

## Pengembangan Model Latihan Jenis Senjata Degen Pada Atlet Anggar Aceh Tamiang

Muhammad Idrus\*, Fitria, Rizki Khairunnisa

Universitas Samudra

\*Korespondensi: Moh.idrus1003@unsam.ac.id

---

---

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk model latihan menusuk yang dilakukan khususnya pada senjata degen. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Development (R&D) dari Brog and Gall. Tahapan-tahapan dalam penelitian ini adalah (1) potensi masalah, (2) pengumpulan data, (3) desain produk, (4) validasi desain, (5) revisi desain, (6) pembuatan produk, (7) uji coba produk 1, (8) revisi produk 1 (9) uji pemakaian, (10) revisi produk 2, (11) produksi masal. Adapun subyek penelitian yaitu atlet anggar Aceh Tamiang. Hasil uji keefektifitas diperoleh nilai rata-rata 45,9 pada tes awal dan nilai rata-rata 93,4 pada tes akhir dengan selisih rata-rata 47,5 maka dapat diambil kesimpulan bahwa model latihan menusuk dapat dinyatakan efektif untuk meningkatkan sasaran anggar. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji efektifitas model maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan model latihan menusuk pada olahraga anggar yang telah diterapkan mengalami peningkatan, dibuktikan dengan tes awal dan tes akhir, adanya perbedaan yang signifikan dan dinyatakan layak untuk digunakan pada latihan menusuk pada atlet anggar.

**Kata Kunci :** Menusuk, Sasaran, Anggar

### *Development of a Degen Weapon Type Training Model for Aceh Tamiang Fencing Athletes*

**Abstract:** This research aims to produce a product model of stabbing exercises performed specifically on daggers. This research uses the Development (R&D) research method from Brog and Gall. The stages in this research are (1) potential problems, (2) data collection, (3) product design, (4) design validation, (5) design revision, (6) product manufacturing, (7) product trial 1, (8) product revision 1 (9) usage test, (10) product revision 2, (11) mass production. The research subjects were Aceh Tamiang fencing athletes. The results of the effectiveness test obtained an average value of 45.9 in the initial test and an average value of 93.4 in the final test, with an average difference of 47.5. It can be concluded that the stabbing training model can be declared effective for improving fencing goals. Based on the results obtained from the model effectiveness test, it can be concluded that the development of the stabbing training model in fencing sports that has been applied has increased, as evidenced by the initial test and final test, there is a significant difference and is declared feasible for use in stabbing training in fencing athletes.

**Keywords:** Stabbing, Target, Fencing

## PENDAHULUAN

Olahraga Anggar merupakan katagori cabang olahraga beladiri yang menggunakan senjata berupa pedang. Teknik dasar olahraga anggar meliputi teknik siap (*on guard position*) dan bergerak (*movement and distance*). Dalam olahraga anggar ini dikenal ada tiga jenis senjata, yaitu floret (*foil*), degen (*epee*), dan sabel (*sabre*). Setiap senjata memiliki perbedaan baik dalam bentuk, permainan, dan bidang sasaran.

Cherly A. Coker dalam Tri Sutrisna (2018) "Keterampilan secara sederhana didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk melaksanakan tugas yang memiliki tujuan spesifik yang ingin dicapai. Sedangkan William H. Edwards (2010) mendefinisikan keterampilan adalah sebagai ukuran

kesuksesan dari kualitas gerakan dan menghasilkan gerak konstan yang benar untuk mencapai tujuan tertentu.

Menurut Widiastuti keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien, serta perwujudan dari kualitas koordinasi dan control atas bagian-bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan (Widiastuti, 2014:32). Pendukung latihan salah satunya senjata anggar ini sering kali menjadi masalah yang tidak biasa karena kesulitannya mendapatkan alat anggar, sehingga hal tersebut menjadi masalah dalam kemajuan anggar Indonesia.

