

# HUBUNGAN KESEIMBANGAN DAN KONSENTRASI TERHADAP TENDANGAN MOMTONG YEOP CHAGI ATLET TAEKWONDO POOMSAE TUNARUNGU

Priyaka Irfan Astama Harsono, S.Or.<sup>1\*</sup>, Dr. Samsudin, M.Pd.<sup>2</sup>, Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd.<sup>3</sup>

<sup>1\*</sup>Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

\*Priyaka Irfan Astama Harsono, S.Or., Surel: priyakairfanastama@gmail.com

## Abstract

The purpose of this study is to provide information on how deaf Poomsae taekwondo athletes at SLB B Santi Rama can visualize the yeop chagi kick technique correctly with some practice. This thesis uses an explanatory survey method. The research for this paper was conducted at Santi Rama SLB-B, Jalan Fatmawati, South Jakarta. The population in this study were all deaf extra-curricular poomsae athletes at SLB B Santi Rama. 30-50 people / deaf poomsae taekwondo athletes. Analysis of the data used is quantitative analysis with the aim of finding a correlation between balance and concentration of Taekwondo yeop chagi kicks using descriptive analysis methods. The relationship of equilibrium to the kick of the yeop chagi is expressed by the regression equation  $Y = 17,661 + -0,0902 X_1$ . The relationship of equilibrium to the yeop chagi thumb kick is shown against the correlation coefficient  $ry_1 = -0.0902$ . The significance test of the correlation coefficient above shows that  $t_{count} = -4,624$  is smaller than  $t_{table} = 1,240$  means the correlation coefficient  $ry_1 = -0,090$  is meaningful. Thus the hypothesis states that there is a negative relationship between the balance of the yeop chagi momtong kick supported by the research data. The relationship of the concentration to the kick of the yeop chagi is expressed by the regression equation  $Y = 15,888 + 0,0909 X_2$ . The relationship between the concentration of the yeop chagi full kick was shown against the correlation coefficient  $ry_2 = 0.090$ . The significance test of the correlation coefficient above shows that  $t_{count} = 0.362$  smaller than  $t_{table} = 1.240$  means the correlation coefficient  $ry_2 = 0.090$  this means 9.0%. Thus, the research data supported the hypothesis that there is a relative relationship between the concentration of the yeop chagi mother's kick. The relationship of balance and concentration to the kick of yeop chagi expressed by the regression equation of the third relationship is expressed by  $Y = 15,888 + 0,0909 X_2$ . The significance test of the correlation coefficient above shows that  $F_{count} = -2,900$  is smaller than  $F_{table} = -10,34$ , meaning the correlation coefficient  $ry_{1-2} = 0,081$  is meaningless. Thus the hypothesis states that there is a negative relationship between balance and concentration together against momop yeop chagi kicks supported by research data. The coefficient of determination of balance and concentration in momtong yeop chagi ( $ry_{1-2}^2 = 0.081$ ) means that 8.1% of yeop chagi's kick in taekwondo poomsae is connected by balance and concentration together. With the results of the balance data statistics, concentration data and momtong yeop chagi kick data. The factor for deaf athletes is the balance and concentration of momtong yeop chagi kicks. This problem for deaf athletes is balance because the balance data results are not perfect. In fact, the hearing and hearing system are connected in the inner ear.

**Keywords:** Deaf; Taekwondo; Momtong Yeop Chagi

## Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah dapat memberikan informasi bagaimana atlet poomsae taekwondo tuna rungu di SLB B Santi Rama dapat memvisualkan teknik tendangan *yeop chagi* dengan benar dengan beberapa latihan. Skripsi ini menggunakan metode survei eksplanasi. Penelitian untuk skripsi ini dilakukan di SLB-B Santi Rama, Jalan Fatmawati, Jakarta Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet poomsae ekstra kurikuler taekwondo tuna rungu di SLB B Santi Rama. 30-50 orang / atlet poomsae taekwondo tuna rungu. Analisis data yang digunakan adalah analisis kuantitatif dengan tujuan mencari korelasi antara keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *yeop chagi* taekwondo dengan menggunakan metode deskriptif analisis. Hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* dinyatakan oleh persamaan regresi  $Y = 17,661 + -0,0902 X_1$ . Hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* ditunjukkan terhadap koefisien korelasi  $ry_1 = -0,0902$ . Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa  $t_{hitung} = -4,624$  lebih kecil dari  $t_{tabel} = 1,240$  berarti koefisien korelasi  $ry_1 = -0,090$ . Hal ini menunjukkan hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang

negatif antara keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* dinyatakan oleh persamaan regresi  $Y = 15,888 + 0,0909 X_2$ . Hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* penuh ditunjukkan terhadap koefisien korelasi  $ry_2 = 0,090$ . Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa  $t_{hitung} = 0,362$  lebih kecil dari  $t_{tabel} = 1,240$  berarti koefisien korelasi  $ry_2 = 0,090$  hal ini berarti 9,0%. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Hubungan keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* ditunjukkan dengan persamaan regresi  $\hat{Y} = 16,330 + -0,105 X_1 + 0,110 X_2$  hubungan ketiga tersebut dinyatakan oleh  $ry_{1-2} = 0,081$ . Uji keberartian koefisien korelasi diatas terlihat bahwa  $F_{hitung} = -2,900$  lebih kecil dari  $F_{tabel} = -10,34$  berarti koefisien korelasi  $ry_{1-2} = 0,081$  adalah tidak berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat Hubungan yang negatif antara keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi keseimbangan dan konsentrasi dalam tendangan *momtong yeop chagi*  $(ry_{1-2})^2 = 0,081$  hal ini berarti 8,1% tendangan *momtong yeop chagi* dalam taekwondo poomsae dihubungkan oleh keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama. Dengan hasil statistik data keseimbangan, data konsentrasi dan data tendangan *momtong yeop chagi*. Faktor untuk atlet tunarungu adalah keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi*. Hal ini masalah untuk atlet tunarungu adalah keseimbangan karena hasil data keseimbangan belum sempurna. Bahkan kenyataannya, pendengaran dan sistem pendengaran terhubung di dalam telinga bagian dalam.

