

KONTRIBUSI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN TINGKAT INTELEGENSI TERHADAP PENGUASAAN GERAK SENI PADUNGUNG

Goesti Sabda Laksana¹, Dede Sumirat²

¹Universitas Suryakencana

goesti_sabda@unsur.ac.id¹ dedesumirat10@gmail.com²

Info Artikel	Abstrak
<p><i>Sejarah Artikel:</i> Diterima November 2020 Disetujui November 2020 Dipublikasikan Desember 2020</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi antara tingkat kebugaran jasmani dan tingkat intelegensi dalam penguasaan keterampilan gerak seni padungdung dalam pencak silat. Metode penelitian yang digunakan adalah survey deksriptif asosiatif type <i>Cross-Sectional</i> dengan pendekatan kuantitatif. Instrumen penelitian berupa tes dan pengukuran untuk kebugaran jasmani dan keterampilan padungdung, sedangkan untuk tes intelegensi menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X, XI, XII yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat di SMA Negeri 1 Cilaku, Kabupaten Cianjur. Pemilihan sampel menggunakan total sampling, yaitu sebanyak 18 siswa putra. Hasil analisis data menyimpulkan bahwa kedua variabel memiliki korelasi yang signifikan terhadap penguasaan keterampilan gerak seni padungdung baik secara individu ataupun secara simultan. Hal tersebut dibuktikan dari hasil analisis data yang diperoleh nilai korelasi sebesar 0,927 pada kebugaran jasmani dan nilai korelasi sebesar 0,979 pada tingkat intelegensi. Sedangkan nilai korelasi secara simultan adalah sebesar 0,991. Hasil analisis data menunjukkan bahwa korelasi kedua variabel tergolong kedalam kriteria sangat kuat, diinterpretasikan dengan koefisien korelasi nilai r. Penulis merekomendasikan bahwa faktor kebugaran jasmani dan intelegensi merupakan bagian penting dalam olahraga pencak silat, khususnya dalam penelitian ini adalah penguasaan keterampilan gerak seni padungdung.</p>
<p><i>Keyword:</i> Kebugaran Jasmani, Intelegensi, Padungdung Pencaksilat</p>	<p style="text-align: center;">Abstrack</p> <p><i>This study aims to determine the contribution between the level of physical fitness and the level of intelligence in the mastery of padungdung art movement skills in pencak silat. The research method used was an associative descriptive survey type Cross-sectional with a quantitative approach. The research instruments were tests and measurements for physical fitness and padungdung skills, while for intelligence tests used questionnaires. The population in this study were male students of class X, XI, XII who took the extracurricular pencak silat at SMA Negeri 1 Cadilah, Cianjur Regency. The sample selection used total sampling, as many as 18 male students. The results of the data analysis concluded that the two variables had a significant correlation to the mastery of padungdung art movement skills either individually or simultaneously. This is</i></p>

evidenced from the results of data analysis which obtained a correlation value of 0.927 on physical fitness and a correlation value of 0.979 at the intelligence level. Meanwhile, the simultaneous correlation value is 0.991. The results of data analysis show that the correlation of the two variables is classified into very strong criteria, interpreted by the correlation coefficient of r value. The author recommends that the factors of physical fitness and intelligence are an important part of the sport of martial arts, especially in this study the mastery of the art movement skills of padungdung

□Alamatkorespondensi:
E-mail: goesti_sabda@unsur.ac.id

e-ISSN :xxxx-xxxx (online)
p-ISSN : 2089-2341 (cetak)

PENDAHULUAN

Teori Bloom menjelaskan bahwa indikator capaian keberhasilan pembelajaran terbagi kedalam 3 ranah, yaitu Kognitif, Afektif dan Psikomotor (Haqiyah and Riyadi 2018, hlm:10). 3 ranah tersebut menjadi kompetensi yang mutlak harus dikuasai dan dikembangkan oleh peserta didik, sekaligus sebagai ciri meningkatnya mutu pendidikan (Ardyanto 2016, hlm:335).

