti akan mengembangkan instrument ATA TEST ke tahap selanjutnya agar instrument ini dapat digunakan secara baik sesuai kaidah tes dan pengukuran olahraga.

Pada perkembangan selanjutnya peneliti akan mengambil data atlet Puslatda Taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta untuk dijadikan bahan sebagai dasar penilaian dan evaluasi pelatih untuk menentukan dasar program latihan dan untuk mengetahui kekurangan apa saja yang harus ditambahkan dalam program latihan. Oleh karena itu peneliti akan mengambil data tentang tingkat keterampilan tendangan *abhorighi chagi* atlet kyorugi taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deksriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota puslatda DIY yang berjumlah 25 orang, dengan ketentuan sebagai atlet kyorugi taekwondo. Instrumen penelitian dan pengumplan data menggunakan ATA TEST yaitu: 1) Instrumen Penilaian Keterampilan Tendangan *Abhorighi Chagi* Tahap 2 (Kuda-Kuda Kanan Depan), 2) Instrumen Penilaian Keterampilan Tendangan *Abhorighi Chagi* Tahap 2 (Kuda-Kuda Kiri Depan). Adapun kriteria penilaian bisa dilihat dalam tabel berikut ini:

Table 1. Beginner Class (Front Right Stance)

Value	Skor	Criteria
5	$x \leq 3,15$	Excellent
4	3,16 - 3,77	Good
3	3,78 - 4,39	Average
2	4,40 - 5,02	Rather Good
1	$x \geq 5,03$	Bad

Table 3. Profesioanal Class (Front Right Stance)

Value	Skor	Criteria
5	$x \leq 3,07$	Excellent

Table 2. Beginner Class (Front Left Stance)

Value	Skor	Criteria
5	$x \leq 3,03$	Excellent
4	3,04 - 3,70	Good
3	3,71 - 4,38	Average
2	4,39 - 5,05	Rather Good
1	$x \geq 5,06$	Bad

Table 4. Profesioanal Class (Front Left Stance)

Value	Skor	Criteria
5	$x \leq 3,08$	Excellent

4	3,08 - 3,41	Good
3	3,42 - 3,76	Average
2	3,77 - 4,10	Rather Good
1	$x \geq 4,11$	Bad

4	3,09- 3,40	Good
3	3,41 - 3,73	Average
2	3,74 - 4,05	Rather Good
1	$x \geq 4,06$	Bad

Kombinasi gerakan tendangan abhorighi chagi secara cepat dengan kuda-kuda kanan depan dan kiri depan. Jadi tes ini ada 2 kali test setiap sesi dan diambil hasil yang terbaik. Prinsip analisa keterampilan olahraga tidak lepas dari prinsip biomekanika olahraga yaitu diawali dengan posisi awal, *take off*, *impact*, dan posisi akhir. Tahap-tahap tersebut digunakan untuk menganalisa secara berurutan agar semua persendian dan otot yang digunakan seorang atlet dapat dianalisis dengan baik dan benar.

Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis varians Anova. Kemudian dalam pengolahan datanya menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 22 for windows release 16.0*.

HASIL

Berdasarkan data yang diperoleh terkait profil tendangan abhorighi chagi diperoleh data berikut ini :

Tabel 1. Hasil data tendangan abhorighi chagi

No	Kanan Depan (detik)		Catatan Waktu		Kiri Depan (detik)		Catatan Waktu	
	Percobaan 1	Percobaan 2	Tinggi	Rendah	Percobaan 1	Percobaan 2	Tinggi	Rendah
1	3,26	3,03	3,26	3,03	3,17	3,05	3,17	3,05
2	3,41	3,26	3,41	3,26	3,24	3,09	3,24	3,09
3	3,83	3,43	3,83	3,43	3,29	3,06	3,29	3,06
4	3,32	3,09	3,32	3,09	3,59	3,47	3,59	3,47
5	3,8	3,18	3,8	3,18	4,92	4,22	4,92	4,22
6	3,77	3,71	3,77	3,71	4,07	3,73	4,07	3,73
7	3,47	3,54	3,54	3,47	4,54	3,81	4,54	3,81
8	3,79	3,75	3,79	3,75	4,22	3,32	4,22	3,32
9	3,27	3,36	3,36	3,27	3,5	3,9	3,9	3,5
10	3,53	2,99	3,53	2,99	5,4	4,06	5,4	4,06
11	3,79	3,73	3,79	3,73	4,54	3,81	4,54	3,81
12	4,52	3,86	4,52	3,86	4,22	3,32	4,22	3,32
13	3,93	3,69	3,93	3,69	4,06	3,69	4,06	3,69
14	4,28	3,91	4,28	3,91	4,32	3,8	4,32	3,8