**Kata kunci:** Tuna Rungu; Taekwondo; Momtong Yeop Chagi

## 1. Pendahuluan

Olahraga merupakan suatu kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Olahraga tentunya memiliki manfaat bagi seseorang yang melaksanakannya. Manfaat tersebut yaitu meningkatkan kepercayaan diri seseorang, memperlancar peredaran darah, meningkatkan kinerja otak, mengurangi risiko stres, meningkatkan daya tahan tubuh.

Olahraga bagi penyandang disabilitas dijadikan media untuk mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki, mengingat setiap manusia selain mempunyai kekurangan juga mempunyai kelebihan, kemampuan, dan keunikan tersendiri. Pilihan sebagai atlet bagi para penyandang disabilitas memang dapat dimaklumi karena dengan media olahraga para penyandang disabilitas dapat membuktikan bahwa dirinya mampu berkompetisi dan meraih prestasi. Kegiatan olahraga tidak membutuhkan banyak persyaratan dan setiap orang berhak mengikuti termasuk para penyandang disabilitas. Media olahraga akan sangat membantu para penyandang disabilitas dalam mengeksplorasi bakat keolahragaan yang terpendam dan kemampuan yang dimilikinya, sehingga atlet penyandang disabilitas mampu mengaktualisasikan dirinya. Keberhasilan aktualisasi diri seorang atlet dapat dilihat pada prestasi-prestasi yang telah dicapainya (Adisasmito, 2007). Olahraga membutuhkan macam-macam komponen fisik seperti *balance, speed, accuracy, power, endurance, reaction, strength, agility, coordination, flexibility*.

Pada sebagian tunarungu ada yang mengalami gangguan keseimbangan, terlihat dari cara berjalannya kaku agak membungkuk, gerakan mata lebih cepat. Hal ini menunjukkan bahwa ia ingin menangkap atau mengetahui keadaan lingkungan sekitarnya. Pernapasan mereka biasanya pendek karena tidak terlatih melalui kegiatan berbicara. Beberapa atlet taekwondo poomsae tunarungu mempunyai kekurangan dalam komponen fisik khususnya keseimbangan. Oleh karena itu, tuna runggu saat tendangan *momtong yeop chagi* mudah jatuh.

Keseimbangan atau *balance* adalah kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuskuler manusia dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuskuler tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisien selagi kita bergerak (Harsono, 1988).

Tuna rungu merupakan kondisi terganggunya fungsi pendengaran seseorang yang bisa berlangsung hanya sementara atau permanen. Keluarga yang hidup bersama anggota keluarga tuna rungu tentu saja akan memerlukan bentuk komunikasi khusus agar maksud pembicaraan bisa tersampaikan dengan baik. Terdapat dua jenis tuna rungu, yaitu bersifat bawaan (terjadi sejak lahir) dan adventif (terjadi setelah dilahirkan). Tuna rungu bawaan atau adventif bisa terjadi akibat hal-hal ini yaitu: genetik, keturunan, Sakit ketika di dalam rahim (virus), trauma, dan suara keras.

Selain membutuhkan keseimbangan, tendangan *momtong yeop chagi* juga membutuhkan konsentrasi, yaitu pemusatan perhatian, pikiran, jiwa dan fisik pada sebuah objek. Konsentrasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia “Pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal. Dalam hal ini, konsentrasi yang akan dibahas yakni terkait dengan konsentrasi belajar. Pengertian konsentrasi menurut Sumartono dalam Rachman yakni: Konsentrasi belajar siswa merupakan suatu perilaku dan fokus perhatian siswa untuk dapat memperhatikan dengan baik dalam setiap pelaksanaan pembelajaran, serta dapat memahami setiap materi pelajaran yang telah diberikan (Gemilang P.L, 2016). Hal tersebut senada dengan pengertian konsentrasi yang dikemukakan oleh Scholz sebagai berikut: “*Konzentration ist eine Fähigkeit, die sich in vielen Leistungen des täglichen Lebens widerspiegelt, so z.B. bei der Arbeit, in der Schule, beim Führen eines Fahrzeugs oder beim Leseneines Buches*”. Pendapat tersebut berarti bahwa “Konsentrasi merupakan suatu kemampuan yang tercermin di berbagai kegiatan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya dalam pekerjaan, di sekolah, dalam berkendara, atau dalam membaca buku”.

Pada olahraga bela diri taekwondo yang merupakan warisan budaya Korea, dapat dikatakan taekwondo saat ini dikenal sebagai bela diri Korea yang diminati diseluruh dunia. Taekwondo terdiri dari tiga kata yaitu Tae = kaki, Kwon = Tangan, dan Do = seni atau cara. Maka jika diartikan secara sederhana, taekwondo berarti seni bela diri yang menggunakan teknik kaki dan teknik tangan kosong. Taekwondo yang populer didunia yaitu *Sparring* atau *Kyorugi*. Dalam taekwondo, atlet diajari untuk mengenal disiplin, proses dalam mencapai sesuatu dan tentu saja pengendalian emosi. Pengalaman pribadi penulis, ketika masih kecil saya sering marah dan emosi terhadap orang sekitar, karena saya merasa orang tidak mengerti keinginan saya. Hal ini terjadi karena keterbatasan komunikasi. Sejak umur 9 tahun saya ikut Taekwondo, dan sejak itu saya justru menjadi sabar, tidak mudah emosi.