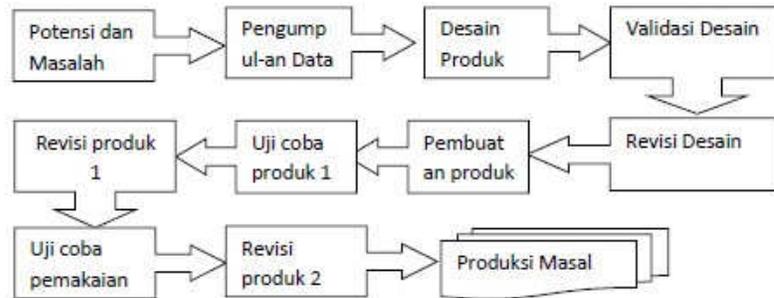
Olahraga anggar mengklasifikasikan senjata menjadi tiga jenis: Foil, Degen, dan Sabre. Senjata degen (epee) memiliki karakteristik unik, dengan fokus pada daya tahan dan akurasi yang tinggi. Dalam bermain senjata degen, pemain harus memosisikan tubuh untuk mendapatkan posisi optimal, sehingga saat perintah "anggar/pre/allertz" diberikan, serangan dapat dilakukan dengan tepat pada sasaran (Hidayat, A., & Putra, A. J. 2024). Latihan keterampilan teknik olahraga anggar yang diberikan merupakan kelanjutan dari keterampilan yang telah dikuasai sebelumnya dengan demikian secara perlahan ditingkatkan kualitas tekniknya dengan beberapa pendekatan yang dilakukan dalam memberikan materi model latihan. Pola didalam latihan teknik olahraga anggar yaitu keterampilan tusukan. Latihan teknik olahraga anggar diberikan secara variatif dan benar untuk memberikan ketepatan dalam melakukan tusukan pada saat bermain olahraga anggar, sehingga tusukan dapat mendekati target atau sasaran dengan tepat.

Menurut (Lubis, 2013) "tujuan utama dari latihan adalah untuk meningkatkan kinerja atlet". Perlunya menjalani suatu latihan salah satunya latihan teknik, karena latihan teknik merupakan dasar dari sebuah kegiatan yang akan dilakukan nanti supaya tujuan yang ingin dicapai dengan penguasaan teknik secara maksimal. Adapun hasil observasi awal dilapangan, penulis menemukan bahwa 75% atlet Aceh Tamiang sangat tertarik dengan adanya model-model latihan tusukan berbasis media. Selain itu ditemukan juga kebutuhan akan variasi latihan yang dapat digunakan dalam proses latihan agar mencegah kejenuhan serta dapat mendorong peningkatan motivasi dalam berlatih. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dijelaskan Harsono (2017: 3) bahwa variasi latihan merupakan satu dari komponen kunci yang diperlukan untuk merangsang penyesuaian pada respon latihan. Prinsip variasi bertujuan untuk menghindari kejenuhan, keengganan, dan keresahan yang merupakan kelelahan secara psikologis.

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan pengembangan model latihan teknik dasar tusukan jenis senjata degen (*Epee*) pada atlet anggar Aceh Tamiang dan mendeskripsikan tingkat keefektifan pengembangan latihan terhadap model latihan serta menerapkan model latihan teknik dasar tusukan jenis senjata degen pada atlet anggar Aceh Tamiang. Dengan tujuan Penelitian dan pengembangan menghasilkan sebuah produk baru atau menyempurnakan produk baru yang sudah ada yang dapat dipertanggung jawabkan. Produk yang dihasilkan tidak harus berbentuk benda perangkat keras (*hardware*) namun juga dapat berupa benda yang tidak kasat mata atau perangkat lunak (*software*). Produk yang dihasilkan contohnya dalam dunia pendidikan dapat berupa model pembelajaran, multimedia pembelajaran atau perangkat pembelajaran dan bisa juga penerapan teori pembelajaran dengan menggabungkan pengembangan perangkat pembelajaran.

## METODE

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk model latihan menusuk yang dilakukan khususnya pada senjata degen. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Development (R&D) dari Brog and Gall. Menurut Sugiyono (2019:752) metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Model penelitian pengembangan 10 tahap ini dipilih karena berdasarkan kajian teori model tersebut secara spesifik disebutkan dapat digunakan untuk penelitian atlet. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April sd Juni tahun 2023 di Kabupaten Aceh Tamiang yang bertempat di GOR Kabupaten Aceh Tamiang khususnya untuk latihan club Anggar Aceh Tamiang. Adapun subyek penelitian yakni atlet anggar Aceh Tamiang.



Gambar 1. Desain Penelitian Pengembangan (Sugiyono, 2019)

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, kuisioner dan dokumentasi. Pengumpulan data yang digunakan pertamakali dengan melakukan observasi di GOR Aceh Tamiang. Observasi dilakukan untuk melihat masalah yang ada pada atlet. Pada pengumpulan data dan informasi dilakukan wawancara pada pelatih anggar Aceh Tamiang. Disini peneliti bermaksud untuk membuat model latihan untuk meningkatkan ketrampilan tusukan pada atlet anggar Aceh Tamiang.

