

## Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak

Vibra Akbar Purnama

email: [vibrapurnomo@gmail.com](mailto:vibrapurnomo@gmail.com)

Universitas PGRI Semarang

### Abstract

*There were problems with training activities at the STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor) dojang which caused the training activities that had been prepared to not be carried out optimally. One of the factors that causes the training activities that have been prepared to not be carried out optimally is that there are children who like to play alone so that the introductory material on fighting to children is not conveyed well. The aim of developing Taekwondo Fighting Training Equipment for Taekwondo Training Aids for Children which can be used to increase optimality in training. This research is development research or Research and Development (R&D) using experimental methods. From this research, the following results were obtained: a) the assessment from material experts received a score of 19, which falls into the score range  $16.5 < X < 5$  gave the taekwondo fighting equipment a score of  $X > 27$  so it was classified in the very good category.*

*Key words: development, training tools, taekwondo, children*

### Abstrak

Adanya permasalahan aktivitas latihan pada dojang STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor) yang menyebabkan aktivitas latihan yang telah disusun tidak terkondisikan secara optimal. Salah satu faktor yang menyebabkan aktivitas latihan yang telah disusun tidak terlaksana secara optimal adalah ada anak yang suka main sendiri sehingga materi pengenalan fighting kepada anak tidak tersampaikan dengan baik. Tujuan pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-anak yang dapat dapat digunakan untuk meningkatkan meningkatkan keoptimalan dalam latihan. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan atau Research and Development (R&D) menggunakan metode eksperimen. Dari penelitian ini memperoleh hasil: a) penilaian dari ahli materi mendapat skor 19 yang dimana masuk rentang skor  $16,5 < X \leq 19$  sehingga tergolong dalam kategori , b) penilaian dari ahli media mendapat skor 60 yang dimana masuk rentang skor  $52,5 < X \leq 63$  sehingga tergolong dalam kategori layak, c) hasil uji coba skala kecil mendapatkan hasil 15 dari 15 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  sehingga tergolong dalam kategori sangat baik d) hasil ujicoba skala besar mendapat hasil 30 dari 30 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  sehingga tergolong dalam kategori sangat baik.

**Kata kunci:** pengembangan, alat latihan, taekwondo, anak-anak

## **PENDAHULUAN**

Dalam olahraga prestasi contohnya pada olahraga beladiri taekwondo bakat dan minat sangat mempengaruhi prestasi. Bakat adalah kemampuan, kebiasaan, keterampilan dan pembawaan yang dimiliki individu dari sejak lahir (Anggraini et al., 2020). Kehendak yang kuat bagi seseorang untuk melaksanakan sesuatu yang diinginkan dan yang mempengaruhi minat dan motivasi dalam latihan ini ada banyak hal seperti sarpras yang lengkap dan menu latihan yang menarik merupakan yang disebut dengan minat.

Walaupun taekwondo adalah olahraga beladiri yang tidak jauh dari pertarungan, yang mengikuti olahraga ini tidak semata-mata orang dewasa saja melainkan anak-anak juga sangat berminat mengikuti olahraga taekwondo ini. Adanya taekwondoin yang berusia anak-anak di dalam taekwondo selain menjadi keunikan tersendiri juga timbul sebuah problem atau masalah tersendiri, karena taekwondo adalah olahraga beladiri yang pada dasarnya olahraga yang keras dimana ada materi fighting didalamnya.

Rentang usia pada masa anak-anak adalah pada usia enam sampai dua belas tahun, yang sebanding dengan umur-umur bersekolah dasar (Engel, 2012). Karakteristik anak-anak berbeda dengan orang dewasa. Salah satu karakteristik anak-anak adalah aktif dan rasa ingin tahu yang tinggi. Biasanya kegiatan anak-anak yang merepresentasikan hal-hal tersebut adalah kegiatan bermain, baik itu bermain sendiri ataupun bermain dengan teman sebayanya.