Ada beberapa teknik tendangan di taekwondo, dari yang paling *simple* sampai yang rumit. Salah satu teknik yang akan dibahas adalah Teknik Tendangan *Momtong Yeop Chagi*. Teknik *Yeop Chagi* adalah keterampilan yang ditujukan untuk dapat menendang wajah lawan atau dada dengan tepi luar kaki atau tumit yang membutuhkan keseimbangan dari seorang atlet taekwondo. Memutar tubuh seseorang ke samping dan pada saat yang sama membengkokkan serta memundurkannya untuk menendang target disebut sebagai tendangan samping. Dalam beberapa keadaan, seseorang dapat mendorong dengan kaki untuk menjaga jarak dari lawan (kukkiwon, 2010). *Momtong* adalah sasaran dada. Teknik *Momtong Yeop Chagi* adalah tendangan samping ke sasaran dada. Untuk menguasai *Yeop Chagi* salah satu kuncinya adalah keseimbangan. Keseimbangan bergantung kepada *signal syaraf* dari tiga sistem dalam tubuh, mata, kaki dan bagian dalam telinga. *Signal syaraf* ini dikirim ke otak, itulah yang membantu manusia untuk bisa tegak. Jadi apabila ada masalah dengan salah satu dari tiga sistem tersebut, maka itu akan membuat kita kehilangan keseimbangan. Bahkan kenyataannya, pendengaran dan sistem pendengaran terhubung di dalam telinga bagian dalam. Itulah sebabnya 30% dari tuna rungu bermasalah dengan keseimbangan (Jamie Berke, 2018).

Mendefinisikan Tuna Rungu sebagai “orang dengan kesulitan mendengar dari ringan sampai berat, yang digolongkan ke dalam tuli dan kurang dengar. Kehilangan kemampuan mendengar

sehingga menghambat proses informasi bahasa melalui pendengaran, baik memakai maupun tidak memakai alat bantu dengar disebut sebagai orang tuli. Sedangkan orang kurang dengar adalah yang memakai alat bantu dengar, dimana batas pendengaran yang dimilikinya cukup memungkinkan keberhasilan proses informasi bahasa melalui pendengaran” (Murni Winarsih, 2007). Secara fisik motorik, seorang tuna rungu terlihat tidak berbeda dengan orang normal pada umumnya. Hanya saja, mereka cenderung memiliki sifat impulsif. Tindakannya tidak didasarkan pada perencanaan. Mereka cenderung kurang hati-hati dan kurang mampu mengantisipasi akibat yang mungkin timbul akibat perbuatannya. Mereka juga ingin segera memenuhi apa yang menjadi keinginannya. Oleh karena itu, mereka cenderung terlihat tidak sabar karena sulit menunda pemuasan kebutuhan dan jangka panjang. Tetapi disisi lain, banyak orang tuna rungu yang berhasil dan sukses dalam level dunia, sebut saja artis peraih Oscar, Marlee Matlin, composer dunia Beethoven dan penemu listrik Thomas Alfa Edison. Artinya dengan kemauan dan motivasi yang tinggi, siapapun, bahkan tuna rungu, bisa menjadi sosok yang berhasil (Donalf F.M, 2012).

Santi Rama sebagai suatu yayasan yang melakukan usaha rehabilitasi bagi anak tuna rungu, didirikan pada tanggal 5 September 1970. Bermula sebagai suatu badan pembinaan di bawah naungan Badan Pembina Koordinasi Kegiatan Sosial (BPKKS) - BKKS sekarang, Santi Rama merupakan badan pertama di Indonesia yang memberi pelayanan intervensi dan rehabilitasi dini bagi anak tuna rungu pada usia balita (lebih kurang 2- 5 tahun). Pelayanan rehabilitasi bagi anak tuna rungu di Indonesia sebelumnya, pada umumnya berupa pelayanan pendidikan di suatu Sekolah Luar Biasa yang menerima siswa-siswi dengan suatu program pengajaran yang tidak begitu banyak berbeda dari program sekolah SD.

Di Jakarta banyak terdapat Sekolah Luar Biasa yaitu sekolah khusus untuk Difabel atau Anak Berkebutuhan Khusus. Salah satunya Sekolah Luar Biasa (SLB) B Santi Rama yang merupakan sekolah khusus untuk tuna rungu. Di Sekolah Luar Biasa B Santi Rama yang selanjutnya penulis akan menuliskan dengan SLB B Santi Rama. Sekolah ini berdiri 48 tahun yang lalu. Merupakan SLB B yang terlengkap karena pendidikan disana dimulai sejak tingkat PAUD, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas. SLB B Santi Rama punya ekstrakurikuler yaitu: bulu tangkis, futsal, taekwondo, melukis, IT dan masih banyak lagi.

Untuk ekstrakurikuler taekwondo yang ada di SLB B Santi Rama berdiri sejak November tahun 2004 dibawah *Crystal Club* dengan ketua pelatih Sabeumnim Mamat. Tujuan diadakan ekstrakurikuler di SLB B Santi Rama adalah untuk menyalurkan energi yang terpendam pada anak-anak tuna rungu, membentuk kepercayaan diri, membantu membentuk rasa tanggung jawab, membantu anak menjadi lebih sabar, membantu anak belajar kedisiplinan dan belajar untuk saling menghormati sesama teman maupun orang tua dan guru. Memang murid yang ikut jumlahnya turun naik. Hal itu wajar karena memang murid ekskul jarang dipersiapkan untuk bertanding. Mereka ikut ekskul Taekwondo hanya sebatas olahraga saja. Tapi sejak tahun kemarin mereka sudah mulai mengikuti beberapa festival, dan memenangkan beberapa medali. Dari situlah sekarang peminat ekstrakurikuler menjadi bertambah dengan tujuan untuk mencari prestasi.