Pada tahap pengembangan produk awal, dilakukan desain prsoduk model latihan. Desain dilakukan guna memberikan gambaran awal model latihan yang akan dikembangkan seperti *flowchart*, *storyboard*. Desain produk berisi terkait spesifik asi produk yang akan dikembangkan, sehingga pada desain produk pasa akan terdapat gambaran seperti apa model latihan yang akan dikembangkan.

Setelah desain selesai dibuat maka selanjutnya desain divalidasi. Ada dua ahli yaitu ahli materi dan ahli media. Desain produk model latihan selanjutnya akan divalidasi oleh dua ahli dimana ahli nantinya akan memberikan nilai dan masukan pada desain produk model latihan. Setelah desain divalidasi dan mendapatkan masukan dari ahli media, langkah selanjutnya adalah perbaikan. Perbaikan yang dilakukan dengan mempertimbangkan masuk yang sudah diberikan oleh ahli materi dan ahli media. Setelah model latihan selesai direvisi tahap selanjutnya adalah pengujian yang dilakukan pada atlet anggar Aceh Tamiang dengan jumlah atlet yang dibutuhkan dalam ujicoba awal model latihan ini ada 5 atlet anggar Aceh Tamiang. Atlet akan mengisi angket yang sudah disediakan untuk menilai dan mengomentari model latihan yang akan dikembangkan peneliti. Revisi produk dilakukan dengan melihat masukan dan saran dari atlet.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu rumus *normalized gain* (N-gain) yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan suatu model pembelajaran atau metode dalam penelitian *one groub pretest posttest design* maupun peneliti menggunakan kelompok eksperimen dan control. *N-gain score* merupakan selisih antara nilai *post-test* dan *pre-test*. Rumus yang digunakan untuk mengetahui niali *N-gain score* pada hasil belajat yaitu rumus menghitung *N-gain score*.

Tabel 1. Interpretasi N-Gain

Presentase (%)	Tafsiran
<40	Tidak Efektif
40-55	Kurang Efektif
56-75	Cukup efektif
>76	Sangat Efektif

Sumber: Hake, 1999

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Masalah yang paling menarik peneliti untuk melakukan penelitian adalah kurangnya variasi pada metode latihan menesuk yang dilakukan sehingga banyak atlet yang mudah merasa bosan dan membuat tingkat akurasi atau ketepatan mereka dalam melakukan teknik menesuk. Faktor yang mempengaruhi permasalahan tersebut seperti pelatih masih menggunakan metode latihan konvensional yang cenderung membuat atlet tim anggar mudah merasa bosan, kurangnya sesi latihan yang dilakukan sehingga kemampuan dalam melakukan teknik menesuk khususnya dalam senjata degen.

Uji coba skala kecil (*small group tri-out*), dilaksanakan kepada kelompok kecil sebagai pengguna model yang selanjutnya dilakukan direvisi dengan melibatkan 5 orang pemain.

Tabel 2. Tabel Uji Coba Skala Kecil

No.	Bentuk Latihan	Nilai %
1.	Model Sasaran Poppy	80%
2.	Model Sasaran Pandik	70%
3.	Model Sasaran Banpan	75%
4.	Model Sasaran Ban	50%
5.	Model Sasaran Bola Terbang	65%
6.	Model Sasaran Banbol	60%

Uji coba pada kelompok atau skala besar (*field try-out*) dilakukan dan diawasi oleh 1 pelatih sebagai pengawas.

Tabel 3. Interpretasi N-Gain

No.	Bentuk Latihan	Nilai %
1.	Model Sasaran Poppy	100%
2.	Model Sasaran Pandik	95%
3.	Model Sasaran Banpan	95%
4.	Model Sasaran Ban	90%
5.	Model Sasaran Bola Terbang	85%
6.	Model Sasaran Banbol	90%

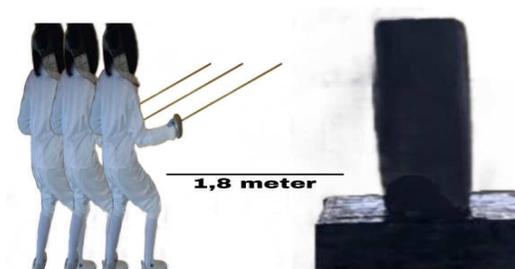
Uji gain digunakan untuk mengetahui peningkatan rata-rata hasil latihan sebelum dan sesudah menggunakan model latihan berbasis media latihan.