Kebanyakan anak usia 6-12 tahun adalah pribadi yang aktif dan berenergi. Keaktifan tersebut adalah menunjukkan bahwa anak tersebut adalah anak yang sehat. Pada anak usia 6-12 tahun keaktifan tersebut salah satunya adalah waktu mereka bermain. Ada dampak positif maupun negatif ketika anak aktif bermain. Dampak positif ketika anak bermain adalah terpenuhi kebutuhan gerak pada anak sehingga terjadinya perkembangan motorik pada anak, dengan catatan dilakukan pada masa yang tepat supaya tidak mengganggu kegiatan lain. Dampak negatifnya adalah ketika anak bermain di waktu yang tidak tepat, semisal anak bermain pada waktu latihan taekwondo berlangsung yang menyebabkan ketidakfokusan anak pada latihan.

Materi fighting pada anak-anak yang mengikuti taekwondo harus disosialisasikan secara tepat, karena ada hal yang jamak dan *kompleks* yang harus dipelajari dalam materi fighting yaitu dari segi mental, bagian mana saja yang boleh diserang dan tidak boleh diserang, tentang penskoran dan juga aturan pertandingan. Masalahnya ada banyak kendala dalam pengenalan materi fighting. Ada anak yang main sendiri sehingga materi pengenalan fighting kepada anak tidak tersampaikan dengan baik. Penyebab anak main sendiri bisa disebabkan anak yang bosan saat latihan.

Menurut (Harjono, 2013) dalam penelitiannya yang berjudul “Perencanaan Alat Bantu Latihan Beladiri Untuk Perkembangan Motoric Anak Usia 4-11 Tahun”. Hasil penelitian ini dapat membuat alat yang bernama entrainur. Alat entrainur memiliki pistol air untuk menenmbakkan air Ketika diserang, hal ini sebagai perumpamaan saranangan sehingga anak yang menggunakan alat ini harus berkonsentrasi agar tidak terkena air tersebut. Tujuan dari alat ini adalah sebagai alat latihan permainan yang melatih serangan dan juga alat berlatih hindaran. Menurut (Adnyana & Susila, 2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Adaptasi Model Latihan Permainan Beladiri Pada Anak-Anak Dimasa Pandemi Covid-19”. Hasil penelitian peneliti dapat membuat alat model latihan permainan bola gantung zuki, bola gantung gery dan bola gila merupakan alat Latihan yang dikemas dalam permainan sebagai alat alternatif yang memiliki komponen beladiri pada konsepnya dan sangat baik diperkenalkan kepada anak-anak dimasa pandemic COVID-19, karena dapat digunakan latihan permainan komite, latihan teknik beladiri dan dapat meningkatkan kebugaran tubuh. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa alat latihan beladiri yang berkonsep permainan efektif digunakan dalam latihan beladiri untuk anak-anak.

Penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-anak. Karena pada umumnya di dojang taekwondo belum ada alat latihan taekwondo khusus anak-anak dan belum ada alat latihan dengan konsep game atau permainan. Maka penulis tertarik mengambil judul tersebut agar dalam taekwondo memiliki alat latihan taekwondo dengan konsep game berskor yang khusus anak-anak, supaya keaktifan bermain anak tidak menjadi hal negatif pada saat latihan taekwondo.

## **METODE PENELITIAN**

Metode wawancara dengan pendekatan deskriptif Research And Development (R And D) adalah metode yang diterapkan dalam penelitian ini. metode penelitian yang diterapkan supaya menciptakan produk tertentu dan menguji khasiat atau manfaat produk tersebut Sugiono dalam (Titting, 2016). Menurut Borg And Gall (1989) Research And Development (R And D) merupakan sebuah proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Selain bentuk pengembangan penelitian pengembangan adalah sebagai penambah pengetahuan dan penyelesaian akan masalah praktis. Populasi dalam penelitian ini adalah dojang STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor). Sampel yang diikutsertakan dalam penelitian ini adalah taekwondoin yang berusia anak-anak yaitu rentang umur 6-12 tahun di dojang STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor) yang berjumlah keseluruhan 45 anak.