Hasil belajar dan prestasi belajar yang rendah merupakan indikator bahwa capaian pembelajaran tidak berhasil dan mencapai tujuan yang ditetapkan (Hidayah dkk 2017, hlm, 2). Salah satu fenomena yang menunjukkan rendahnya hasil belajar yang merupakan permasalahan dalam pendidikan diantaranya adalah:

Perlakuan kurang ajar beberapa siswa kelas 3 SMP kepada salah satu Guru Honorer yang bernama Nur Kalim, guru mata pelajaran IPS di SMP PGRI Wringinanom Gresik. Perlakuan kurang ajar tersebut terjadi karena guru menegur siswa karena merokok didalam ruangan kelas. Fenomena nyata dalam dunia pendidikan yang terjadi pada tahun 2019 ini viral/ramai dalam social media (Febriana 2019).

Selain menunjukkan rendahnya hasil belajar, fenomena tersebut menunjukkan degradasi moral para peserta didik.

(Azizah, 2016) Menjelaskan bahwa

Indonesia mengalami degradasi nilai moral bangsa dengan fenomena dan ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Budaya hedonisme yang tinggi
Budaya Barat tidak hanya memiliki dampak positif di dalamnya, namun mereka juga memiliki budaya negatif yang patut dihindari masyarakat kita salah satunya adalah budaya hedonisme atau suka jalan-jalan dengan perilaku konsumtif. Budaya ini seiring berjalannya waktu semakin disukai oleh remaja Indonesia. Mereka lebih suka untuk berjalan—jalan atau *hangout* bersama teman-temannya dibandingkan belajar di rumah pada malam hari.
- 2) Pola berpakaian yang semakin minim
Jika dibandingkan dengan beberapa tahun lalu, saat ini kita lebih sering menjumpai remaja perempuan menggunakan pakaian yang serba mini seperti memakai hotpants dan tanktop. Seakan-akan budaya memakai pakaian mini yang lebih menonjolkan bagian tubuh terutama kaki saat ini sudah dianggap lumrah oleh mereka, padahal yang namanya pikiran laki- laki terhadap wanita yang memakai pakaian mini dari dulu sampai saat ini sama saja
- 3) Menurunnya sikap sopan santun terhadap orang lain
Budaya leluhur Indonesia yang sangat memegang budaya sopan santun antar satu sama lain terutama dengan orang yang lebih tua dari kita haruslah tetap dilestarikan. Budaya tersebut dapat membatasi diri kita dari perbuatan semena-mena antar



satu sama lain dan kita bisa lebih menghargai pendapat orang lain. Namun dengan mencontoh budaya Barat, banyaknya remaja yang sudah tidak terlalu mempedulikan hal tersebut. Contohnya saja, saat ada remaja berjalan melewati orang tua sedang duduk, tak jarang kita menemukan bahwa sebagian dari remaja tidak menundukan badan ataupun kepala saat berjalan. Bahkan ada beberapa yang tidak menoleh sedikitpun terhadap apa yang dilewatinya.

Pendidikan karakter merupakan salah satu tujuan utama pendidikan, sebagaimana diungkap John Sewey (Gunawan, 2012) yang menjelaskan "...bahwa merupakan hal yang lumrah dalam teori pendidikan bahwa pembentukan watak (karakter) merupakan tujuan umum pengajaran dan pendidikan budi pekerti disekolah". Menurut Lickona (Sudrajat, 2011) ada tujuh alasan mengapa pendidikan karakter itu harus disampaikan, ketujuh alasan yang dimaksud adalah sebagai berikut :

- 1) Cara terbaik untuk menjamin anak-anak (siswa) memiliki kepribadian yang baik dalam kehidupannya;
- 2) Cara untuk meningkatkan prestasi akademik;
- 3) Sebagian siswa tidak dapat membentuk karakter yang kuat bagi dirinya di tempat lain;
- 4) Persiapan siswa untuk menghormati pihak atau orang lain dan dapat hidup dalam masyarakat yang beragam;
- 5) Berangkat dari akar masalah yang berkaitan dengan problem moral-sosial, seperti ketidaksopanan, ketidakjujuran, kekerasan, pelanggaran kegiatan seksual, dan etos kerja (belajar) yang rendah;
- 6) Persiapan terbaik untuk menyongsong perilaku di tempat kerja;
- 7) Pembelajaran nilai-nilai budaya yang merupakan bagian dari kerja peradaban.

