



## ANALISIS KEMAMPUAN PELATIH PENCAK SILAT PERSAUDARAAN RUMPUN SETIA HATI CABANG CILACAP

Muhamad Chaerul Ichsan<sup>1</sup>, Taufiq Hidayah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Semarang

([ichsan6211418010@students.unnes.ac.id](mailto:ichsan6211418010@students.unnes.ac.id), +6281575754573)

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel:

Diterima September 2022  
Disetujui Desember 2022  
Dipublikasikan Desember  
2022

#### Keywords:

Kemampuan, Pelatih, Pencak  
Silat

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan pelatih pencak silat Persaudaraan Rumpun Setia Hati Cabang Cilacap dalam melatih pencak silat. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan observasi, angket kuesioner dan dokumentasi. Teknik pengambilan sampel dengan sampling jenuh dan dianalisis dengan presentase, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini yaitu kemampuan pelatih yang dilihat dari 9 aspek kepelatihan pencak silat dengan rata-rata menunjukkan kategori cukup pada setiap aspek. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu kemampuan pelatih Persaudaraan Rumpun Setia Hati Cabang Cilacap dapat dikatakan memiliki kemampuan yang cukup dalam melatih pencak silat.

### Abstract

*This study aims to determine the ability of the pencak silat trainer of the Persaudaraan Rumpun Setia Hati Cilacap Branch to train pencak silat. This type of research is quantitative descriptive with data collection methods using observation, questionnaires and documentation. The sampling technique was saturated sampling and analyzed by percentage, presenting data and drawing conclusions. The result of this research is the ability of the trainers seen from 9 aspects of pencak silat coaching with an average showing sufficient categories in each aspect. The conclusion in this study is that the trainer's ability of the Cilacap Branch of the Persaudaraan Rumpun Setia Hati can be said to have sufficient ability to train pencak silat.*

## PENDAHULUAN

Pembinaan atlet berprestasi tidak luput dari pengaruh manajemen organisasi yang baik, fasilitas yang menunjang, sumber dana yang menopang dan kapasitas pelatih sesuai dengan kompetensi yang terstandar. Latihan olahraga merupakan salah satu komponen yang mempengaruhi kemajuan prestasi olahraga. Hasil dalam mengembangkan pencapaian pesaing lebih lanjut adalah tujuan dari kerangka kerja pelatihan (Candra and Rumini 2016). Kemajuan prestasi olahraga bergantung pada cara paling umum untuk melatih permainan baik iklim lokal, sekolah, provinsi, publik dan dunia. Latihan akan berjalan dengan baik jika selama ini dihabiskan eksekusi melalui kemampuan pelatih dan latihan olahraga sejak dini. Potensi yang dihasilkan dari peningkatan olahraga pemuda akan mempengaruhi pencapaian permainan di masa depan.

Selama pelatihan pencapaian pencak silat, ada banyak variabel yang mempengaruhi hasil pencapaian tersebut, misalnya, administrasi hierarkis, kantor dan yayasan, sumber daya aset untuk membantu pengajaran, dan sifat pelatih yang terampil untuk menciptakan atlet yang luar biasa. Prestasi atlet dapat dicapai dengan persiapan normal, pengembangan

lebih lanjut kantor persiapan yang hebat, dan perluasan mentor yang memiliki kualitas dan pengalaman (Yendrizal and Wiratama 2019). Seorang pelatih yang terlatih tentu saja adalah seorang pealtih yang dapat menguasai teknik dan informasi dalam mengajar sesuai dengan bidangnya sehingga ia dapat mempersiapkan diri kapan saja dan dapat menerapkan informasi pelatihannya untuk membantu pencapaian para pesaingnya. Kemampuan adalah perpaduan informasi yang berbeda tentang subjek, kemampuan umum dan korespondensi pemikiran, keterampilan adalah bagian dan hasil akhir dari interaksi instruktif (Souto and Lopez 2021). Sistem pelatihan tidak dapat dipisahkan dari kehadiran seorang pelatih yang terampil dalam menerapkan informasi instruksionalnya sesuai dengan permainan yang dia kendalikan (Atmanegara, Riswanto, and Kahar 2019).

