

ISSN 0216-4493

**JORPRES**  
 (JURNAL OLAH RAGA PRESTASI)  
 CITIUS -- ALTIUS - FORTIUS  
 Volume 1, Nomor 2, Juli 2005

Terbit dua kali setahun, bulan Januari dan Juli, berisi ringkasan hasil penelitian, gagasan konseptual, kajian teori, aplikasi teori di bidang Ilmu Keolahragaan Olahraga

**Ketua Penyunting:**  
 Putut Marhaento, M.Or.

**Wakil Ketua Penyunting:**  
 Herwin, M.Pd.

**Penyunting Ahli:**  
 Prof. Dr. Harsuki (Universitas Negeri Jakarta)  
 Prof. Dr. H. Jumhan Pida (Universitas Negeri Yogyakarta)  
 Prof. Dr. Furchon Hidayatullah (Universitas Negeri Surakarta)  
 Dr. Setyo Nugroho (Universitas Negeri Yogyakarta)  
 Dr. dr. BM. Wara Kushartanti (Universitas Negeri Yogyakarta)  
 Herman Subardjah, M.Si. (Universitas Pendidikan Indonesia Bandung)

**Penyunting Pelaksana:**  
 Sukadiyanto, M.Pd.  
 Djoko Pekik Irianto, M.Kes.  
 Agung Nugroho, M.Si.

**Pelaksana Tata Usaha:**  
 Devi Tirtawirya, M.Or.  
 Agus Suprianto, S.Pd.  
 Awan Haryono, S.Pd.  
 Danardono, S.Pd.  
 Joko Purwoko, S.T.

**Alamat Penyunting dan Tata Usaha:** Jurusan Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No. 1, Yogyakarta. 55281. Telepon/Fax: (0274)-513092. Alamat e-mail: jorpres\_pkouny@yahoo.com.


Nomor Rekening BNI Taplus: 228.007027469.901, a.n. Endang Rini Sukanti.

JURNAL OLAH RAGA PRESTASI diterbitkan oleh Jurusan Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. **Pembina:** Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. **Penanggung Jawab:** Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah dimuat dan diterbitkan dalam media cetak lain. Naskah diketik dengan spasi rangkap pada kertas kuarto, panjang 10-20 halaman sebanyak 1 (satu) eksemplar (lebih lanjut baca petunjuk bagi Penulis pada sampul dalam belakang). Naskah yang masuk dievaluasi oleh Penyunting ahli, Penyunting dapat melakukan perubahan pada tulisan yang dimuat untuk keseragaman format, tanpa mengubah maksud dan isinya.



**JORPRES**  
 (JURNAL OLAH RAGA PRESTASI)

CITIUS ALTIUS FORTIUS  


JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
 FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



B3

**JORPRES**

(JURNAL OLAHRAGA PRESTASI)

CITIUS - ALTIUS - FORTIUS

Volume 1, Nomor 2 Juli 2005

---

**Daftar Isi**

Agung Nugroho, AM	Melatih Sikap dan Gerak Dasar Pencak Silat Bagi Pesilat Pemula	143-160
Agus Supriyanto	Stres dan Pengaruhnya Dalam Renang	161-175
Dedi Sumiyasono	Sumbangan Kekuatan Otot-otot Tungkai, Kelincahan, Kelentukan Punggung terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket	177-193
Devi Tirtawirya	Perkembangan dan Peranan Taekwondo Dalam Pembinaan Manusia Indonesia	195-211
Djoko Pekik Irianto	Program Diet untuk Mengendalikan Berat Badan Olahragawan Menuju Puncak Prestasi	213-227
Fauzi	Pemanduan Bakat Olahraga di Kabupaten Kulonprogo	229-246
Siswantoyo	Mengenal Makna Lambang 3 Anggota Perguruan Historis yang Berpusat di Yogyakarta	247-260
Sukadiyanto	Prinsip-prinsip Pola Bermain Tenis Lapangan	261-281

---

upload

**PEMANDUAN BAKAT OLAHRAGA  
DI KABUPATEN KULONPROGO**

Oleh: Fauzi  
Dosen Jurusan Pendidikan Kepeleatihan FIK-UNY  
fauzi@uny.ac.id

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menjangkau bakat olahraga anak usia 9 tahun sampai dengan 14 tahun di Kabupaten Kulonprogo, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode survai dengan teknik pengumpulan data tes, pengukuran, dan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia Sekolah Dasar Se Kabupaten Kulonprogo. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 194 anak yang terdiri dari 63 anak puteri dan sebanyak 131 anak putera. Teknik analisis data dengan menggunakan *T-score*.