Salah satu mata pelajaran yang mengajarkan karakter adalah pendidikan jasmani, sebagaimana diungkapkan oleh

(Winarno, 2012) yaitu "Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran dalam mengembangkan karakter bangsa". Banyak materi dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang memuat tentang pendidikan karakter, salah satunya adalah olahraga pencak silat, sebagaimana diungkapkan oleh (Fatma Chomsiatun, 2017) yaitu "Salah satu olahraga yang memiliki peran strategis dalam pendidikan karakter pada peserta didik adalah Pencak Silat."

Pencak silat menjadi salah satu materi yang diajarkan kepada para siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, sebagaimana diungkapkan (Safari, 2017, hlm:1) yaitu "Dalam upaya mewujudkan tujuan pendidikan nasional, pecak silat telah diajarkan kedalam kurikulum pendidikan jasmani, dari jenjang sekolah dasar (SD) hingga perguruan tinggi/universitas".

Pencak silat adalah warisan budaya dari para leluhur bangsa Indonesia, yang hingga saat ini pada perkembangannya semakin maju baik dari segi peraturan dan organisasinya. Usaha pengembangan dan pembinaan pencak silat dilakukan diberbagai jalur, salah satunya melalui pendidikan formal (Haqiyah and Riyadi 2018, hlm:9-10). Pencak silat kaya akan unsur keterampilan gerak atau dikenal dengan nama jurus, dan setiap paguron atau perguruan pencak silat memiliki keterampilan gerak (jurus) yang beragam dan ciri khasnya masing-masing (Iswana and Siswantoyo 2013, hlm:27).

Keterampilan gerak dalam pencak silat terdiri dari beberapa unsur gerakan, diantaranya sikap, serangan, belaan, tangkisan dan jatuhan (Haqiyah and Riyadi 2018, hlm:10). Pencak silat bukan hanya untuk menguasai keterampilan



gerak dalam para peserta didik tapi dituntut memiliki intelegensi dan kebugaran jasmani yang baik (Widyastuti, 2010 hlm:173). Hal ini menjelaskan bahwa pencak silat tidak hanya sekedar bagaimana anak dapat memukul, dan menendang, tapi melibatkan hal penting lainnya, diantaranya adalah kebugaran jasmani dan intelegensi.

Intelegensi adalah kemampuan untuk bertindak secara terarah, berpikir rasional, dan menghadapi lingkungannya secara efektif (Hidayat 2009, hlm:113). Pengertian tersebut menunjukkan bahwa pentingnya intelegensi bagi peserta didik. Namun intelegensi berbeda dengan kecerdasan, karena pada dasarnya kecerdasan diartikan dalam bahasa sehari-hari sebagai kemampuan untuk menyelesaikan persoalan-persoalan praktis dan terdapat persepsi bahwa kemampuan untuk belajar berasal dari kapasitas kognitif (Suarca dkk 2016, hlm: 85), dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa intelegensi adalah salah satu kompetensi yang mutlak dikembangkan dan dikuasai oleh peserta didik, agar fenomena yang diungkapkan diatas tidak terulang kembali.

Selain intelegensi yang telah dijelaskan, faktor lain dalam penguasaan keterampilan dalam pencak silat adalah kebugaran jasmani. Terdapat masalah utama dalam kebugaran jasmani bagi para peserta didik sebagaimana diungkapkan oleh (Soeroso 2016, hlm:189), yaitu "Masalah kesehatan pada remaja Indonesia secara umum yang ditemukan adalah anemia dan kebugaran (*Physical Fitness*) yang rendah.". Kemudian ditambah dengan permasalahan lain yang diungkapkan oleh (Rossa, 2018) menjelaskan :

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013, antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi. Dijelaskan Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Siswanto, prevalensi kanker naik dari 1,4 persen (Riskesdas 2013) menjadi 1,8 persen di 2018 dengan prevalensi tertinggi di Provinsi DI Yogyakarta.