Seorang pelatih harus mengetahui kemampuan yang ada dalam dirinya sehingga apa yang disampaikan atau diajarkan kepada siswanya akan memberikan hasil yang sesuai dengan bentuknya. Pelatih olahraga menjadi titik fokus penghubung antara mentor dan atlet sehingga mereka menjadi bagian penting dalam menambah hasil yang berkembang dalam olahraga (O'boyle 2014). Banyak

pendapat tentang kompetensi atau kemampuan yang harus dimiliki pelatih silat salah satunya menurut Prasanto (2019) yang terdiri dari kemampuan mengolah diri, kemampuan dalam manajerial, kemampuan berprestasi, kemampuan teknik silat, kemampuan kesehatan, pengalaman, kemampuan menangani cedera, kemampuan memberikan kerohanian dan kemampuan dalam memotivasi.

Persaudaraan Rumpun Setia Hati merupakan salah satu perguruan yang terbilang baru yang muncul di Indonesia. Mulai berkembang sejak tahun 2013 hingga kini perguruan ini masih belum menunjukkan prestasi yang mentereng dikancah daerah maupun nasional. Salah satu cabang dari perguruan ini berada di kabupaten Cilacap. Belum banyak prestasi yang dicatatkan dikancah daerah maksimal hanya sampai tingkat karesidenan. Salah satu yang menjadi permasalahan adalah pemilihan pelatih. Pelatih yang dipilih tidak berdasarkan kemampuan atau kompetensi pelatih pencak silat melainkan didasarkan pada tingkatan sabuk yang telah dicapai oleh seseorang. Seseorang yang telah mendapatkan gelar kadhang dianggap telah mampu memberikan materi kepelatihan pencak silat kepada para siswa.

Meskipun perguruan sering melakukan penataran kepada para pelatih. Namun, hal itu hanya difokuskan kepada pelatihan jurus perguruan tanpa memberikan materi kepelatihan kepada para kadhang. Hal ini berpengaruh terhadap pencapaian atlet binaan perguruan yang biasanya diikutkan dalam kelas tanding dari pada kelas seni. Hal ini yang menyebabkan perlu adanya analisis kemampuan yang dimiliki oleh para pelatih pencak silat Persaudaraan Rumpun Setia Hati.

## **METODE**

### **Jenis penelitian**

Jenis dan desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Peneliti melakukan penggabungan dua cara penelitian yaitu satu kali dalam satu permasalahan dan dalam satu waktu (Arikunto 2013).

### **Populasi**

Seluruh pelatih yang terdaftar dalam SK kepelatihan PRSH Cabang Cilacap yang berjumlah 15 orang menjadi populasi dan sampel dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh yaitu dengan menggunakan seluruh populasi sebagai sampel (Barlian, 2016).

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, angket kuesioner dengan skala likert, dan dokumentasi sebagai pelengkap data dalam penelitian ini. Peneliti menggunakan teori dan instrumen serta skala yang dikembangkan oleh (Prasanto, 2019). Nilai validitas dan reliabilitas instrumen telah ditentukan dalam penelitian (Prasanto, 2019).

### **Analisa data**

Analisis data yang dilakukan peneliti adalah presentase dengan bantuan *microsoft excel 365* dan penarikan kesimpulan. Data dianalisis dengan mencari jumlah frekuensi relatif pada setiap aspek dengan rumus frekuensi dibagi banyaknya responden kemudian dipersenkan. Kemudian data dimasukkan kedalam tabel pengkategorian dengan dicari nilai rata-rata dan standar deviasi. Pengkategorian dalam penelitian ini mengikuti pengkategorian menurut (Prasanto, 2019) meliputi kategori sangat kurang, kurang, cukup, baik, dan sangat baik.

### **HASIL**

Penelitian ini dihasilkan dengan pengumpulan angket kuesioner yang telah diisi oleh responden yang berjumlah 15 orang pelatih pencak silat Persaudaraan

Rumpun Setia Hati Cabang Cilacap. Data yang terkumpul kemudian dilakukan analisis menggunakan bantuan *microsoft excel 365* karena data akan diolah dengan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Hasil keseluruhan pada setiap aspek kemampuan pelatih pencak silat dengan 80,00 nilai minimal, 400,00 nilai maksimal, 31 nilai standar deviasi, dan 263 nilai mean yang terdapat pada rentan interval 247,5 sampai dengan 278,5 sehingga kemampuan pelatih terkategori cukup pada interval semua aspek.