Berdasarkan analisis, dapat dijabarkan: (1) 20 anak putera dalam cabang olahraga atletik, (2) 20 anak putera dalam cabang olahraga bolavoli, (3) 20 anak putera dalam cabang olahraga bulutangkis, (4) 20 anak putera dalam cabang olahraga pencaksilat, (5) 20 anak putera dalam cabang olahraga sepakbola, (6) 20 anak puteri dalam cabang olahraga atletik, (7) 20 anak puteri dalam cabang olahraga bolavoli, (8) 20 anak puteri dalam cabang olahraga bulutangkis, dan (9) 20 anak puteri dalam cabang olahraga pencaksilat.

Kata Kunci : Pemanduan Bakat, Olahraga

Perkembangan olahraga di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta secara umum belum menunjukkan hasil yang menggembirakan. Hal ini sangat ironis mengingat Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berada di pulau Jawa, tempat olahraga berkembang dengan pesat dan selalu mendominasi Pekan Olahraga Nasional (DKI, Jatim, Jabar, dan Jateng). Untuk itu perlu dilakukan pengkajian dan penelitian guna mengidentifikasi hambatan-hambatan yang mempengaruhi keterlambatan peningkatan prestasi olahraga di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

Pekan Olahraga Nasional (PON) merupakan pesta olahraga nasional yang diselenggarakan empat tahun sekali. Selain sebagai salah satu alat pemersatu bangsa Pekan Olahraga Nasional bertujuan untuk mencari bibit atlet berbakat yang nantinya diharapkan mampu berprestasi di tingkat nasional maupun internasional. Untuk dapat meningkatkan kemampuan dan kematangan bertanding atlet, diperlukan latihan yang kontinyu, progresif dan terprogram. Atlet dapat dikatakan berkualitas apabila mempunyai kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental yang baik. Untuk itu diperlukan pola pembinaan yang dilakukan secara bertahap dan tepat, yaitu dari mulai pembibitan atlet sampai dengan pematangan. Dengan demikian pembinaan harus dilakukan sejak usia anak-anak. Usia 6-8 tahun merupakan usia yang tepat untuk memulai latihan olahraga (Bompa, 1994: 34).

Penjelasan di atas memberikan gambaran bahwa pembinaan prestasi olahraga harus dimulai sejak dini dan dilakukan secara sistematis melalui pendidikan olahraga di sekolah yang berkoordinasi dengan induk organisasi cabang olahraga masing-masing. Oleh karena itu, pembibitan olahragawan sangat tepat diberikan sejak pada usia dini. Untuk itu, pada umumnya kelompok yang menjadi obyek pemasalan dan pembinaan adalah pelajar di Sekolah Dasar sampai dengan SLTP kelas 2, dimana rata-rata usia mereka antara 6-14 tahun.

Menurut Vannier dan Gallahue (1978: 335-336) kelompok pelajar Sekolah Dasar merupakan usia emas (*golden age*) yang tepat untuk meletakkan dasar-dasar keterampilan gerak. Usia emas anak Sekolah Dasar di kelompokkan menjadi dua, yaitu (1) usia bermain, adalah kelompok kelas bawah (kelas 1, 2, dan 3) dan (2) usia pengembangan keterampilan olahraga, adalah pada kelompok kelas atas (kelas 4, 5, dan 6). Dengan demikian, proses pembinaan olahraga prestasi harus

diawali sejak masih usia anak-anak. Artinya, untuk memperoleh dan mempermudah proses pembinaan diperlukan adanya pemanduan bakat. Sistem pemanduan bakat dapat dilakukan dengan tes dan pengukuran sesuai dengan cabang olahraga masing-masing dengan cara mengidentifikasi karakteristik, antropometri, biometri, kesehatan, dan psikologi.

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu Propinsi di wilayah pulau Jawa yang terbagi menjadi 4 Kabupaten dan 1 Kotamadya, yaitu: Kabupaten Sleman, Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten, Bantul, Kabupaten Gunung Kidul, dan Kota Yogyakarta. Dari kelima wilayah Daerah Tingkat II tersebut, Kulonprogo merupakan salah satu kabupaten yang banyak memberikan kontribusi atlet pada Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

Sebagai kabupaten yang memiliki wilayah relatif luas, Kulonprogo termasuk kabupaten yang memiliki sejarah panjang dalam perkembangan olahraga di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Dapat dikatakan bahwa dalam setiap Pekan Olahraga Nasional, Kabupaten Kulonprogo selalu memberikan kontribusi atletnya terhadap Daerah Istimewa Yogyakarta. Hal ini menunjukkan bahwa Kabupaten Kulonprogo merupakan salah satu daerah yang memiliki potensi untuk mengembangkan kualitas dan kuantitas atlet baik di tingkat daerah maupun nasional. Dengan demikian, diduga Kulonprogo merupakan salah satu kabupaten yang tepat untuk melakukan pemanduan bakat. Salah satu wujud nyata kepedulian Kabupaten Kulonprogo terhadap perkembangan prestasi olahraga adalah dengan menjadi tuan rumah pada Pekan Olahraga Daerah, Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2005.

