

*Level Of Skilling Skills Speed Classic Categories Nature Living Students
Dehasen University Bengkulu*

**Tingkat Kemampuan Panjat Tebing Kategori Speed Classic Mahasiswa
Pencinta Alam Universitas Dehasen Bengkulu**

W. Rahayu ¹, Suwarni ², Martiani ²

^{1,2} Departemen Physical Education Study Program, Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Corresponding Author : suwarni.h13@gmail.com

How to Cite :

Rahayu, W., Suwarni., Martiani. (2021). *Level Of Skilling Skills Speed Classic Categories Nature Living Students Dehasen University Bengkulu*. Sinar Sport Jurnal, 1(1). DOI:

ARTICLE HISTORY

Received [17-05-2021]

Revised [08-06-2021]

Accepted [25-06-2021]

Kata Kunci :

Kemampuan Panjat Tebing,
Speed Classic

Keywords :

Rock Climbing Ability, Speed
Classic

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan panjat tebing kategori speed classic terhadap olahraga wall climbing. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa pecinta alam universitas dehasen Bengkulu. yang berjumlah 20 orang mahasiswa yang mana waktu tercepat mahasiswa putra 11.43 detik sedangkan waktu tercepat putri 14.14 detik. kemampuan panjat tebing kategori speed classic Mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu, adalah sebanyak 2 siswa (10%) mempunyai kategori "sangat baik", 5 siswa (25%) mempunyai kategori "baik", 8 siswa (40%) mempunyai kategori "cukup baik", 3 siswa (15%) mempunyai kategori "kurang", serta 2 siswa (10%) mempunyai kategori "sangat kurang". Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori "cukup baik", yakni 8 siswa (40%) sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu dengan menggunakan tes kecepatan memanjat adalah "cukup baik". Frekuensi latihan yang kurang lebih hanya seminggu dua kali masih kurang untuk meningkatkan kemampuan panjat tebing kategori speed classic. Hal ini dikarenakan dalam latihan tentu ada program-program dari pelatih yang lebih menekankan pada teknik maupun strategi dalam pemanjatan tanpa melihat kemampuan mahasiswa.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the level of rock climbing ability in the speed classic category of wall climbing. The subjects of this research are students who love nature at the Dehasen Bengkulu University. which amounted to 20 students where the fastest time for male students was 11.43 seconds while the fastest time for girls was 14.14 seconds. rock climbing ability in the speed classic category. Dehasen Bengkulu University students, as many as 2 students (10%) had a "very good" category, 5 students (25%) had a "good" category, 8 students (40%) had a "fairly good" category. , 3 students (15%) have a "less" category, and 2 students (10%) have a "very poor" category. The highest frequency was in the "good enough" category, namely 8 students (40%) so it can be concluded that the level of rock climbing ability in the speed classic category of students at the University of Dehasen Bengkulu using the climbing speed test was "good enough". The frequency of exercise which is approximately twice a week is still not enough to improve rock climbing ability in the speed classic category. This is because in training, of course there are programs from trainers that emphasize more on techniques and strategies in climbing without looking at students' abilities.

PENDAHULUAN

Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting karena melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan akhirnya terbentuk manusia yang berkualitas. Di Indonesia olahraga panjat tebing merupakan salah satu cabang olahraga yang ikut membentuk manusia Indonesia yang sehat jasmani dan rohani, sekaligus ikut mengharumkan nama harkat dan martabat bangsa dan negara Indonesia dimata dunia melalui kejuaraan internasional yang telah di ikuti oleh atlet perwakilan dari Indonesia. Seperti pada tahun 2013 tim panjat tebing Indonesia telah menorehkan prestasi dalam kejuaraan panjat tebing Asia ke 21 di Tehran, Iran dan pada tahun 2018 atlet panjat tebing kembali mengharumkan nama Indonesia dengan mengikuti ASEAN Games dan berhasil meraih medali emas dan perak di tingkat Asia.