Tabel 4. Hasil Uji N-Gain

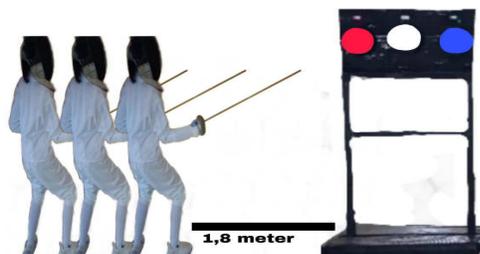
Kategori	Nilai
Rata-Rata Pre test	45,9
Rata-Rata Post test	93,4
Selisih Rata-Rata	47,5
Nilai Gain	0,882157
Kriteria	Tinggi

Berdasarkan tabel diatas rata-rata nilai pre-test dan post-test sebesar 0,88 dengan selisih rata-rata 47,5. Hasil dari uji gain pre-test dan post-test mendapatkan kriteria tinggi menunjukkan adanya peningkatan rata-rata hasil latihan atlit sehingga menunjukkan efektifan pengguna model latihan berbasis media tusukan jenis senjata degen pada atlit anggar Aceh Tamiang.

Revisi dari ahli anggar, dan ahli biomekanika dilakukan sebelum uji coba dan selama uji coba. Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui kelayakan atau kesesuaian model latihan menusuk yang dikembangkan sebelum diaplikasi atau diterapkan pada atlit nantinya. Uji coba sebanyak dua kali, yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Sebelum dilaksanakan uji coba skala kecil dilakukan validasi oleh ahli anggar, dan ahli biomekanika. Berikut ini adalah produk akhir dari model latihan menusuk khususnya disenjata degen:



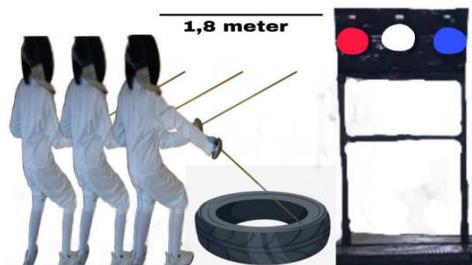
Gambar 2. Model Poppy



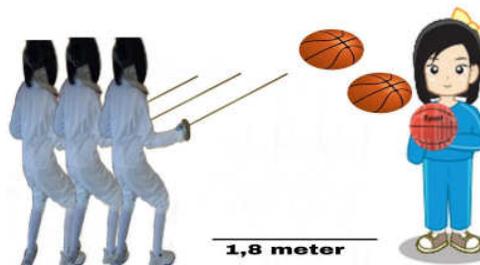
Gambar 3. Model Pandik



Gambar 4. Model Banpan



Gambar 5. Model Banpan



Gambar 6. Model Bola Terbang



Gambar 7. Model Banbol

Hasil menyatakan bahwa latihan menusuk mampu meningkatkan hasil kemampuan atlit. Sehingga penelitian ini menyumbang pengetahuan dalam segi pengembangan model latihan juga memberikan pengetahuan dalam melihat peningkatan rata-rata hasil latihan atlit sehingga menunjukkan efektifnya penggunaan model latihan menusuk jenis senjata degan pada atlit anggar.

Pengembangan model latihan yang dikembangkan pada penelitian ini juga dapat digunakan mengembangkan ilmu pengetahuan yang terkait dalam pengembangan. Buku produk model dapat digunakan pelatih dan atlit sebagai salah satu pedoman dalam melakukan proses latihan. Berdasarkan pemaparan model pembelajaran yang baik dapat disimpulkan bahwa model latihan menusuk berbasis media sasaran memenuhi kriteria dan layak digunakan dalam latihan pada atlit anggar Aceh Tamiang.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji efektifitas model maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan model latihan menusuk pada olahraga anggar yang telah diterapkan mengalami peningkatan, dibuktikan dengan tes awal dan tes akhir, adanya perbedaan yang signifikan dan dinyatakan layak untuk digunakan pada latihan menusuk pada atlit anggar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Edwards, William H. (2010). *Motor Learning and Control. From Theory to Practice*. California State University: Sacramento.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, A., & Putra, A. J. (2024). *Pengembangan Media Sasaran Tangan Sebagai Alat Bantu Latihan Senjata Degen dalam Olahraga Anggar*. *Score*, 4(1), 129-137.
- Lubis, Johansyah. (2013) *Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutrisna, T., Asmawi, M., & Pelana, R. (2018). *Model Latihan Keterampilan Shooting Olahraga Petanque Untuk Pemula*. *Jurnal Segar*, 7(1), 46-53.
- Widastuti, W., & Pd, M. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jawa