## 2. Metode

### 2.1 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui hubungan antara keseimbangan dengan tendangan *momtong yeop chagi*.
2. Mengetahui hubungan antara konsentrasi dengan tendangan *momtong yeop chagi*.
3. Mengetahui hubungan antara keseimbangan dan konsentrasi dengan tendangan *momtong yeop chagi*.

## 2.2 Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat  
Tempat pelaksana penelitian ini adalah di Sekolah Santi Rama. Jl. RS Fatmawati, RT.14/RW.4, Cipete Selatan, Cilandak, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12420.
2. Waktu  
Pengambilan data dilaksanakan pada hari Jumat antara jam 13.00 sampai 15.00, dari September sampai November 2018.

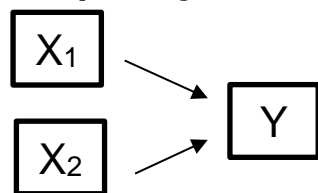
## 2.3 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan serta meringkaskan berbagai kondisi, situasi, atau berbagai variabel yang timbul di masyarakat yang menjadi objek penelitian berdasarkan apa yang terjadi. Peneliti menggunakan metode deskriptif untuk melihat sebab-akibat antara variabel bebas (keseimbangan dan konsentrasi) dengan variabel terikat (tendangan *momtong yeop chagi*). Metode deskriptif berupa pengumpulan data untuk menguji hipotesis yang berkaitan dengan keadaan dan kejadian sekarang, melaporkan keadaan objek atau subjek yang diteliti sesuai dengan apa adanya. Tujuan metode deskriptif adalah untuk menggambarkan fakta dan karakteristik objek atau subjek yang diteliti secara tepat secara sistematis” (Darmawan, 2013)

Penelitian ini menggunakan metode survei eksplanasi (*explanatory survey method*). Sugiyono menyatakan bahwa “*metode explanatory survey* merupakan metode penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, sehingga ditemukan deskripsi dan hubungan-hubungan antar variabel”. Konsekuensi metode survei eksplanasi ini adalah diperlukannya operasional variabel-variabel yang lebih mendasar kepada indikator-indikatornya (ciri-cirinya). Metode ini dibatasi pada pengertian survei sampel yang bertujuan menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya (*testing research*).

Sugiyono mengatakan bahwa “Penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, sehingga ditemukan kejadian kejadian relatif, distribusi, dan hubungan-hubungan antar variabel sosiologis maupun psikologis. Penelitian survei merupakan penelitian yang dilakukan terhadap sejumlah individu atau unit analisis, sehingga ditemukan fakta atau keterangan secara faktual mengenai gejala suatu kelompok atau perilaku individu dan hasilnya dapat digunakan sebagai bahan pembuat rencana atau pengambilan keputusan. Penelitian survei ini merupakan studi bersifat kuantitatif dan umumnya menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul datanya” (Sugiyono, 2013)

Tingkat eksplanasi dalam hal ini adalah tingkat penjelasan. Penelitian eksplanasi yang dimaksud adalah menjelaskan kedudukan variabel-variabel yang diteliti serta hubungan antara satu variabel dengan variabel lain (Sugiyono, 2013). Sesuai dengan hipotesis yang peneliti ajukan, dalam penelitian ini akan digunakan statistika yang tepat untuk tujuan hubungan sebab akibat. Walaupun uraiannya juga mengandung deskripsi, tetapi sebagai penelitian eksplanasi asosiatif, fokus penelitian terletak pada penjelasan hubungan-hubungan antar variabel (Sugiyono, 2010). Dengan digunakannya metode dan pendekatan yang telah disebutkan di atas peneliti melakukan pengamatan untuk memperoleh gambaran antara kedua variabel yaitu:



X<sub>1</sub> = Keseimbangan

X<sub>2</sub> = Konsentrasi

Y = Tendangan *Momtong Yeop Chagi*

## 2.4 Populasi dan Sampel

### 2.4.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet poomsae taekwondo tuna rungu di Sekolah Santi Rama. 30-50 orang / atlet poomsae taekwondo tuna rungu.

### 2.4.2 Sampel

Sampel penelitian adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik sampling *non random sampling* dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian. Berdasarkan penjelasan *purposive sampling* tersebut, ada dua hal yang sangat penting dalam menggunakan teknik sampling tersebut, yaitu *non random sampling* dan menetapkan ciri khusus sesuai tujuan penelitian oleh peneliti itu sendiri. Tujuan *purposive sampling* yaitu lebih tepat digunakan oleh para peneliti apabila memang sebuah penelitian memerlukan kriteria khusus sampel yang diambil nantinya sesuai dengan penelitian dapat memecahkan permasalahan penelitian serta dapat memberikan nilai yang representatif. Sehingga teknik yang diambil dapat memenuhi tujuan sebenarnya dilakukan penelitian. 33 orang yang aktif latihan, siswa SLB-B, dan bersedia menjadi sampel.

## 2.5 Instrumen Penelitian

Instrumen yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan pengukuran terhadap variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini, meliputi:

1. Tes keseimbangan dengan berdiri satu kaki dan mata tutup
2. Tes keterampilan teknik tendangan *momtong yeop chagi*
3. Tes *Concentration Grid*

## 2.6 Teknik Pengumpulan Data

### 2.6.1 Hasil Tes Keseimbangan Dengan Menggunakan Berdiri Satu Kaki Dengan Mata Tertutup/*Strock Stand*

Tujuan: Untuk mengetahui kemampuan atlet dalam mempertahankan keseimbangan tubuh pada posisi statis.

Peralatan yang dibutuhkan

1. Lokasi yang kering atau *gym*
2. *Stopwatch*
3. Seorang asisten

Petunjuk pelaksanaan:

1. Berdiri dengan nyaman pada kedua kaki
2. Tangan diletakkan di pinggang
3. Berdirilah pada salah satu kaki dan mengangkat kaki yang lain dan letakkan ibu jari kaki pada lutut kaki yang masih menjejak tanah

Komando dari Pelatih.