Metode wawancara dengan pendekatan deskriptif Research And Development (R And D) adalah metode yang diterapkan di penelitian ini. Pengembangan alat latihan taekwondo dengan konsep permainan adalah sesuatu yang dikembangkan peneliti . Teknik skla likert adalah teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini, yang dimana skala likert membutuhkan pengkategorian dalam penerapannya. Pengkategorian penilaian angket dalam penelitian ini menggunakan rumus kategorisasi menurut Azwar dalam (Kamila, 2014) yang mendapatkan hasil pengkategorian penilaian angkaet sebagai berikut: (1)  $X > 27$ , yang menyatakan sangat baik; (2)  **$22,5 < X < 27$ , yang menyatakan baik;** (3)  **$18 < X \leq 22,5$ , yang menyatakan kurang baik;** (4)  $X \leq 18$ , yang menyatakan tidak baik. Acuan kategorisasi ini digunakan untuk pengolahan data responden pada uji skala kecil, skala besar, ahli materi dan ahli media.

Dalam pengambilan data dari ahli materi dan ahli media digunakan sebagai acuan revisi untuk uji skala kecil. Setelah pengambilan data uji skala kecil dilakukan revisi skala besar yang dimana acuan revisinya berdasarkan data dari uji skla kecil. setelah revisi skala besar di lanjut untuk pengambilan data uji skala besar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari komponen yang diperoleh peneliti melalui uji lembar pengamatan. Pada validasi oleh ahli media mendapat nilai dalam kategori baik sedangkan pada validasi oleh ahli materi, uji skala kecil dan uji skala besar mendapatkan nilai dalam kategori

Pada validasi materi skor yang didapatkan adalah 19 yang dimana masuk rentang skor  $16,5 < X \leq 19$  sehingga masuk dalam kategori layak, dengan begini dapat dijelaskan bahwa menurut ahli materi pada tahap ini “Pengembangan Alat Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak” yang dikembangkan dari aspek kelayakan materi mendapatkan kategori “layak” digunakan.

**Tabel 1** Penelitian ahli materi "Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak"

No	Pertanyaan	Jawaban				ket
		1	2	3	4	
1	Materi “alat Fighting Taekwondo” digunakan untuk latihan taekwondo.			√		
2	Materi yang ditampilkan “Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak” Mudah dipahami oleh pengguna.				√	
3	Desain alat yang menarik			√		
4	Rancangan alat dibuat seefisien mungkin			√		
5	Alat Fighting Taekwondo efektif saat digunakan			√		
6	Alat Fighting Taekwondo mudah di oprasionalkan			√		

Pada validasi media skor yang didapatkan adalah 60 yang dimana masuk rentang skor  $52,5 < X \leq 63$  sehingga masuk dalam kategori layak, , dengan begini dapat dijelaskan bahwa menurut ahli media pada tahap ini “Pengembangan Alat Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak” yang dikembangkan dari aspek kelayakan media mendapatkan kategori “layak” digunakan.