Kemampuan kepribadian pelatih diukur dengan 17 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 57,06, nilai minimal 45,00, nilai maksimal 72,00, dan standar deviasi 8,96 sesuai Tabel 1 pada lampiran rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan kepribadian masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan manajerial yang diukur dengan 13 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 45,20, nilai minimal 34,00, nilai maksimal 55,00, dan standar deviasi 6,47 sesuai Tabel 2 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan manajerial masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan dari pengalaman diukur dengan 9 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 23,60, nilai minimal 12,00, nilai maksimal 36,00, dan

standar deviasi 7,20 sesuai Tabel 3 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan pengalaman masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan prestasi pelatih yang diukur dengan 7 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 16,73, nilai minimal 13,00, nilai maksimal 20,00, dan standar deviasi 1,90 sesuai Tabel 4 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan prestasi masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan teknik pelatih yang diukur dengan 11 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 41,53, nilai minimal 26,00, nilai maksimal 48,00, dan standar deviasi 6,08 sesuai Tabel 5 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan teknik masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan motivasi pelatih yang diukur dengan 7 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 22,86, nilai minimal 18,00, nilai maksimal 27,00, dan standar deviasi 2,38 sesuai Tabel 6 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan motivasi masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan kesehatan pelatih yang diukur dengan 6 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 16,06, nilai minimal 12,00, nilai maksimal 21,00, dan

standar deviasi 2,08 sesuai Tabel 7 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan kesehatan masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan kerohanian pelatih yang diukur dengan 5 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 19,00, nilai minimal 15,00, nilai maksimal 23,00, dan standar deviasi 1,92 sesuai Tabel 8 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan kerohanian masuk dalam kategori cukup.

Kemampuan ppc pelatih yang diukur dengan 5 butir pernyataan menghasilkan nilai tengah 16,73, nilai minimal 13,00, nilai maksimal 20,00, dan standar deviasi 1,90 sesuai Tabel 9 rata-rata nilai yang dihasilkan maka kemampuan ppc masuk dalam kategori cukup.

## **PEMBAHASAN**

Pada analisis deskriptif hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pelatih pencak silat Persaudaraan Rumpun Setia Hati Cabang Cilacap masih jauh dari harapan dengan rata-rata nilai masuk kategori “cukup”.

Kepribadian seorang pelatih sangat penting karena berpengaruh langsung terhadap kepribadian atlet yang dilatih (Yunis Bangun 2018). Banyak pelatih yang belum menerapkan kemampuan kepribadian pada proses pelatihan atlet.

Pada bagian karakter ini, respon khas mentor terhadap setiap hal dalam penjelasan berada dalam klasifikasi yang memadai. Mulai dari sang mentor menyambut para atletnya untuk mengikuti dan mengharumkan nama sekolah hingga penyampaian materi persiapan yang mudah dipahami oleh para atlet. Jika dilihat dari kuantitas penegasan pada sudut pandang karakter, menunjukkan bahwa variabel batin pelatih merupakan salah satu hal utama untuk membantu kapasitas pelatih.

Aspek manajerial pelatih menunjukkan kategori “cukup”. Hal ini disebabkan oleh informasi pembina tentang administrasi regulasi dan penyusunan program yang tidak sesuai dengan rencana pendidikan yang belum sepenuhnya diselesaikan baik oleh pihak sekolah maupun IPSI. Para pelatih hanya melakukan kewajibannya untuk mempersiapkan diri tanpa menyusun program kegiatan bagi para atlet yang mereka bimbing sehingga tidak sinkron dengan strategi persiapan yang dilakukan oleh pelatih.

Aspek pengalaman pelatih berada dikategori “cukup”. Hal ini terjadi karena pelatih kebanyakan berasal dari lulusan sekolah menengah dan belum banyak berbicara pada pertandingan silat.

Sehingga pengalaman dalam melatih masih bergantung pada pengalamannya yang didapat saat menjadi atlet.