Uraian di atas menunjukkan pentingnya pembinaan olahraga sejak usia anak-anak. Artinya, sebuah daerah pada dasarnya mempunyai peluang untuk meningkatkan prestasi olahragawan secara optimal apabila dapat melakukan proses pembinaan dan pembibitan secara bertahap, berjenjang dan berkelanjutan. Kabupaten Kulonprogo merupakan salah satu daerah yang secara geografis sangat menguntungkan untuk pembinaan olahraga prestasi, karena beragamnya ketinggian tanah dari permukaan air laut. Dengan beragamnya kondisi geografis memudahkan proses pembibitan olahragawan untuk diarahkan sesuai dengan karakteristik masing-masing cabang olahraga. Dengan demikian, secara rasional Kabupaten Kulonprogo sangat berpeluang mencetak olahragawan yang dapat berprestasi baik di tingkat daerah, nasional maupun internasional. Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana bakat olahraga anak-anak berusia 9 – 14 di Kabupaten Kulonprogo?

#### **KAJIAN TEORITIK**

Prestasi puncak dalam olahraga dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya adalah atlet berbakat, pelatih profesional, organisasi, sponsor, dan orang tua serta dukungan instansi terkait. Diantara faktor tersebut, atlet berbakat merupakan modal utama untuk meraih prestasi optimal. Artinya dukungan dari sponsor, orang tua, organisasi, dan pelatih profesional belum dapat menjamin munculnya prestasi tanpa adanya dukungan dari atlet berbakat.

Beberapa negara masih menganggap bahwa pertandingan merupakan bentuk pemanduan bakat yang terbaik, karena melalui pertandingan olahragawan terbaik atau yang sangat berbakat dapat mencapai puncak prestasi dalam olahraga yang dipilihnya. Namun pada

kenyataannya banyak olahragawan yang pindah cabang olahraga pilihannya bersamaan dengan banyak olahragawan yang memperoleh tingkat keberhasilan tertentu, lebih baik pindah ke cabang olahraga lainnya. Dengan pendapat ini dan mengingat bahwa tanpa pengembangan bakat maka pemanduan bakat akan sia-sia. Atau dengan perkataan lain pembinaan keolahragaan semacam itu tidak efisien dan efektif.

Perkembangan prestasi olahraga merupakan hasil dari perpaduan kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental olahragawan yang diperoleh melalui proses pembinaan yang tepat. Menurut Sharkey (1986) keberhasilan pencapaian prestasi dalam olahraga juga ditentukan oleh penjenjangan latihan sesuai dengan tingkat usia anak, yaitu *learn basic skill, variety of skill, specific training, dan high intensity training*. Artinya, untuk dapat meraih prestasi optimal diperlukan proses latihan secara kontinyu, bertahap, dan berkelanjutan. Untuk itu, pola pembinaan sejak usia dini perlu diterapkan agar anak memiliki pengalaman gerak yang nantinya dapat mendukung keterampilan gerak. Hal ini disebabkan masa anak-anak merupakan masa yang paling aktif secara fisik dalam pertumbuhan manusia (Bompa, 2000).

Proses pemanduan bakat melalui pertandingan telah ada sejak adanya olahraga kompetitif yang terorganisir. Artinya, proses sistematis pemanduan bakat menjadi bagian dari olahraga terjadi baru-baru saja di dunia olahraga. Di masa lalu, Blok Timur seperti Republik Demokrasi Jerman, Uni Sovyet, Bulgaria dan Romania adalah contoh negara yang melaksanakan program yang dijalankan pemerintah yaitu program-pemanduan bakat yang sistematis sejak tahun 1960 – 1970. Sedangkan Blok Barat seperti Australia dan Amerika Serikat memiliki sistem

pengembangan olahragawan berbakat setelah mereka menyatakan dirinya melalui proses pertandingan di cabang olahraga pilihannya.

Sampai saat ini masih ada pendapat mengenai keuntungan dan kerugian dari program pemanduan bakat. Ada yang melihat bahwa pemanduan bakat sebagai bantuan mengakselerasi kemajuan perorangan yang dipandu ke tingkat elit dan membantu mereka mencapai tingkat prestasi yang tinggi pada waktu mengikuti kegiatan olahraga internasional. Selain itu juga sebagai sesuatu yang dapat mendampingi olahragawan untuk memilih cabang olahraga yang cocok baginya. Jadi membantu membatasi frustrasi yang disebabkan oleh partisipasi di cabang olahraga jika tidak cocok baginya. Bagi Pelatih, mereka juga dapat menfokuskan waktu melatihnya kepada olahragawan dengan bakat yang lebih tinggi tingkatannya dan kemampuannya untuk cabang olahraga tertentu. Dengan demikian pemanduan bakat mempermudah negara-negara spesifikasi cabang olahraga masing-masing.