1. Tutup mata
2. Pelatih mulai menghitung dengan *stopwatch*
3. Jaga keseimbangan selama mungkin
4. Waktu akan dihentikan apabila membuka mata, menggerakkan tangan, meletakkan atau menggerakkan kakinya
5. Pelatih akan mencatat waktu yang diraih atlet dalam mempertahankan keseimbangan.



**Gambar 3.1 Berdiri Satu Kaki Dengan Mata Tutup**

### 2.6.2 Hasil Tes Teknik Tendangan *Momtong Yeop Chagi*

1. Atlet harus keseimbangan agar tidak jatuh saat tendangan *momtong yeop chagi*
2. Akurasi teknik *yeop chagi* dengan benar dan betul



**Gambar 3.2. Tendangan *Momtong Yeop Chagi***

### 2.6.3 Tes Concentration Grid

Alat tes untuk mengetahui tingkat konsentrasi pada atlet adalah dengan menggunakan tes *grid concentration exercise* diadopsi dari D.V Harris dan B.L Harris (Nabilatul Fanny, 2015). Tes ini bermanfaat untuk semua cabang olahraga. Alat yang perlu dipersiapkan adalah angket *grid concentration exercise*, *stopwatch*, dan ATK. Cara pelaksanaan tes ini adalah atlet diberi angket konsentrasi, setelah itu disuruh mengurutkan angka 00 – 99 yang diatur secara acak dalam waktu 1 menit. Penilaian, bila atlet nilainya rendah maka tingkat konsentrasinya rendah, dan apabila nilainya tinggi, maka tingkat konsentrasi atlet tersebut tinggi.

66	36	33	82	80	35	61	34	62	41
95	37	5	51	45	71	91	52	9	44
28	38	19	20	29	63	92	24	46	8
48	1	18	74	40	16	25	43	67	94
42	55	13	59	90	56	84	87	4	76
81	70	3	83	96	53	73	12	65	85
39	31	100	58	30	72	75	54	21	68
98	14	97	27	10	78	17	47	15	6
93	50	99	89	26	7	86	77	79	2
49	32	11	64	22	60	57	88	23	69

**Gambar 3.3 Concentration Grid**

Sumber: Kemenpora, *Pedoman dan Materi Pelatihan Mental Bagi Olahragawan* (Jakarta: Asdep Tenaga Keolahrgaan Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga kementerian Pemuda dan Olahraga, 2011), h.63

## 2.7 Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis kuantitatif dengan tujuan mencari korelasi antara keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* taekwondo dengan menggunakan metode deskriptif analisis dan rumus yang digunakan untuk menganalisis adalah sebagai berikut:

### 2.7.1 Mencari persamaan regresi

Langkah ini dilakukan untuk memastikan bentuk hubungan antara variabel X dengan variabel Y dengan bentuk persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Di mana:

Y = Variabel respon yang diperoleh dari persamaan regresi

a = Konstanta regresi untuk X = 0

b = Koefisien arah regresi yang menentukan bagaimana arah regresi terletak

Koefisien arah a dan b untuk persamaan regresi di atas dapat di hitung dengan rumus sebagai berikut:

$$a = \frac{(\sum Y)(\sum Y_1^2) - (\sum X_1)(\sum X_1 Y)}{nX_1^2 - (\sum X_1)^2}$$

$$b = \frac{n\sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{n\sum X_1^2 - (\sum X_1)^2}$$

### 2.7.2 Mencari koefisien korelasi

Koefisien korelasi antar variabel X<sub>1</sub> dengan Y dapat dicari dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{X_1 Y} = \frac{n\sum X_1 Y - (\sum X_1)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X_1^2 - (\sum X_1)^2\} \{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

### 2.7.3 Uji Keberartian Koefisien Korelasi

Sebelum koefisien korelasi di atas di pakai untuk mengambil kesimpulan terlebih dahulu diuji mengenai keberartiannya.

Hipotesis *statistic*:

$$H_0 = Y_{X_1} < 0$$

$$H_1 = Y_{X_1} > 0$$

$$H_0 = Y_{X_2} < 0$$

$$H_1 = Y_{X_2} > 0$$

Keterangan:

H<sub>0</sub> : tidak terdapat hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi*

H<sub>1</sub> : terdapat hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi*

H<sub>0</sub> : tidak terdapat hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi*

H<sub>1</sub> : terdapat hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi*

Kriteria Pengujian:

Tolak H<sub>0</sub> jika t<sub>hitung</sub> > t<sub>tabel</sub> dalam hal lain H<sub>0</sub> diterima pada α=0,05.

Untuk keperluan uji ini dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

### 2.7.4 Mencari Koefisien Determinasi

Untuk mengetahui kontribusi variabel X terhadap Y dicari dengan jalan mengalihkan koefisien korelasi yang sudah dikuadratkan dengan angka 100%.