Pada aspek prestasi pelatih juga tidak menunjukkan progres yang baik. Kebanyakan pelatih saat menjadi atlet hanya mampu bersaing pada tingkat kabupaten dan hanya beberapa kali mengikuti kejuaraan open pada tingkat nasional sehingga aspek prestasi tidak bisa menjadi patokan pelatih oleh para atletnya. Dalam melatih prestasi para peserta pencak silat tentunya dibantu oleh seorang mentor yang telah memberikan penyuluhan dan keterlibatan dalam mempersiapkan pencak silat (Paradiso and Wahyudi 2021).

Aspek motivasi atau kapabilitas menjadi bagian yang penting dalam kepelatihan. Proses persuasif pada motivasi dapat ditandai dengan perkembangan mental yang merangsang, mengarahkan, dan mengelola perilaku pencapaian seseorang (Roberts, Treasure, and Conroy 2012). Kapabilitas adalah kapasitas yang digerakkan oleh seorang pelatih dalam memberikan dorongan untuk pencapaian sesuatu yang diinginkan. Kapasitas inspirasional menyinggung penilaian oleh kapasitas pelatih utama untuk memengaruhi

temperamen dan kemampuan mental para atlet (Kao, Hsieh, and Lee 2017).

Pada aspek kerohanian pelatih sewajarnya memiliki kemampuan dalam memberikan wejangan kerohanian pada siswa yang dia bina sebagai bentuk dorongan kepercayaan diri atlet. Dalam olahraga prestasi, atlet harus memiliki keberanian karena kepercayaan diri memiliki hubungan yang sangat besar untuk mengembangkan eksekusi atlet lebih lanjut (Hadwin and Webster 2013). Namun, pada kenyataannya para pelatih pencak silat PRSH masih belum menerapkan proses ini karena pembagian wewenang oleh perguruan bahwa kerohanian dipegang oleh sesepuh.

Aspek kesehatan dan penanganan pertama pada cedera merupakan kemampuan yang saling berhubungan karena pelatih olahraga harus mempunyai ilmu kepelatihan ini. Permainan pencak silat merupakan permainan yang memiliki sifat keras, terutama dalam kelas pertarungan yang sangat banyak sehingga para mentor harus dibekali kemampuan untuk membedah luka dan memberikan pengobatan terlebih dahulu pada luka yang diderita oleh atletnya. Seorang pelatih benar-benar harus mengikuti kursus atau persiapan perawatan cedera darurat (Robinson 2010).

## KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu kemampuan pelatih pencak silat Persaudaraan Rumpun Setia Hati Cabang Cilacap berada pada kategori cukup. Jika dilihat dari keseluruhan aspek perlu adanya peningkatan kapasitas pelatih agar sesuai kemampuan kepelatihan pencak silat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Manajemen Penelitian*. 12th ed. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atmanegara, Cici Ayu, Andi Heri Riswanto, and Irsan Kahar. 2019. "Survei Pembinaan Prestasi Atlet Pencak Silat Di Universitas Muhammadiyah Palopo." *Jurnal Pendidikan Glasser*, November.
- Candra, Adiska Rani Ditya, and Rumini. 2016. "Pembinaan Prestasi Di Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah." *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations* 5 (2). <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/active.v5i2.10734>.
- Hadwin, Allyson F., and Elizabeth A. Webster. 2013. "Calibration in Goal Setting: Examining the Nature of Judgments of Confidence." *Learning and Instruction* 24 (1): 37–47. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2012.10.001>.
- Kao, San Fu, Ming Hui Hsieh, and Po Lun Lee. 2017. "Coaching Competency and Trust in Coach in Sport Teams." *International Journal of Sports Science and Coaching* 12 (3): 319–27. <https://doi.org/10.1177/1747954117710508>.