Faktor keterbatasan dalam proses pemanduan bakat adalah kesulitan dalam meramalkan pengembangan masa depan dari seseorang olahragawan jika proses pemanduan bakat dilakukan pada usia muda. Anak berbakat pada umumnya memperlihatkan kemampuan serba bisa sehingga ang membuat sulit untuk menentukan cabang olahraga tertentu yang paling cocok bagi olahragawan muda. Selain itu, menentukan usia yang paling tepat untuk memulai pelaksanaan program pemanduan bakat merupakan salah satu faktor kesulitan yang perlu diantisipasi. Beberapa ahli mengatakan bahwa spesialisasi anak dicabang tertentu sebelum 13 tahun adalah merusak. Sedangkan lainnya berpendapat bahwa adalah perlu mengarahkan olahragawan muda kecabang olahraga tertentu sebelum usia 13 tahun dalam rangka membantu pengembangan keterampilan yang efisien.

Sebelum mempraktekkan program pemanduan bakat, negara-negara dan organisasi cabang olahraga perorangan perlu mengadakan penelitian yang mendalam mengenai faktor-faktor spesifik yang mempengaruhi penampilan di cabang olahraga tertentu itu. Faktor-faktor itu adalah: fisiologi, antropometri dan psikologi. Namun ada pula yang memasukan juga faktor-faktor keturunan dan sosiologis. Namun faktor-faktor ini masih diragukan untuk dapat digolongkan sebagai faktor-faktor yang dipentingkan.

Pemanduan bakat yang komprehensif diperlukan beberapa tahun dengan tiga fase utama. *Fase pertama*, adalah pada usia 3 – 8 tahun yang dikuasai oleh pemeriksaan seorang ahli medik dan ditujukan kepada penemuan kegagalan berfungsinya tubuh dan penyimpangan fisik yang dapat membantu usaha cabang olahraga di masa depan. *Fase kedua*, harus dilaksanakan pada usia 9 – 17 tahun, namun jarak tahun ini berbeda-beda di cabang-cabang olahraga antara lain senam 9-10 tahun, putri 10-15 tahun dan putra 10-17 tahun di cabang olahraga lainnya. Fase pemanduan bakat ini harus ditetapkan kepada olahragawan yang sudah memiliki latihan yang terorganisir dan membutuhkan perkiraan yang komprehensif dari parameter fisiologis dan anthropometris. *Perkiraan* psikologis dan profiling dimulai pada fase ini. *Fase ketiga*, terutama menyangkut kepada atlet yang berkaliber nasional. Pemanduan bakat pada fase ini membutuhkan kekhususan dan kesungguhan dengan perhatian khusus terhadap kesehatan olahragawan, adaptasi fisiologi terhadap latihan, dan potensinya dalam rangka pengembangan selanjutnya (Bompa, 2000).

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan pemantauan bakat di Kabupaten Sleman. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah anak putera dan puteri usia 9-14 tahun. Menurut Gallahue (1978: 335) pada anak usia 6-14 tahun kecenderungan setiap anak untuk tumbuh ke arah tipe tubuh tertentu sudah mulai tampak. Dilihat dari arah pertumbuhan, tipe tubuh manusia dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu: 1) *mesomorph*, 2) *endomorph*, dan 3) *ectomorph*. Dengan mulai tampak kecenderungan tersebut, berarti dimungkinkan pada pelatih untuk melakukan pemantauan bakat, terutama yang berkaitan dengan pertimbangan kesesuaian tipe tubuh dengan cabang olahraga tertentu.

Perkembangan kemampuan fisik terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik. Artinya, tubuh yang tumbuh semakin tinggi dan besar dapat meningkatkan kemampuan fisik. Pada anak usia 6-14 tahun, kemampuan fisik seperti kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, kecepatan, power, koordinasi, dan daya tahan aerobik mengalami perkembangan yang relatif besar. Dengan demikian sangat tepat bila pembinaan olahraga dilakukan sejak masih usia anak-anak. Artinya, proses pembinaan yang dilakukan pada usia dini akan membentuk karakteristik anak terhadap cabang olahraga yang ditekuni secara mapan.

#### CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang bertujuan untuk menjangkau bibit unggul dalam cabang olahraga atletik, bola voli, bulutangkis, pencak silat, dan sepakbola di Kabupaten Kulonprogo, Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survai dengan teknik tes, pengukuran, dan angket.

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Kulonprogo mulai bulan Juni sampai dengan bulan Agustus 2004. Kegiatan penelitian mencakup persiapan, pengambilan data, analisis data, dan pelaporan. Kegiatan persiapan meliputi penyusunan proposal dan seminar instrumen. Seminar instrumen dilaksanakan pada tanggal 21 Juli 2004. Adapun pengambilan data pada penelitian ini dilakukan selama satu hari, yaitu pada tanggal 12 Agustus 2004.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar di wilayah Kabupaten Kulonprogo yang berusia 9 tahun sampai dengan 14 tahun. Sampel dalam penelitian ini dipilih secara *purposive*, yaitu anak usia 9 sampai dengan 14 tahun atau anak kelas 4, 5, dan 6 SD yang memiliki bakat dalam olahraga. Dari hasil pemilihan sampel diperoleh sejumlah 194 anak, yang terdiri dari 63 anak puteri dan 131 anak putera.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah modifikasi dari *Sport Search* yang dikembangkan di Australia, yaitu tes baterai dengan 9-item. Tes tersebut adalah (1) tes antropometri yang terdiri tinggi badan, tinggi duduk, berat badan, panjang rentang tangan, (2) tes koordinasi dengan lempar tangkap bola tennis, (3) tes kecepatan dengan lari cepat 40 m (4) tes power lengan dengan lempar bola basket, (5) tes power tungkai dengan tinggi raihan, dan (10) *multi stage fitness test*.

Reliabilitas rangkaian tes untuk pemantauan bakat olahraga ini diadopsi dari *Sport Search* dan *Talent Search* dari **Australia Sport Commission (1993-1996)** dengan beberapa adaptasi seperlunya. Tes ini dikembangkan dan diuji reliabilitas dan validitasnya. Tes tinggi badan, tinggi duduk, berat badan, dan rentang lengan telah teruji memiliki reliabilitas sesuai penelitian Lohma, Roche dan Martorel (1988: 135). Reliabilitas dengan tes-re tes untuk tes koordinasi lempar-tangkap bola dengan selang 4 hari adalah  $r = 0,97$ . Median perbedaan intra-tester

adalah 2 tangkapan. Reliabilitas tes-re tes untuk tes power lengan lempar bola basket dengan periode selang 4 hari adalah  $r = 0,97$  Median perbedaan intra-tester adalah 10 meter. Reliabilitas dengan tes-re tes untuk tes power tungkai lompat tegak dengan periode selang 4 hari adalah  $r = 0,72$ . Median perbedaan intra-tester adalah 0,71 detik. Hendaknya dicatat bahwa kondisi permukaan lantai dan sol sepatu mempunyai pengaruh besar terhadap reliabilitas tes. Reliabilitas dengan tes-retes untuk tes kecepatan lari 40 m adalah  $r = 0,71 - 0,87$ . Reliabilitas dengan tes-re tes untuk tes lari multistap (MFT) subjeknya 50 orang dengan periode selang 7 hari adalah  $r = 0,98$ . Median perbedaan intra-tester adalah 0,10 meter.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan tes dan pengukuran serta angket. Setiap sampel mengisi angket untuk mengetahui identitas anak, minat, dan tinggi badan orang tua sebelum melaksanakan tes kemampuan fisik. Selanjutnya anak melakukan tes kemampuan fisik secara berurutan yang terdiri dari: (1) pengukuran tinggi badan, pengukuran berat badan, pengukuran tinggi duduk, dan pengukuran panjang rentang lengan; (2) tes koordinasi dengan lempar tangkap bola tenis ke dinding; (3) tes kecepatan lari 40 meter; (4) power lengan dengan lempar bola basket; (5) power tungkai dengan tinggi raihan; dan (6) kapasitas VO2maks. dengan *Multi Stage Fitness Test* (MFT).

Data hasil tes dan pengukuran kemampuan fisik untuk masing-masing butir tes diubah menjadi skor skala T (*T score*). Untuk menentukan skor kemampuan fisik berdasarkan cabang olahraga, ditentukan dengan menggunakan rumus sesuai dengan bobot sumbangan kemampuan fisik tiap cabang olahraga yang telah ditetapkan

(tabel 1). Dengan demikian dapat diketahui kemampuan fisik anak dalam setiap cabang olahraga.