### 2.7.5 Persamaan Regresi Linear Ganda

Langkah ini dilakukan untuk memperkirakan bentuk hubungan antara  $X_1$  dengan  $X_2$  terhadap

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2$$

Dimana :

$$\begin{aligned} b_0 &= y - b_1X_1 - b_2X_2 \\ b_1 &= \frac{(\sum X_2)(\sum X_1Y) - (\sum X_1X_2)(\sum X_1)}{(\sum X_1^2) - (\sum X_1X_2)^2} \\ b_2 &= \frac{(\sum X_2)(\sum X_1Y) - (\sum X_1X_2)(\sum X_1)}{(\sum X_1^2) - (\sum X_1X_2)} \end{aligned}$$

### 2.7.6 Mencari Koefisien Korelasi Ganda (Ganda 1-2)

$$R_{y1-2} = \frac{\sqrt{JK(REG)}}{\sum Y}$$

Di mana:

$$JK(REG) = b_1 \sum X_1Y + b_2 \sum X_2Y$$

### 2.7.7 Uji Keberartian Korelasi Ganda

Hipotesis Statistik:

Ho :  $R_{yX_1X_2} < 0$

H1 :  $R_{yX_1X_2} > 0$

Ho : Koefisien korelasi ganda tidak berarti

H1 : Koefisien korelasi ganda berarti

Kriteria Pengujian:

Tolak Ho jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dalam hal lain diterima pada  $\alpha = 0,05$

$$\text{Rumusnya : } F = \frac{R^2/k}{\frac{1-R^2}{n-k-1}}$$

Di mana :

F = Uji keberartian regresi

R = Koefisien korelasi ganda

K = Jumlah variabel bebas

N = jumlah sampel

$F_{tabel}$  dicari dari daftar distribusi F dengan dk sebagai pembilang adalah k atau 2 sebagai dk penyebut adalah (n-k-1) atau 2 pada  $\alpha = 0,05$

### 2.7.8 Mencari Koefisien Determinasi

Hal ini dapat dilakukan untuk mengetahui sumbangan dua variabel  $X_1$  dan  $X_2$  terhadap variabel Y. Koefisien determinasi dicari dengan jalan mengalihkan  $R^2$  dengan 100%.

### 2.8 Interpretasi Koefisien Korelasi

Untuk mengetahui tingkat hubungan dari variabel-variabel yang diteliti, maka dapat menggunakan interpretasi koefisien korelasi sebagai:

1.00 - 0.80 = Sangat Bagus

0.70 - 0.50 = Bagus

0.40 - 0.20 = Cukup

0.10 - 0.00 = Kurang

-0.10 - - 0.90 = Sangat Kurang

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1 Deskripsi Data

Deskripsi data pada penelitian Hubungan keseimbangan ( $X_1$ ) dan konsentrasi ( $X_2$ ) terhadap tendangan *momtong yeop chagi* (Y) pada atlet taekwondo poomsae tunarungu sekolah SLB-B Santi

Rama data terendah, nilai tertinggi, rata-rata, simpangan baku dan varians dari masing-masing variabel  $X_1$ ,  $X_2$ , maupun variabel Y. Berikut data selengkapnya:

**Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian**

Variabel	Keseimbangan	Konsentrasi	Tendangan <i>Momtong Yeop Chagi</i>
Nilai Terendah	1	6	10
Nilai Tertinggi	22,64	21	24
Rata-Rata	6,709	13,03	17,152
Simpangam Baku	5,669	3,548	4,139
Varians	-3,449	3,97	-121,5

### 3.1.1 Data Keseimbangan

Data hasil pengukuran keseimbangan diperoleh dari 2 sampai 29,71 terhadap rata-rata sebesar 6,7, median sebesar 5,05, modus sebesar 4,69, simpangan baku sebesar 5,669 dan varians sebesar -3,449, kemudian data-data tersebut diubah ke Tskor menjadi Tskor tertinggi 18,66 dan Tskor terendah -3,449.

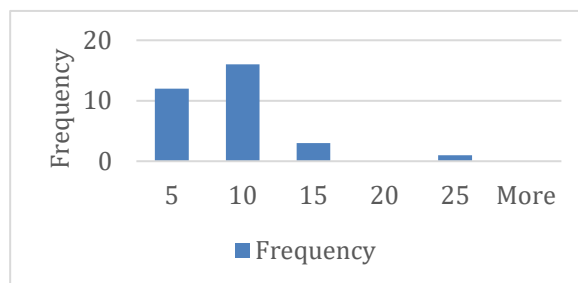
Berikut hasil tes keseimbangan kaki kanan dan kaki kiri salah satu yang angkat:

**Tabel 4.2 Distribusi Hasil Tes Keseimbangan**

Variabel	Keseimbangan
Nilai Terendah	1
Nilai Tertinggi	22,64
Rata-Rata	6,709
Simpangam Baku	5,669
Varians	-3,449

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tes Keseimbangan**

Interval	Ket.	Frekuensi
1.00-5.00	Sangat Kurang	12
6.00-10.00	Kurang	16
11.00-15.00	Cukup	3
16.00-20.00	Baik	0
21.00-25.00	Sangat Baik	1



**Gambar 4.1 Histogram Data Keseimbangan**

### 3.1.2 Data Konsentrasi

Data hasil pengukuran konsentrasi diperoleh dari 3.00 sampai 14.00 terhadap rata-rata sebesar 3.548, median sebesar 13, modus sebesar 11, simpangan baku sebesar 15 dan varians

sebesar 3.97, kemudian data-data tersebut diubah ke Tskor menjadi Tskor tertinggi 21 dan Tskor terendah -6.

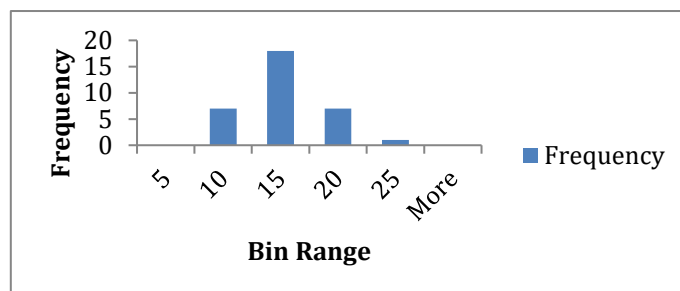
Berikut hasil tes konsentrasi:

**Tabel 4.4 Hasil Tes Konsentrasi**

<i>Average Mean</i>	13,03
<i>Median</i>	13
<i>Mode</i>	11
<i>Range</i>	15
<i>Standar Deviation</i>	3.548634
<i>Variation</i>	3,97

**Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Konsentrasi**

Interval	Frekuensi
1-5	0
6-10	7
11-15	18
16-20	7
21-25	1



**Gambar 4.2: Histogram Data Concentration Grid**

### 3.1.3 Data Tendangan *Momtong Yeop Chagi*

Data hasil pengukuran konsentrasi diperoleh dari 4 sampai 20 terhadap rata-rata sebesar 4,139, median sebesar 17, modus sebesar 15, simpangan baku sebesar 14 dan varians sebesar 20, kemudian data-data tersebut diubah ke Tskor menjadi Tskor tertinggi 24 dan Tskor terendah 10.