Permasalahan kesehatan ini membuat keadaan semakin pelik, karena PTM yang menjadi tantangan berat lain bagi bangsa Indonesia tidak hanya menghinggapi kaum dewasa, melainkan sudah menghinggapi para kaum remaja.

Hal ini memperjelas pernyataan pada 18 tahun silam oleh World Helath Organization (WHO:2002) yang mengungkapkan bahwa pemicu penyakit katastropik adalah perilaku malas bergerak atau yang terkenal dengan nama *Sedentary Lifestyle or Sedentary Behavior*, yaitu :

Sedentary lifestyle is a major underlying cause of death, disease, and disability. Approximately 2 million deaths every year are attributable to physical inactivity; and preliminary findings from a WHO study on risk factors suggest that sedentary lifestyle is one of the ten leading causes of death and disability in the world. Physical inactivity increases all causes mortality, doubles the risk of cardiovascular disease, type II diabetes, and obesity. It also increases the risks of colon and breast cancer, high blood pressure, lipid disorders, osteoporosis, depression and anxiety.

WHO (2002) menambahkan :

Levels of inactivity are high in virtually all developed and developing countries. In developed countries more than half of adults are insufficiently active. In the rapidly growing large cities of the developing world, physical inactivity is an even greater problem. Crowding, poverty, crime, traffic, low air quality, and a lack of parks, sports and recreation facilities, and sidewalksmake physical activity a difficult choice.



For example, in São Paulo, approximately 70 % of the population is inactive.

Sedentary Behavior merupakan fenomena yang melanda seluruh bangsa di dunia. Kecenderungan perilaku ini tidak hanya dilakukan oleh orangtua, melainkan telah berimbas terhadap terhadap kalangan remaja, seperti yang diungkapkan oleh oleh Faren (2016) yang menjelaskan bahwa “26.3% of their waking-time sedentary, 54.8% in light-intensity activity, 17.0% in moderate-intensity activity, and 2.0% in vigorous-intensity activity. Were substantially correlated with the criterion variable; thus, they were the strongest predictors of depression.”

WHO (2010) dalam (Wong : 2019) mengungkapkan “Physical inactivity 4th leading risk factor for global mortality”. Suherman (2019) menambahkan :

Aktivitas fisik yang tidak memadai merupakan salah satu faktor utama penyebab kematian global menempati peringkat keempat dan mengklaim sekitar 1,4 juta jiwa setiap tahun mengalami kematian akibat faktor tersebut, bahkan hampir 300.000 kematian di wilayah Asia Tenggara disebabkan oleh aktivitas fisik yang tidak memadai setiap tahun.

Pada dasarnya usia remaja merupakan momentum untuk setiap manusia memperkaya gerak agar kelak pada usia tua dan lansia tidak mengalami kesulitan gerak karena pemupukan kebugaran jasmani dari sedini mungkin. Sebagaimana ungkapan sebagai berikut :

Several recent studies, however, indicate these declines relate more to lifelong physical activity level than to age. Older physically active men, for example, were found to have reaction times more similar to younger, college-age men than to their inactive, older counterparts (Rikli and Edwards 2013, p.61).

Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa rata-rata yang indikasikan penurunan level kemampuan aktivitas fisik adalah usia. Sebagian besar para lansia yang masih aktif bergerak adalah karena mereka aktif pada saat di usia anak-anak dan remajanya.

Tujuan pengembangan pencak silat disekolah salah satunya adalah untuk peningkatan prestasi belajar, selain itu hal utama dari pembinaan pencak silat disekolah adalah untuk penanaman karakter mengandung nilai-nilai budaya yang membentuk manusia yang berilmu dan berbudi pekerti luhur (Roichatul and Khikmah 2018, hlm:141). Hal ini dapat dikatakan bahwa tujuan pencak silat disekolah sejalan dengan tujuan pendidikan itu sendiri.