15	3,39	3,82	3,82	3,39	3,73	4,05	4,05	3,73
16	3,52	3,27	3,52	3,27	3,74	3,46	3,74	3,46
17	3,32	3,31	3,32	3,31	3,59	3,69	3,69	3,59
18	3,56	3,17	3,56	3,17	3,32	3,01	3,32	3,01
19	3,87	3,78	3,87	3,78	3,77	3,53	3,77	3,53
20	4	3,78	4	3,78	3,61	3,73	3,73	3,61
21	3,77	4,07	4,07	3,77	3,86	3,71	3,86	3,71
22	3,98	4,32	4,32	3,98	3,77	3,87	3,87	3,77
23	3,7	3,36	3,7	3,36	3,57	3,26	3,57	3,26
24	3,44	3,39	3,44	3,39	3,92	3,34	3,92	3,34
25	3,45	4,23	4,23	3,45	3,52	3,4	3,52	3,4

Berdasarkan data diatas dapat dikatakan bahwa hasil catatan waktu tercepat pada saat kuda-kuda kanan depan dengan skor 2,99 detik mendapat predikat *EXCELLENT*. Dengan hasil tersebut dapat dijadikan acuan dalam pemanfaatan penyusunan program latihan, sehingga pelatih dapat menentukan latihan berdasarkan data yang valid.

Tabel 2. Keterampilan Tendangan

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Min	Max
					Lower Bound	Upper Bound		
Pre-test								
Kanan Depan	25	3.6788	.31702	.06340	3.5479	3.8097	3.26	4.52
Pre-test Kiri Depan								
	25	3.8992	.54015	.10803	3.6762	4.1222	3.17	5.40
Post-test								
Kanan Depan	25	3.5612	.36821	.07364	3.4092	3.7132	2.99	4.32
Post-test Kiri Depan								
	25	3.5752	.33912	.06782	3.4352	3.7152	3.01	4.22
Total	100	3.6786	.41750	.04175	3.5958	3.7614	2.99	5.40

Berdasarkan tabel deskriptik statistik penelitian di atas diperoleh informasi tentang keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta dengan jumlah sampel yang terlibat dalam penelitian sebanyak 25 orang. Pada pre-test keterampilan tendangan kaki kanan depan diperoleh nilai

minimum sebesar 3.26, nilai maksimum sebesar 4.52, nilai rata-rata sebesar 3.67 dan nilai standar deviasi sebesar 0.317. Pada post-test keterampilan tendangan kaki kanan depan diperoleh nilai minimum sebesar 2.99, nilai maksimum sebesar 5.40, nilai rata-rata sebesar 3.56 dan nilai standar deviasi sebesar 0.368. Pada pre-test keterampilan tendangan kaki kiri depan diperoleh nilai minimum sebesar 3.17, nilai maksimum sebesar 5.40, nilai rata-rata sebesar 3.89 dan nilai standar deviasi sebesar 0.540. Pada post-test keterampilan tendangan kaki kiri depan diperoleh nilai minimum sebesar 3.01, nilai maksimum sebesar 4.22, nilai rata-rata sebesar 3.57 dan nilai standar deviasi sebesar 0.339.

Tabel 3. Test of Homogeneity of Variances

Keterampilan Tendangan			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.385	3	96	.074

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil uji homogenitas pada keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta yaitu Nilai signifikansi sebesar $0.74 > 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta adalah homogen, dengan levene statistic 2.385.

Tabel 4. Uji ANOVA

Keterampilan Tendangan					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1.828	3	.609	3.792	.013
Within Groups	15.428	96	.161		
Total	17.257	99			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi untuk keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta yaitu tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan memiliki nilai sig 0.013 dan lebih kecil < 0.05 . Berarti bahwa tendangan kaki kanan

depan dan tendangan kaki kiri depan berpengaruh secara simultan terhadap keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta. Nilai F hitung sebesar 3.792 lebih besar > nilai F tabel sebesar 3.39. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan terhadap keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya (Tatya Admaja & Sugiyanto, 2019) yaitu instrumen tes yang digunakan dalam menilai dan mengevaluasi hasil tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi puslatda yogyakarta adalah korelasi kanan depan = 0.82 dan kiri depan = 0.80. Pengujian instrumen dilakukan dengan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas menggunakan pendapat judgment, sedangkan uji reliabilitas menggunakan korelasi product moment. Hasil uji validitas dan reliabilitas memiliki nilai yang tinggi sehingga tes dapat digunakan dan bisa menghasilkan data yang valid dan reliabel. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa instrument tes yang digunakan bersifat valid dan reliabel. Dari hasil penelitian menunjukkan tendangan abhorighi chagi dilakukan dalam pertandingan mencapai 60, 26% dari total tendangan lainnya.