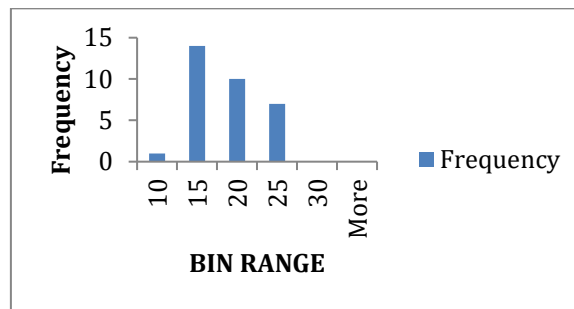
Berikut hasil tes tendangan *momtong yeop chagi*:

**Tabel 4.6 Hasil Tes Tendangan *Momtong Yeop Chagi***

<i>Mean</i>	17,15
<i>Median</i>	17
<i>Mode</i>	15
<i>Range</i>	14
<i>Standar Deviation</i>	4,139
<i>Variation</i>	20

**Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Tendangan *Momtong Yeop Chagi***

Interval	Frekuensi
5-10	1
11-15	14
16-20	10
21-25	7
26-30	0



**Gambar 4.3: Histogram Data Tendangan *Momtong Yeop Chagi***

### 3.2 Pengujian Hipotesis

#### 3.2.1 Hubungan Keseimbangan dengan Tendangan *Momtong Yeop chagi*

Hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* dinyatakan oleh persamaan regresi  $Y = 17,661 + -0,0902 X_1$  artinya tendangan *yeop chagi* dapat diketahui atau diperkirakan terhadap persamaan regresi tersebut jika variabel dari keseimbangan diketahui.

Hubungan keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* ditunjukkan terhadap koefisien korelasi  $ry_1 = -0,0902$ . Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi tersebut dapat dilihat dalam berikut ini:

Koefisien Korelasi	T hitung	T table
-0,090	-4,624	1,240

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa  $t_{hitung} = -4,624$  lebih kecil dari  $t_{tabel} = 1,240$  berarti koefisien korelasi  $ry_1 = -0,090$  adalah berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara keseimbangan terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi keseimbangan dalam tendangan *yeop chagi*  $ry_1^2 = -0,090$  hal ini berarti -9,0% tendangan *momtong yeop chagi* dalam taekwondo poomsae tidak dihubungkan oleh keseimbangan.

#### 3.2.2 Hubungan konsentrasi dengan Tendangan *Momtong Yeop Chagi*

Hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* dinyatakan oleh persamaan regresi  $Y = 15,888 + 0,0909 X_2$  artinya tendangan *momtong yeop chagi* dapat diketahui atau diperkirakan terhadap persamaan regresi tersebut jika variabel dari konsentrasi diketahui.

Hubungan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* penuh ditunjukkan terhadap koefisien korelasi  $ry_2 = 0,090$ . Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi tersebut data dilihat dalam table berikut ini:

Koefisien Korelasi	T hitung	T table
0,090	0,362	1,240

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa  $t_{hitung} = 0.362$  lebih kecil dari  $t_{tabel} = 1.240$  berarti koefisien korelasi  $ry_2 = 0.090$  hal ini berarti 9,0%. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi konsentrasi dalam tendangan *yeop chagi*  $ry_2^2 =$  hal ini tidak berarti tendangan *momtong yeop chagi* dalam taekwondo poomsae tidak dipengaruhi oleh konsentrasi.

### 3.2.3 Hubungan Keseimbangan dan Konsentrasi dengan Tendangan *Momtong Yeop chagi*

Hubungan keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi* dinyatakan oleh persamaan regresi  $\hat{Y} = 16,330 + -0,105 X_1 + 0,110 X_2$  hubungan ketiga tersebut dinyatakan oleh  $ry_{1-2} = 0,081$ . Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya. Sebelum digunakan untuk kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi ganda tersebut dapat dilihat dalam table berikut ini:

Koefisien Korelasi	F hitung	F table
0,081	-2,900	-10,34

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa  $F_{hitung} = -2,900$  lebih kecil dari  $F_{tabel} = -10,34$  berarti koefisien korelasi  $ry_{1-2} = 0,081$  adalah tidak berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama terhadap tendangan *momtong yeop chagi* didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi keseimbangan dan konsentrasi dalam tendangan *momtong yeop chagi*  $(ry_{1-2})^2 = 0,081$  hal ini berarti 8,1% tendangan *momtong yeop chagi* dalam taekwondo poomsae dihubungi oleh keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama.

### 3.2.4 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan diatas, diketahui bahwa:

1. Hubungan keseimbangan dengan tendangan *momtong yeop chagi* memiliki rendah hubungan sekecil -9,0%
2. Hubungan konsentrasi dengan tendangan *momtong yeop chagi* memiliki tingkat hubungan sebesar 9,0%
3. Hubungan keseimbangan dan konsentrasi dengan tendangan *momtong yeop chagi* memiliki tingkat hubungan sebesar 8,1

Kedua variabel diatas hanya sebagian dari faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan *momtong yeop chagi*. Berdasarkan hasil hubungan keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama terhadap tendangan *momtong yeop chagi*, menandakan terdapat faktor-faktor lain sebesar 2,7% yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan *momtong yeop chagi*.