Pendidikan merupakan salah satu jembatan untuk meraih kesuksesan bagi setiap orang, khususnya peserta didik. Masa depan dan nasib bangsa ini kelak akan dipikul oleh generasi muda pada saat ini, yang tentunya harus mendapatkan bekal untuk menghadapi masa depan dengan pendidikan dan pengalaman, sebagaimana ungkapan sebagai berikut :

Children are the future of a nation. This statement is not an exaggeration, it is the truth. Children would grow up and be potential leaders for their nation. The development of a country, then dependson them someday. So, it is important for us that we should pay more attention to their early childhood education right now (Suryani 2007, hlm, 42)

METODE

Surakhmad (1982:131)

mengungkapkan “Metode merupakan cara utama yang dipergunakan untuk mencapai suatu tujuan, misalnya untuk mengkaji serangkaian hipotesis dengan mempergunakan teknik serta alat



tertentu”. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey deskriptif asosiatif type *Cross-Sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Sebagaimana dijelaskan Effendi (Riduwan, 2010:217) bahwa penelitian survei adalah :

Metode survei deskriptif adalah suatu metode penelitian yang mengambil sampel dari suatu populasi dan menggunakan kuisioner sebagai alat pengumpul data. Dalam penelitian ini data dan informasi dikumpulkan dari responden dengan menggunakan kuisioner. Setelah data diperoleh kemudian hasilnya akan dipaparkan secara deskriptif dan pada akhir penelitian akan dianalisis untuk menguji hipotesis yang diajukan pada awal penelitian ini.

Jenis penelitian

(Arikunto, 2010) menjelaskan “Metode deskriptif merupakan metode penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya saat penelitian dilakukan”. Suryabrata (2010:75) mengungkapkan bahwa “Tujuan penelitian deskriptif (survei) adalah untuk membuat pencandraan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. Secara rinci Suryabrata (2010:76) menambahkan :

Tujuan dari penelitian survei adalah : (a). Untuk mencari informasi faktual yang mendetail yang mencandra gejala yang ada, (b). Untuk mengidentifikasi masalah-masalah atau untuk mendapatkan justifikasi keadaan dan praktek-praktek yang sedang berlangsung, (c). Untuk membuat komparasi dan evaluasi, (d). Untuk mengetahui apa yang dikerjakan oleh orang-orang lain dalam menangani masalah atau situasi yang sama, agar dapat belajar dari mereka untuk kepentingan pembuatan rencana dan pengambilan keputusan dimasa depan.

Ciri-ciri dari penelitian deskriptif menurut Surakhmad (1982:140) sebagai berikut:

“(1). Memusatkan diri pada pemecahan masalah yang ada pada masa sekarang, pada masalah-masalah yang aktual, (2).Data yang dikumpulkan mula-mua disusun, dijelaskan, dan kemudian dianalisis, karena itu metode penelitian ini disebut metode analitik.” Kemudian menurut Gay (1981:183) “Penelitian korelasional kadang-kadang diperlakukan sebagai penelitian deskriptif, terutama disebabkan penelitian korelasional mendeskripsikan sebuah kondisi yang telah ada”. Gay (1981:183) menambahkan “Tujuan study korelasional adalah untuk menentukan hubungan antar variabel, atau untuk menggunakan hubungan tersebut untuk membuat prediksi”.

Berdasarkan pengertian dari beberapa pengertian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa metode penelitian yang sesuai untuk penelitian ini adalah survey deskriptif asosiatif type *Cross-Sectional* dengan pendekatan kuantitatif, karena sesuai dengan maksud dan tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mencari hubungan antar variabel dalam membuat prediksi, yaitu memperoleh gambaran tentang kontribusi kebugaran jasmani dan intelegensi terhadap penguasaan gerak seni padungdung dalam olahraga pencak silat.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi SMA Negeri 1 Cilaku Kabupaten Cianjur yang mengikuti ekstrakurikuler Pencak Silat dengan jumlah populasi sebanyak 18 siswa putera. Sampel dalam penelitian adalah total sampling atau sampel jenuh, sehingga jumlah populasi dalam penelitian ini menjadi sampel dalam penelitian ini, yaitu sebanyak 18 siswa putera.



Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran untuk kebugaran jasmani dan keterampilan padungdung, sedangkan untuk tes intelegensi menggunakan angket.