Data tersebut menunjukkan bahwa tendangan abhorighi chagi adalah tendangan yang paling efisien untuk mendapatkan poin tiga area kepala ketika menggunakan protector scoring system (PSS). Hal tersebut menjadi salah satu dasar peneliti untuk membuat tes keterampilan tendangan abhorighi chagi, akan tetapi tidak hanya berdasar hasil penelitian, peneliti juga melakukan observasi di lapangan, wawancara dengan beberapa pelatih, serta melakukan kajian literature.

KESIMPULAN

Diketahui bahwa nilai signifikansi untuk keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta yaitu tendangan kaki kanan depan dan tendangan kaki kiri depan memiliki nilai sig 0.013 dan lebih kecil < 0.05. Nilai F hitung sebesar 3.792 lebih besar > nilai F tabel sebesar 3.39. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tendangan kaki kanan depan dan tendangan

kaki kiri depan terhadap keterampilan tendangan abhorighi chagi atlet kyorugi taekwondo puslatda Yogyakarta.

REFERENSI

- Ahn, J. D., Hong, S. ho, & Park, Y. K. (2009). The Historical and Cultural Identity of Taekwondo as a Traditional Korean Martial Art. *The International Journal of the History of Sport*, 26(11), 1716–1734. <https://doi.org/10.1080/09523360903132956>
- Bridge, C. A., Jones, M. A., & Drust, B. (2011). The activity profile in international taekwondo competition is modulated by weight category. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6(3), 344–357. <https://doi.org/10.1123/ijsp.6.3.344>
- Feng, C., Youn, S.-H., & Sha, C. (2020). Effect of Core Muscle Strengthening Training on Fitness of Taekwondo Kyorugi Players. *Journal of the Korean Society for Wellness*, 15(2), 587–595. <https://doi.org/10.21097/ksw.2020.05.15.2.587>
- Jeong, K.-H., & Kim, H.-Y. (2017). The Activation plan of Kyorugi Training in Taekwondo Gym. *Korean Journal of Sports Science*, 26(6), 959–967. <https://doi.org/10.35159/kjss.2017.12.26.6.959>
- Kim, D. (2019). A Study on the Meaning of Early Taekwondo Kyorugi(Competition). *The Korean Journal of History for Physical Education, Sport, and Dance*, 24(3), 91–104. <https://doi.org/10.24826/khspsd.24.3.6>
- Lakes, K. D., Bryars, T., Sirisinahal, S., Salim, N., Arastoo, S., Emmerson, N., Kang, D., Shim, L., Wong, D., & Kang, C. J. (2013). The Healthy for Life Taekwondo pilot study: A preliminary evaluation of effects on executive function and BMI, feasibility, and acceptability. *Mental Health and Physical Activity*, 6(3), 181–188. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2013.07.002>
- Mailapalli, D. R., Benton, J., & Woodward, T. W. (2015). Biomechanics of the Taekwondo axe kick: A review. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10(1), 141–149. <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.101.12>
- Păunescu, C., Pițigoi, G., Elisabeta, N., & Păunescu, M. (2012). Findings regarding the injury recovery in Taekwondo during Kyorugi. *Sports Medicine Journal / Medicina Sportivă*, 8(3), 1903–1908.
- Sabatini, D. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan, Kekuatan, Dan Daya Ledak Terhadap Tendangan Pada Atlet Taekwondo. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 85–95.
- Song, M.-H., & Yang, D.-S. (2019). The relationship between performance strategy, sport confidence and perceived performance of Taekwondo kyorugi players. *The World Society of Taekwondo Culture*, 32(23), 115–132. <https://doi.org/10.18789/jwstc.2019.23.115>
- Tatya Admaja, A., & Sugiyanto, F. X. (2019). *The Development of the Kick*

Abhorighi Chagi Instruments of Kyorugi Taekwondo Athletes. 105. <https://doi.org/10.2991/yishpess-cois-18.2018.105>

Tirtawirya, D., Pamungkas, O. I., & Nugroho, B. F. (2020). *The Effect of Exercise of Forward and Backward Kicks on the Incline towards Legs Power of Taekwondo Tekad Club.* 191–197. <https://doi.org/10.5220/0009304801910197>

Tirtawirya, D., Rohendi Rohidi, T., & Indera Pamungkas, O. (2019). *The Eight-Weeks Physical Exercise Program In Maintaining Power On Taekwondo Athletes In The Competition Period.* 13. <https://doi.org/10.2991/icssh-18.2019.13>

Widiyanto, Hariono, A., & Tirtawirya, D. (2014). Karakteristik Lactate Threhold Pada Atlet Taekwondo D.I Yogyakarta Selama Kompetisi. *FIK Universitas Negeri Yogyakarta, 19*(2), 190–198.

Yang, D.-S., Kim, K.-D., & Kang, H.-W. (2020). The Relationship among Positive Psychological Capital, Mental Toughness and Burnout on University Taekwondo Kyorugi Players. *The World Society of Taekwondo Culture, 27*(8), 187–202. <https://doi.org/10.18789/jwstc.2020.27.187>