**Tabel 1:** Bobot Sumbangan Kemampuan Fisik Terhadap Cabang Olahraga

No	Olahraga	Tinggi Badan	Panjang Tungkai	Rentang Lengan	Koordinasi	Lari 40M	Power Lengan	Power Tungkai	VO2.max	%
1.	Atletik	20	10	10	10	-30	5	10	5	100
2.	Bolavoli	40	0	10	10	-10	10	12,5	7,5	100
3.	Buktangkis	10	-5	5	10	-30	10	10	20	100
4.	Sepakbola	7	0	3	10	-15	5	20	40	100
5.	Pencaksilat	5	0	5	15	-17	20	20	10	100

Selanjutnya data hasil perhitungan kemampuan fisik diurutkan berdasarkan skor tertinggi sampai dengan terendah dari tiap-tiap anak berdasarkan cabang olahraga, dan minat anak terhadap cabang olahraga.

#### HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil tes, pengukuran, dan perhitungan diperoleh data yang meliputi sekor tertinggi dan terendah, sekor rata-rata, standar deviasi tiap-tiap butir tes untuk laki-laki dan perempuan, T sekor kemampuan fisik anak berdasarkan cabang olahraga, dan T sekor kemampuan fisik anak berdasarkan minat cabang olahraga putra dan puteri.



**Tabel 2: Data Hasil Pengukuran Butir Tes Bagi Anak Putera**

No	Butir Tes	Tertinggi	Terendah	Mean	Standar Deviasi	Rentang Nilai	ΣAnak
1.	Prediksi Tinggi Badan	184,1	147,1	167,4	7,17	174,57 - 184,1	8
2.	Berat Badan	59	19	30,6	7,22	37,82 - 59	
3.	Prediksi Panjang Tungkal	91,7	70,7	80,2	3,74	83,94 - 91,7	24
4.	Prediksi Rentang Lengan	187,9	145	166,9	8,10	175 - 187,9	20
5.	Koordinasi	18	0	8,5	4,70	13,20 - 18	31
6.	Kecepatan Lari 40 m	5,80	8,59	7,12	0,50	7,62 - 5,80	112
7.	Power Lengan	9	1	4,32	2,60	6,92 - 9	27
8.	Power Tungkal	60	19	35,88	5,77	40,85 - 60	22
9.	<i>MFT</i>	7,60	2,25	4,96	1,36	6,32 - 7,60	20

Dari hasil pengukuran butir tes bagi anak putera dapat disimpulkan bahwa: (1) berdasarkan prediksi tinggi badan, sebanyak 8 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga bolavoli, (2) berdasarkan prediksi panjang tungkai (tinggi duduk), sebanyak 24 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga atletik dan pencaksilat, (3) berdasarkan prediksi panjang rentang lengan, sebanyak 20 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga atletik dan bolavoli, (4) berdasarkan kemampuan koordinasi, sebanyak 31 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga pencaksilat, (5) berdasarkan kecepatan lari 40 meter, sebanyak 112 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga atletik dan bulutangkis, (6) berdasarkan power lengan, sebanyak 27 anak potensial untuk dibina dalam cabang pencaksilat, bolavoli, dan bulutangkis, (7) berdasarkan power tungkai, sebanyak 22 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga sepakbola, pencaksilat, dan bolavoli, dan (8) berdasarkan prediksi VO2 maksimal, sebanyak 20 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga sepakbola, bulutangkis, dan pencaksilat.

**Hasil Pengukuran Butir Tes Bagi Anak Puteri**

Hasil tes, pengukuran, dan perhitungan anak puteri berdasarkan butir tes yang digunakan, diperoleh hasil seperti dalam tabel 3 berikut.

**Tabel 3: Data Hasil Pengukuran Butir Tes Bagi Anak Puteri**

No	Butir Tes	Tertinggi	Terendah	Mean	Standar Deviasi	Rentang Nilai	ΣAnak
1.	Prediksi Tinggi Badan	185,92	137,15	157,7	8,75	166,45-185,92	12
2.	Berat Badan	56	20	31	7,53	38,53-56	
3.	Prediksi Panjang Tungkal	85,4	67	74,8	4,39	79,19-85,4	11
4.	Prediksi Rentang Lengan	177,4	136,2	158,1	10,13	168,23-177,4	21
5.	Koordinasi	14	0	2,48	3,44	5,92-14	12
6.	Kecepatan Lari 40 m	6,6	9,5	7,7	0,52	8,22-6,6	58
7.	Power Lengan	9	1	4,51	2,42	6,93-9	19
8.	Power Tungkal	49	19	31,3	5,41	36,71-49	13
9.	<i>MFT</i>	6,70	2,25	3,87	1,03	4,90-6,70	8