Analisa Data

Teknik analisis ganda yang digunakan untuk menguji setiap hipotesis yang telah diajukan menggunakan statistik regresi ganda, korelasi sederhana dan korelasi ganda. Hasil penelitian deskriptif yang diterangkan yaitu Median, Rata-rata, Standar Deviasi dan Varians, kemudian penyajian data akan dilakukan dalam bentuk distribusi untuk setiap variabel. Sebelum peneliti menyakikan data, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis antara lain : sekurang-kurangnya data yang dianalisis berskala interval dengan cara mengubah skor mentah menjadi skor baku atau menaikkan data ordinal menjadi data interval dengan rumus :

$$T_i = 50 + 10 \cdot \frac{(X_i - \bar{x})}{s}$$

Dimana :

T_i = Skor Baku (data interval)

X_i = Skor Mentah (data ordinal)

\bar{x} = Rata-rata

S = Standar Deviasi

Kemudian dilanjutkan pengujian persyaratan analisis terhadap asumsi-asumsi bahwa data harus homogenitas dan normalitas. Pengujian asumsi-asumsi dianalisis dengan program *software* komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) Seri 21.

HASIL dan PEMBAHASAN**1. Analisis korelasi untuk Variabel X_1 dengan Variabel Y**

Hasil analisis data menunjukkan bahwa pengaruh antara variabel kebugaran jasmani (X_1) dengan padungdung (Y)

tergolong kedalam kriteria sangat kuat, ditunjukkan pada Tabel C.6 dengan nilai $r_{X_1.Y}$ sebesar = 0,927. Sedangkan untuk menyatakan besar kecilnya kontribusi (sumbangan) variabel kebugaran jasmani (X_1) terhadap variabel padungdung (Y) diketahui dari hasil perhitungan koefisien determinan (KD) = $r^2 \times 100\%$ atau $0.927^2 \times 100\% = 84,64\%$ sedangkan sisanya 15,36% ditentukan oleh variabel lain.

Selanjutnya, untuk mengetahui signifikansi variabel kebugaran jasmani (X_1) terhadap variabel padungdung (Y) dihitung dengan rumus Uji-t sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} = \frac{0.927\sqrt{18-2}}{\sqrt{1-0,61^2}} = \frac{3,78}{0,375} = 10,08$$

Kriteria pengujian dari uji signifikansi adalah sebagai berikut :

Jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, maka signifikan, sedangkan

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka tidak signifikan.

Berdasarkan perhitungan diatas, dengan ketentuan uji satu pihak (one tail test) dan ketentuan $\alpha : 0,05$ dengan derajat kebebasan (dk) = $n - 2$, yaitu $18 - 2 = 16$, sehingga didapat nilai t_{tabel} sebesar 1,746 (interpolasi). Ternyata nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , yaitu $10,08 \geq 1,746$ sehingga memenuhi kriteria signifikansi, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kebugaran jasmani (X_1) dengan variabel padungdung (Y).

2. Analisis korelasi untuk variabel X_2 terhadap variabel Y

Hasil analisis data menunjukkan bahwa pengaruh antara variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y)



tergolong kedalam kriteria sangat kuat, ditunjukkan dengan hasil $r_{X_2,Y}$ sebesar = 0,979. Sedangkan untuk menyatakan besar kecilnya kontribusi (sumbangan) variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y) diketahui dari hasil perhitungan koefisien determinan (KD) = $r^2 \times 100\%$ atau $0.979^2 \times 100\% = 95,84\%$ sedangkan sisanya 4,16% ditentukan oleh variabel lain.

Selanjutnya, untuk mengetahui signifikansi variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y) dihitung dengan rumus Uji-t sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} = \frac{0.979\sqrt{18-2}}{\sqrt{1-0,979^2}} = \frac{3,916}{0,375} = 10,442$$

Kriteria pengujian dari uji signifikansi adalah sebagai berikut :

Jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, maka signifikan, sedangkan

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka tidak signifikan.

Berdasarkan perhitungan diatas, dengan ketentuan uji satu pihak (one tail test) dan ketentuan $\alpha : 0,05$ dengan derajat kebebasan (dk) = $n - 2$, yaitu $18 - 2 = 16$, sehingga didapat nilai t_{tabel} sebesar 1,746 (interpolasi). Ternyata nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , yaitu $10,44 \geq 1,746$ sehingga memenuhi kriteria signifikansi, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel intelegensi (X_2) dengan variabel padungdung (Y).