Dengan hasil statistik data keseimbangan, data konsentrasi dan data tendangan *momtong yeop chagi*. Faktor untuk atlet tunarungu adalah keseimbangan dan konsentrasi terhadap tendangan *momtong yeop chagi*. Hal ini masalah untuk atlet tunarungu adalah keseimbangan karena hasil data keseimbangan belum sempurna. Bahkan kenyataannya, pendengaran dan sistem pendengaran terhubung di dalam telinga bagian dalam. Oleh karena itu, 30% dari tuna rungu bermasalah dengan keseimbangan.

Akhirnya keterbatasan peneliti juga yang membuat semua unsur yang dapat mempengaruhi keterampilan seseorang dalam melakukan tendangan *momtong yeop chagi* tidak dapat diteliti lebih lanjut. Peneliti berharap pada peneliti-peneliti lain yang bisa mengembangkan penelitian sehingga olahraga taekwondo di Indonesia semakin terus berkembang maju.

## 4. Simpulan

### 1.1 Kesimpulan

Berdasar hasil penelitian dan analisis data didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Tidak terdapat hubungan keseimbangan dengan tendangan *momtong yeop chagi* pada atlet taekwondo tunarungu poomsae Santi Rama
2. Terdapat hubungan konsentrasi dengan tendangan *momtong yeop chagi* pada atlet taekwondo tuna rungu poomsae Santi Rama
3. Terdapat hubungan antara keseimbangan dan konsentrasi secara bersama-sama dengan tendangan *momtong yeop chagi* pada atlet taekwondo tuna rungu poomsae Santi Rama

### 1.2 Saran

1. Memaksimalkan latihan yang mengombinasikan unsur ketahanan pada perut dan keseimbangan seperti latihan berdiri dengan satu kaki.
2. Memaksimalkan latihan pada unsur konsentrasi dengan olahraga secara teratur membantu otak sebagai kunci untuk memori, konsentrasi, dan ketajaman mental. Tubuh pun perlu dijaga dan dilatih agar tetap aktif bergerak, maka yang dibutuhkan saat bulan ramadhan adalah mengatur siasat dan waktu agar tidak absen dari aktivitas fisik.
3. Saat program latihan Taekwondo, baiknya pelatih tidak hanya fokus pada faktor teknik, tetapi juga memperhatikan faktor fisik dan konsentrasi yang dapat mempengaruhi atlet saat melakukan tendangan *momtong yeop chagi* seperti unsur keseimbangan dan konsentrasi.
4. Hasil penelitian sesuai dengan kondisi dan kebutuhan atlet taekwondo poomsae untuk menghadapi kompetisi pertandingan, sehingga dapat diterapkan dalam latihan.

## References

- De Vaus, D. A. (2014). *Surveys in social research*. Sydney, Australia: Allen & Unwin
- Adisasmito, (2007:17), *Journal of Physical Education and Sport* (1)(2016)
- Dadang Masnun, Biomekanika Dasar. (Jakarta : Fakultas Ilmu Keolahraagaan, 1999)
- Darmawan, Metode Deskriptif, 2013
- Daud *Pengertian Konsentrasi* (2010)
- Donald F. Morees (dalam Supena dkk, 2012),
- Engkoswara : *ciri-ciri belajar konsentrasi* (2012)
- Harsono, *Coaching dan Aspek-Aspek dalam Coaching* (Semarang: Dhara Prize, 1988),
- Heri Rahyubi, *Teori-Teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik*. (Majalengka : Referens, 2012)
- <https://dspace.uin.ac.id/bitstream/handle/123456789/3751/05.2%20bab%202.pdf?sequence=8&isAllowed=y>
- <https://eprints.uny.ac.id/9894/3/BAB%20%20-%2008103244025.pdf>
- <https://mfahreza742.wordpress.com>
- <https://mfahreza742.wordpress.com/2014/05/14/pengertian-konsentrasi-menurut-beberapa-ahli/>
- <http://saddamdewana.blogspot.com/2016/06/analisis-biomekanika-dengan-tendangan.html>
- <http://www.taekwondonengala.com/Sejarah-Taekwondo.html>
- Jamie Berke (Deafness and Balance Problems, 2018),
- Kim Joong Yong, (Journal of Physical Education, Health and Sport - UNNES JOURNAL), 2009:2
- Kukkiwon, 2010 (Buku: Basic Techniques Poomsae, 2015,
- Murni Winarsih (2007: 22),

Nabilatul Fanny, Analisis Pengaruh Kebiasaan Terhadap Tingkat Konsentrasi Kerja Pada Tenaga Kerja di Bagian Proses PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta, Infokes Vol. 5 No. 1 Februari 2015, ISSN: 2086-2628

Nam oh, (*Basic Techniques Poomsae* Kukkiwon, 2010)

Sagala *tentang belajar konsentrasi* (2011:37) hal 24

Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan R&D.

Sumartono (2004) dalam Rachman (2010),

Suyono dan Hariyanto : Pengertian Belajar Konsentrasi (2011:9)

Tirtawirya, (2005 1975:8),

Widiastuti, *Belajar Motoric*. (Jakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNJ)

Widiastuti, *Tes dan pengukuran Olahraga*. (Jakarta : PT Raja Grafindo 2015)

[www.academia.edu/35689927/perkembangan\\_peserta\\_didik\\_abk.docx](http://www.academia.edu/35689927/perkembangan_peserta_didik_abk.docx)

[www.verywellhealth.com/deafness-and-balance-problems](http://www.verywellhealth.com/deafness-and-balance-problems)

Yudha M. Saputra, *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar*. (Jakarta : Depdiknas, 2001)