Dari hasil pengukuran butir tes bagi anak puteri dapat disimpulkan bahwa: (1) berdasarkan prediksi tinggi badan, sebanyak 12 anak potensial untuk dibina dalam cabang bolavoli, (2) berdasarkan prediksi panjang tungkai (tinggi duduk), sebanyak 11 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik dan pencaksilat, (3) berdasarkan prediksi panjang rentang lengan, sebanyak 21 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik dan bolavoli, (4) berdasarkan kemampuan koordinasi, sebanyak 12 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga pencaksilat, (5) berdasarkan kecepatan lari 40 meter, sebanyak 58 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga atletik, dan bulutangkis, (6) berdasarkan power lengan, sebanyak 19 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga pencaksilat, bolavoli, dan bulutangkis, (7) berdasarkan power

tungkal, sebanyak 13 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga sepakbola, pencaksilat, dan bolavoli, dan (8) berdasarkan prediksi VO2 maksimal, sebanyak 8 anak potensial untuk dibina dalam cabang olahraga bulutangkis dan pencaksilat

#### Kemampuan Fisik Bagi Anak Putera Berdasarkan Cabang Olahraga

Hasil perhitungan kemampuan fisik anak putera dengan menggunakan *T-score* berdasarkan cabang olahraga, diperoleh hasil seperti dalam tabel 4 berikut.

**Tabel 4:** Hasil Perhitungan Kemampuan Fisik Bagi Anak Putera Berdasarkan Cabang Olahraga

No.	Cabang Olahraga	<i>T-score</i> Tertinggi	<i>T-score</i> Terendah	Rata-Rata	Standar Deviasi	<i>T-score</i> Sekor Masuk	Σ Anak
1.	Atletik	61,73	37,88	51,30	4,70	56,00-1,73	24
2.	Bola Voli	61,47	36,23	50,20	4,78	54,98-1,47	18
3.	Bulu tangkis	63,92	38,47	52,44	4,99	57,43-3,92	19
4.	Pencak Silat	61,37	38,90	51,42	4,67	56,09-1,37	24
5.	Sepak Bola	63,97	37,91	52,73	5,69	58,42-3,97	21

Dari hasil pengukuran butir tes anak putera dapat disimpulkan bahwa: (1) sebanyak 24 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik, (2) sebanyak 18 anak potensial untuk dibina dalam cabang bola voli, (3) sebanyak 19 anak, potensial untuk dibina dalam cabang bulu tangkis, (4) sebanyak 24 anak potensial untuk dibina dalam cabang pencak silat, dan (5) sebanyak 21 anak potensial untuk dibina dalam cabang sepak bola.

#### Kemampuan Fisik Bagi Anak Puteri Berdasarkan Cabang Olahraga

Hasil perhitungan kemampuan fisik anak puteri dengan menggunakan *T-Score* berdasarkan cabang olahraga, diperoleh hasil seperti dalam tabel 5 berikut.

**Tabel 5:** Hasil Perhitungan Kemampuan Fisik Bagi Anak Puteri Berdasarkan Cabang Olahraga

No.	Cabang Olahraga	<i>T-score</i> Tertinggi	<i>T-score</i> Terendah	Rata-Rata	Standar Deviasi	<i>T-score</i> Sekor Masuk	Σ Anak
1.	Atletik	61,60	40,46	49,99	5,19	55,18-61,60	11
3.	Bola Voli	60,92	38,19	49,23	5,42	53,65-60,92	13
4.	Bulu Tangkis	64,53	43,28	51,27	5,11	56,38-64,53	10
5.	Pencak Silat	63,21	41,64	49,98	5,05	55,03-63,21	11

Dari hasil perhitungan kemampuan fisik anak puteri berdasarkan cabang olahraga dapat disimpulkan bahwa: (1) sebanyak 11 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik, (2) sebanyak 13 anak potensial untuk dibina dalam cabang bola voli, (3) sebanyak 10 anak potensial untuk dibina dalam cabang bulutangkis, dan (4) sebanyak 11 anak potensial untuk dibina dalam cabang pencak silat.

#### Kemampuan Fisik Bagi Anak Putera Berdasarkan Minat Terhadap Cabang Olahraga

Hasil perhitungan kemampuan fisik anak putera dengan menggunakan *T-score* berdasarkan minat terhadap cabang olahraga, diperoleh hasil seperti dalam tabel 6 berikut.