3. Analisis Korelasi Berganda dan Regresi ganda untuk variabel X_1 , X_2 dengan Variabel Y

Hasil analisis data menunjukkan pengaruh secara simultan antara variabel kebugaran jasmani (X_1) dan variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y) tergolong kedalam kriteria sangat kuat, ditunjukkan pada tabel C.9 yaitu nilai

$r_{X_1.X_2.Y}$ sebesar = 0,991. Sedangkan kontribusi secara bersama-sama (simultan) variabel X_1 , X_2 terhadap Y diketahui dari hasil perhitungan koefisien determinan (KD) = $r^2 \times 100\%$ atau $0.991^2 \times 100\% = 98\%$ sedangkan sisanya 2% ditentukan oleh variabel lain.

Selanjutnya, untuk mengetahui signifikansi korelasi ganda variabel kebugaran jasmani (X_1) dan variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y) dihitung dengan rumus Uji F sebagai berikut :

$$F_{hitung} = \frac{\frac{R^2}{k}}{\frac{(1-R^2)}{n-k-1}}$$

$$F_{hitung} = \frac{\frac{0,991^2}{2}}{\frac{(1-0,991^2)}{18-2-1}}$$

$$F_{hitung} = \frac{0,491}{0,0011} = 41,36$$

Kaidah pengujian signifikansi :

Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ maka tolak H_0 artinya signifikansi, dan

Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka terima H_0 artinya tidak signifikansi.

Carilah nilai F_{tabel} dengan taraf signifikan $\alpha = 0,01$ atau $\alpha = 0,05$ dengan rumus sebagai berikut : $F_{tabel} = F_{\{(1-\alpha), (dk=k), (dk=n-k-1)\}}$ Ternyata $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, atau $41,36 \geq 3,63$ sehingga memenuhi kriteria signifikansi, yang artinya terdapat hubungan secara simultan (korelasi berganda) yang signifikan antara variabel kebugaran jasmani (X_1) dan variabel intelegensi (X_2) terhadap variabel padungdung (Y).

SIMPULAN

a. Terdapat hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan penguasaan keterampilan gerak seni padungdung pada siswa putera yang



- mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.
- b. Terdapat hubungan antara tingkat intelegensi dengan penguasaan keterampilan gerak seni padungdung pada siswa putera yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.
- c. Terdapat hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dan tingkat intelegensi secara simultan dengan penguasaan keterampilan gerak seni padungdung pada siswa putera yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardyanto, E. R. (2016). Mengembangkan Instrumen Kognitif (Pengetahuan) Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Kelas XII. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Malang*, 334–348.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*.
- Azizah, B. (2016). *Degradasi Moral Bangsa Indonesia* - *Kompasiana.com*.
Kompasiana.Com.,
<https://www.kompasiana.com/biyanka/5742766d949773c304e0b781/degradasi-moral-bangsa-indonesia>
- Fatma Chomsiatun. (2017). NILAI-NILAI PENDIDIKAN KARAKTER DALAM EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT DI MI ISLAMIYAH GEBANGSARI KECAMATAN TAMBAK KABUPATEN BANYUMAS - Repository IAIN Purwokerto [iainpurwokerto]. In <http://repository.iainpurwokerto.ac.id/id/eprint/2669>.
<http://repository.iainpurwokerto.ac.id/2669/>
- Gunawan, I. (2012). *PENDIDIKAN KARAKTER*.
https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/54737614/15.1_Pendidikan-Karakter.pdf?response-content-disposition=inline%253Bfilename%253DPENDIDIKAN_KARAKTER_Imam_Gunawan.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=ASIATUSBJ6BADJOH7JER%252F20200411%25
- Haqiyah, A., & Riyadi, D. N. (2018). Pengaruh Inteligensi, Kelentukan, dan Motor Educability terhadap Hasil Belajar Jurus Tunggal Pencak Silat. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 32(1), 9–15.
<https://doi.org/https://doi.org/10.>
- Hidayah, R Aulia & Surtani, S. (2017). Proses Berpikir Kreatif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sawit dalam memecahkan masalah Pythagoras berdasarkan tahapan Wallas, ditinjau dari tipe Intelegensi siswa. *Jurnal Kependidikan Universitas Surakarta*, 2(1), 1–8.
- Hidayat, T. (2009). Hubungan Inteligensi Dan Kecerdasan Keterampilan Bermain Tennis Pada Pemain Klub Mutiara Tirta Semarang Tahun 2009. *Journal Pendidikan Jasmani UNES*, 2(1), 113–121.