**Tabel 2** Penelitian ahli media "Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak"

No	Pernyataan	Penilaian				Keterangan
		1	2	3	4	
<b>I</b>	<b>Aspek fisik</b>					
1	Tinggi keseluruhan alat minimum alat 106 cm dan dapat diregangkan 134 cm.			√		
2	Lebar bagian bodi 38 cm			√		
3	Tinggi bagian body 50 cm			√		
4	Panjang tiang besi 50 cm			√		
5	Panjang bagian kepala 24 cm			√		
6	Lebar bagian kepala 17 cm			√		
7	Lebar bagian kaki diameter 40 cm dan ketebalan 10 cm			√		
8	Bahan bagian kaki beton dilapisi busa			√		Cek ketebalan busa agar aman
9	Bahan bagian body terbuat dari busa berlapis kulit sintetis			√		
10	Bagian kepala terbuat dari busa berlapis plastic elastis			√		
11	Sensor terbuat dari limit swict			√		Sesuaikan jumlah limit switch yang ada
12	Aspek fisik dapat memenuhi keamanan penggunaan alat fighting taekwondo		√			Perlu pendampingan dalam memakai alat
<b>II</b>	<b>Aspek Desain</b>					
1	Ukuran alat latihan		√			Disesuaikan ukuran dengan lebih portable
2	Penataan desain alat			√		
3	Tampilan			√		
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan</b>					
1	Memberi keefektifan pengguna			√		
2	Latihan lebih efektif dan efisien			√		
3	Membantu latihan agar mencapai program latihan			√		
4	Kepraktisan produk untuk digunakan			√		
5	Kenyamanan produk saat digunakan			√		
6	Alat figting taekwondo dibuat dengan harga		√			

	terjangkau					
--	------------	--	--	--	--	--

**Tabel 3** Penelitian ahli media "Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak"

No	Aspek yang dinilai	Skor yang diperoleh	Skor maksimal
1	Aspek fisik	35	48
2	Aspek model	8	12
3	Aspek penggunaan	17	24
Skor total		60	84

**Tabel 4** Penelitian ahli media "Pengembangan Alat Latihan Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak"

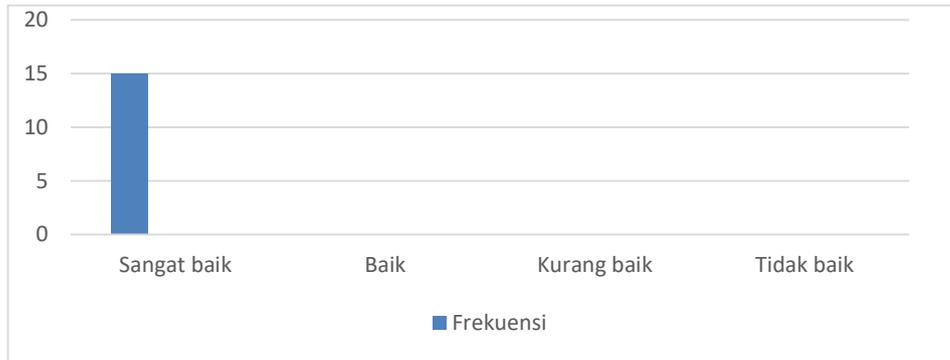
No	Skor yang diperoleh (X)	Rentang skor	kategori
1	60	$52.5 < X \leq 63$	layak

Hasil lembar observasi uji coba skala kecil pada anggota dojang STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor) yang berjumlah 15 anak mengenai "Pengembangan Alat Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak" berdasarkan dari hasil tabel distribusi frekuensi di atas menunjukkan bahwa 15 dari 15 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  poin, arti tanda X adalah jumlah poin yang didapat dari angket responden yang dimana berdasarkan tabel di atas alat fighting taekwondo dikategorikan "Sangat baik" untuk alat bantu latihan pada anak-anak.

**Tabel 5** Tabel Distribusi Frekuensi Data Uji Coba Skala Kecil

Kriteria	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat baik	$X > 27$	15	100
Baik	$22,5 < X \leq 27$	0	0
Kurang baik	$18 < X \leq 22,5$	0	0
Tidak baik	$X \leq 18$	0	0
	Jumlah	15	100

**Diagram 1** Gambar Diagram Data Distribusi Frekuensi Data Uji Skala Kecil



Hasil lembar observasi uji coba skala besar pada anggota dojang STIG'L (Silugonggo Taekwondo Indonesia Growong Lor) yang berjumlah 30 anak mengenai “Pembangunan Alat Fighting Taekwondo Untuk Alat Bantu Latihan Taekwondo Pada Anak-Anak” berdasarkan dari hasil tabel distribusi frekuensi di atas menunjukkan bahwa 30 dari 30 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  poin, arti tanda X adalah jumlah poin yang didapat dari angket responden yang dimana berdasarkan tabel di atas alat fighting taekwondo dikategorikan “Sangat baik” untuk alat bantu latihan pada anak-anak.