- O'boyle, Ian. 2014. "Determining Best Practice in Performance Monitoring and Evaluation of Sport Coaches: Lessons from the Traditional Business Environment." *International Journal of Sports Science & Coaching* 9 (1): 233.
- Paradiso, Achmad Purgatorio, and Achmad Rizanul Wahyudi. 2021. "Pembinaan Prestasi Pencak Silat PSHT Ranting Singgahan Kabupaten Tuban." *Jurnal Prestasi Olahraga* 4 (5).
- Prasanto, Perdana Setya. 2019. "Pengembangan Dimensi Kepelatihan Olahraga Pencak Silat Di IPSI Madiun." *Jurnal Physical Education, Health and Recreation* 3 (2): 52–63.
- Roberts, Glyn C, Darren C Treasure, and David E Conroy. 2012. "Understanding the Dynamics of Motivation in Sport and Physical Activity: An Achievement Goal Interpretation." In *Handbook of Sport Psychology*, edited by Gershon Tenenbaum and Robert C Eklund, 3rd ed., 1–30.  
<https://doi.org/doi:10.1002/9781118270011.ch1>.
- Robinson, Paul E. 2010. *Foundations of Sports Coaching*. First. Routledge.
- Souto, Jaime E., and Angel Rodriguez Lopez. 2021. "Entrepreneurial Learning in an Experiential and Competences Training Context: A Business Plan in Bachelor Thesis." *International Journal of Management Education* 19 (3).  
<https://doi.org/10.1016/j.ijme.2021.100513>.
- Yendrizar, and Pandu Wiratama. 2019. "Pembinaan Sepakbola." *Jurnal Performa Volume* 4 (2).  
<http://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/index>.
- Yunis Bangun, Sabaruddin. 2018. "Peran Pelatih Olahraga Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Bakat Dan Minat Olahraga Pada Peserta Didik." *Jurnal Prestasi* 2 (4): 29–37.



**LAMPIRAN**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Kepribadian Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$70,51 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$61,55 < X \leq 70,51$	Baik	4	27%
3	$52,58 < X \leq 61,55$	Cukup	4	27%
4	$43,62 < X \leq 52,58$	Kurang	6	40%
5	$X \leq 43,62$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Manajerial

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$54,91 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$48,44 < X \leq 54,91$	Baik	4	27%
3	$41,96 < X \leq 48,44$	Cukup	5	33%
4	$35,49 < X \leq 41,96$	Kurang	4	27%
5	$X \leq 35,49$	Sangat Kurang	1	7%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Pengalaman Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$34,41 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$27,20 < X \leq 34,41$	Baik	5	33%
3	$20,00 < X \leq 27,20$	Cukup	3	20%
4	$12,79 < X \leq 20,00$	Kurang	5	33%
5	$X \leq 12,79$	Sangat Kurang	1	7%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Prestasi Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$27,87 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$23,47 < X \leq 27,87$	Baik	4	27%
3	$19,07 < X \leq 23,47$	Cukup	4	27%
4	$14,67 < X \leq 19,07$	Kurang	6	40%
5	$X \leq 14,67$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Teknik Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$50,66 < X$	Sangat Baik	0	0%
2	$44,57 < X \leq 50,66$	Baik	5	33%
3	$38,49 < X \leq 44,57$	Cukup	5	33%
4	$32,41 < X \leq 38,49$	Kurang	4	27%
5	$X \leq 32,41$	Sangat Kurang	1	7%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Motivasi Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$26,45 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$24,06 < X \leq 26,45$	Baik	1	7%
3	$21,67 < X \leq 24,06$	Cukup	9	60%
4	$19,29 < X \leq 21,67$	Kurang	2	13%
5	$X \leq 19,29$	Sangat Kurang	2	13%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Kesehatan Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$19,20 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$17,11 < X \leq 19,20$	Baik	2	13%
3	$15,02 < X \leq 17,11$	Cukup	7	47%
4	$12,94 < X \leq 15,02$	Kurang	4	27%
5	$X \leq 12,94$	Sangat Kurang	1	7%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Kerohanian Pelatih

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$21,89 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$19,86 < X \leq 21,89$	Baik	3	20%
3	$18,04 < X \leq 19,96$	Cukup	7	47%
4	$16,11 < X \leq 18,04$	Kurang	2	13%
5	$X \leq 16,11$	Sangat Kurang	2	13%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Pengkategorian Aspek Pencegahan Dan Perawatan Cidera

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$19,59 < X$	Sangat Baik	1	7%
2	$17,69 < X \leq 19,59$	Baik	5	33%
3	$15,78 < X \leq 17,69$	Cukup	5	33%
4	$13,87 < X \leq 15,78$	Kurang	3	20%
5	$X \leq 13,87$	Sangat Kurang	1	7%
Jumlah			15	100%

Sumber: Data primer,2022