- Iswana, B., & Siswantoyo, S. (2013). Model Latihan Keterampilan Gerak Pencak Silat Anak Usia 9-12 Tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 26–36. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2343>
- Jannah Roichatul, A. N. K. (2018). *IMPLEMENTASI NILAI-NILAI LUHUR BUDAYA PENCAK SILAT SEBAGAI PENDIDIKAN KARAKTER SISWA DI SEKOLAH* | Jannah | KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional. KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional mercubuana Yogya. http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/Prosiding_KoPeN/article/view/898
- Rikli, R. E., & Edwards, D. J. (2013). Effects of a three-year exercise program on motor function and cognitive processing speed in older women. *International Journal of Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2(1), 61–67. <https://doi.org/10.1080/02701367.1991.10607519>
- Rossa, V. and N. F. (2018). *Hasil Riskesdas 2018, Penyakit Tidak Menular Semakin Meningkat*. Suara.Com. <https://www.suara.com/health/2018/11/02/101437/hasil-riskesdas-2018-penyakit-tidak-menular-semakin-meningkat>
- Safari, I. (2017). PENGARUH MODEL PENDEKATAN IDEAS TERHADAP KEMAMPUAN IBING PALEREDAN DALAM
- OLAHRAGA
PENCAK SILAT(Penelitian Eksperimen terhadap Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak silat UPI Kampus Sumedang Tahun Angkatan 2016/2017). *Repository.Upi.Edu*, 1–6. <http://repository.upi.edu/24165/>
- Soeroso, S. (2016). Masalah kesehatan remaja. *Sari Pediatri*, 3(3), 189–197. <https://saripediatri.org/index.php/sari-pediatri/article/download/1000/930>
- Suarca, K., Soetjningsih, S., & Ardjana, I. E. (2016). Kecerdasan Majemuk pada Anak. *Sari Pediatri*, 7(2), 85. <https://doi.org/10.14238/sp7.2.2005.85-92>
- Sudrajat, A. (2011). MENGAPA PENDIDIKAN KARAKTER? | Sudrajat | Jurnal Pendidikan Karakter. *Journal Pendidikan Karakter*, 12. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpk.v1i1.1316>
- Suherman, Adang. (2019). *Aktivitas Fisik dan Kebugaran Jasmani – Panduan Gaya Hidup Aktif Dan Produktif Bagi Mahasiswa*. Bandung : Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia
- Suryani, L. (2007). Analisis permasalahan pendidikan anak usia dini dalam masyarakat indonesia. *Jurnal Ilmiah VISI PTK-PNF*, 2(1), 42–48.



WHO (2002). World Health Day 2002

[Online]

Tersedia :

https://www.who.int/docstore/world-health-day/2002/fact_sheets4.en.pdf [11 Desember 2019]

Widyastuti, R. (2010). Hubungan motivasi belajar dan hasil tes intelegensi dengan prestasi belajar. *UPT Perpustakaan Universitas Sebelas Maret Universitas Sebelas Maret*, 1–55. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/16966/Hubungan-motivasi-belajar-dan-hasil-tes-intelegensi-dengan-prestasi-belajar>

Winarno, H. M. E. (2012). *PENGEMBANGAN KARAKTER BANGSA MELALUI PENDIDIKAN JASMANI & OLAHRAGA* (pp. 1–73). Artikel yang disajikan dalam pengukuhan guru besar dalam bidang ilmu <http://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/01/Winarno-Naskah-Pengukuhan-GB-2012.pdf>

Wong, H. Stephen (2019). *From Sitting to Moving : Research Evidence on Childern and Young Adults*. The 4th International Conference on Sport Science, Health and PEBandung, Indonesia 8-9 Oct 2019