**Tabel 6:** Hasil Perhitungan Kemampuan Fisik Bagi Anak Putera Berdasarkan Minat Terhadap Cabang Olahraga

No	Cabang Olahraga	T-score Tertinggi	T-score Terendah	T-score Rata-Rata	Standar Deviasi	T-score Sekor Masuk	Σ Anak
1.	Atletik	61,73	43,06	53,30	4,36	58,66 - 61,73	3
3.	Bola Voli	58,25	43,99	51,78	3,89	55,67 - 58,25	3
4.	BuluTangkis	60,91	48,46	53,84	3,87	57,71 - 60,91	7
5.	Pencak Silat	61,37	40,99	52,38	4,76	57,14 - 61,37	3
6.	Sepak Bola	63,41	39,87	52,85	5,75	58,60 - 63,41	6

Dari hasil perhitungan kemampuan fisik anak putera berdasarkan minat terhadap cabang olahraga dapat disimpulkan bahwa: (1) sebanyak 3 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik, (2) sebanyak 3 anak potensial untuk dibina dalam cabang bola voli, (3) sebanyak 7 anak potensial untuk dibina dalam cabang bulutangkis, (4) sebanyak 3 anak potensial untuk dibina dalam cabang pencaksilat, dan (5) sebanyak 6 anak potensial untuk dibina dalam cabang sepakbola.

**Kemampuan Fisik Bagi Anak Puteri Berdasarkan Minat Terhadap Cabang Olahraga**

Hasil perhitungan kemampuan fisik anak puteri dengan menggunakan T-score berdasarkan minat terhadap cabang olahraga, diperoleh hasil seperti dalam tabel 6 berikut.

**Tabel 7:** Hasil Perhitungan Kemampuan Fisik Bagi Anak Puteri Berdasarkan Minat Terhadap Cabang Olahraga

No	Cabang Olahraga	T-score Tertinggi	T-score Terendah	Rata-Rata	Standar Deviasi	T-score Sekor Masuk	Σ Anak
1.	Atletik	57,75	40,46	49,94	6,55	56,49 - 57,75	4
2.	Bola Voli	63,92	39,94	49,46	6,09	55,55 - 63,92	2
3.	Bulu Tangkis	60,44	43,28	48,70	4,90	53,60 - 60,44	2
4.	Pencak Silat	58,29	44,00	49,36	4,49	53,85 - 58,29	1

Dari hasil perhitungan kemampuan fisik anak puteri berdasarkan minat terhadap cabang olahraga dapat disimpulkan bahwa: (1) sebanyak 4 anak potensial untuk dibina dalam cabang atletik, (2) sebanyak 2 anak potensial untuk dibina dalam cabang bolavoli, (3) sebanyak 2 anak potensial untuk dibina dalam cabang bulutangkis, dan (4) sebanyak 1 anak potensial untuk dibina dalam cabang pencaksilat.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa kemampuan fisik anak Kabupaten Kulonprogo berdasarkan cabang olahraga telah terjaring: (1) 20 anak putera dalam cabang olahraga atletik, (2) 20 anak putera dalam cabang olahraga bolavoli, (3) 20 anak putera dalam cabang olahraga bulutangkis, (4) 20 anak putera dalam cabang olahraga pencaksilat, (5) 20 anak putera dalam cabang olahraga sepakbola, (6) 20 anak puteri dalam cabang olahraga atletik, (7) 20 anak puteri dalam cabang olahraga bolavoli, (8) 20 anak puteri dalam cabang olahraga bulutangkis, dan (9) 20 anak puteri dalam cabang olahraga pencaksilat.

Untuk memilih bibit unggul yang dapat dibina dalam cabang olahraga tertentu seperti atletik, bola voli, bulu tangkis, pencak silat, dan sepak bola, dapat dipilih bibit unggul yang memiliki T sekor sesuai dengan batas minimal dalam cabang olahraga tersebut.

Batas minimal T sekor Atletik putra 56.00 putri 55.18, Bolavoli putra 54.98 puteri 53.65, Bulutangkis putra 57.43 putri 56.38, Pencak silat putra 56.09 putri 53.03, Sepakbola putra 58.45. Selain itu, dalam memilih bibit unggul disarankan agar mempertimbangkan minat terhadap cabang olahraga, karena dapat dijadikan motivasi bagi anak untuk berprestasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, Tudor O. (2000). *Theory and Methodology of Training. The Key to Athletic Performance*. Dubuque. Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Direktorat Olahraga Depdiknas. (2004) *Pengkajian Sport Development Index (SDI)*. PPKKO Ditjora. PSO UNESA
- Gallahue, David L. (1966) *Development Physical Education for Today's Children*, 3<sup>rd</sup> Edition. Dubuque, Iowa: Brown and Bechmark.
- Sage, George H., 1984. *Motor Control and Learning (A Behavioral Emphasis)*. Illinois: Human Kinetics Publishers. Inc Campaign.
- Schmidt, Richard A. (1988). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*. Champign, Illinois: Human Kinetics Publishers, Inc.
- Sharkey, BJ. (1986). *Sport Guide to Sport Physiology*, USA: Human Kinetics.