**Tabel 6** Tabel Distribusi Frekuensi Data Hasil Uji Coba Skala Besar

Kriteria	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat baik	$X > 27$	30	100
Baik	$22.5 < X \leq 27$	0	0
Kurang baik	$18 < X \leq 22.5$	0	0
Tidak baik	$X \leq 18$	0	0
	Jumlah	30	100

Keterangan :  
 $X$   
 =  
 jumlah skor

yang di dapat responden

**Diagram 1** Gambar Diagram Data Distribusi Frekuensi Data Uji Skala Besar



## SIMPULAN DAN SARAN

### SIMPULAN

Dari hasil yang didapat dari penelitian “Produk Alat Latihan *Fighting Taekwondo* Untuk Alat Bantu Latihan *Taekwondo* Pada Anak-Anak” hasil validasi ahli materi skor 19 yang dimana masuk dalam rentang skor  $16,5 < X \leq 19$  sehingga masuk dalam kategori layak dan dari penilaian ahli media memperoleh skor 60 yang dimana masuk dalam rentang skor  $52,5 < X \leq 63$  sehingga masuk dalam kategori layak. Dalam uji skala kecil berdasarkan dari hasil tabel distribusi frekuensi pada uji skala menunjukkan bahwa 15 dari 15 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  poin sehingga dikategorikan “sangat baik” dan untuk uji skala besar berdasarkan dari hasil tabel distribusi frekuensinya menunjukkan bahwa 30 dari 30 anak memberi skor alat fighting taekwondo  $X > 27$  poin sehingga dikategorikan “sangat baik”.

### SARAN

Teruntuk mahasiswa yang berada di jurusan olahraga terutama yang ikut dalam olahraga beladiri *taekwondo* diharapkan dapat mengembangkan alat *Fighting Taekwondo* agar lebih menarik dan efektif. Karena alat *Fighting Taekwondo* memiliki sedikit kelemahan yaitu kurang efektif untuk tendangan yang bersifat mendorong seperti *dwi chagi*, *ap chagi* dan *yeop chagi*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, K. S., & Susila, G. H. A. (2020). Adaptasi Model Latihan Permainan Beladiri Pada Anak-anak Di Masa Pandemi Covid-19. *Purwadita : Jurnal Agama Dan Budaya*, 4(2), 171–180.  
<https://stahnmpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/Purwadita/article/view/774>
- Anggraini, I. A., Utami, W. D., & Rahma, S. B. (2020). Analisis Minat dan Bakat Peserta didik terhadap Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 7(1), 23–28.  
<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/index%0ATerampil>:
- Engel, V. (2012). Upaya Melindungi Anak-Anak Dari Pornografi Di Internet. *Jurnal Sositologi*, 11(25), 60–65.
- Harjono, P. (2013). Perancangan Alat Bantu Latihan Beladiri Untuk Perkembangan Motorik Anak Usia 4-11 Tahun. *Calyptra : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1–12.
- Kamila, N. (2014). Hubungan antara nilai tugas (task value) mata kuliah psikodiagnostik dengan orientasi tujuan pada mahasiswa jurusan psikologi fakultas ilmu pendidikan. *Universitas Pendidikan Indonesia*, 117.  
[http://repository.upi.edu/6119/6/S\\_PSI\\_0901878\\_Chapter3.pdf%0Ahttp://perpustakaan.upi.edu/](http://repository.upi.edu/6119/6/S_PSI_0901878_Chapter3.pdf%0Ahttp://perpustakaan.upi.edu/)
- Titling, F. (2016). PENGEMBANGAN MULTIMEDIA PEMBELAJARAN SENAM LANTAI BERBASIS ANDROID PADA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SMA. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 120–126.