Panjat tebing adalah berawal dari eksplorasi para pendaki gunung yang menemui jalan dengan tingkat kesulitan yang tidak bisa lagi didaki secara biasa. Disinilah berawalnya kegiatan pemanjatan dengan medan pertikal yang membutuhkan genggaman diri (safety procedure) serta peralatan penunjang. Panjat tebing mulai di kenal di Indonesia sekitar tahun 1960 dan di Indonesia olahraga panjat tebing telah cukup memasyarakat dan berkembang

pesat. Hal ini terbukti adanya banyak agenda kegiatan ekspedisi panjat tebing maupun kompetisi panjat tebing buatan yang dilakukan oleh organisasi pencinta alam atau kumpulan pemanjat yang baik tingkat daerah maupun nasional. Olahraga panjat tebing buatan telah menjadi salah satu cabang olahraga yang di pertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON) yang sampai saat ini masih di pertandingkan.

Memanjat tebing merupakan aktivitas yang memiliki tingkat bahaya yang tinggi, oleh karena itu dalam memanjat di butuhkan sekali kemampuan fisik, teknik dan peralatan. Menurut Sasmita (2009:13) memilih salah satu cabang olahraga merupakan bentuk ekspresi diri, dan yang senang meneges dirinya dalam olahraga panjat tebing dan di butuhkan keterampilan tangan dan kaki dalam mengatasi tonjolan dan retahan yang terdapat di tebing yang digunakan sebagai sarana menaikinya. Ada beberapa cara penggunaan tangan dan kaki yang dikelompokkan pada dua jenis kondisi tebing itu sendiri, yaitu: fase (permukaan tebing) dan crack (celah/rekahan tebing) gladian Nasional, (2001:36).

Kemampuan dalam melakukan panjat tebing kategori kecepatan mempunyai peranan yang sangat penting hal ini di sebabkan karena untuk menjaga kualitas dan mengembangkan prestasi mahasiswa, selain itu penguasaan kemampnan merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam suatu pertandingan disamping unsur unsur fisik dan mental.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan dalam metode ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Menurut Arikunto (2006:234) penelitian deskriptif merupakan penelitian bukan eksperimen karena tidak dimaksudkan untuk mengetahui akibat dari suatu perlakuan. Menurut Zuriyah (2006:47) penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala gejala, fakta fakta atau kejadian kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat sifat populasi atau daerah tertentu. Menurut Prastowo (2011:203) metode penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha mengungkapkan fakta suatu kejadian, objek, aktivitas, proses dan manusia secara “apa adanya” pada waktu sekarang atau jangka waktu yang masih memungkinkan dalam ingatan responden. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang di arahkan untuk tujuan tertentu dengan cara mengamati, mengungkap gejala-gejala atau faktor kejadian dengan “apa adanya”.

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan panjat tebing kategori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Norma Penilaian Kemampuan Panjat tebing Kategori skor kelas wall climbing kecepatan menurut Jim (2009:30). Tingkat Kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu dapat terlihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Tebing Katagori Speed Classic.

No	Katagori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	2	10%
2	Baik	5	25%
3	Cukup Baik	8	40%
4	Kurang	3	15%
5	Sangat Kurang	2	10%
Jumlah		20	100%

Sumber: Data Diolah, 2021

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan tingkat kemampuan panjat tebing kategori speed classic Mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu, adalah sebanyak 2 siswa (10%) mempunyai kategori “sangat baik”, 5 siswa (25%) mempunyai kategori “baik”, 8 siswa (40%) mempunyai kategori “cukup baik”, 3 siswa (15%) mempunyai kategori “kurang”, serta 2 siswa (10%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik”, yakni 8 siswa (40%) sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu dengan menggunakan tes kecepatan memanjat adalah “cukup baik” .

PEMBAHASAN

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu, adalah sebanyak 2 siswa (10%) mempunyai kategori “sangat baik”, 5 siswa (25%) mempunyai kategori “baik”, 8 siswa (40%) mempunyai kategori “cukup baik”, 3 siswa (15%) mempunyai kategori “kurang”, serta 2 siswa (10%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik”, yakni 8 siswa (40%) sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu dengan menggunakan tes kecepatan memanjat adalah “cukup baik”.

Kemudian setelah diteliti dengan memisahkan menjadi menurut jenis kelamin siswa putra tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu, adalah sebanyak 2 siswa (15,38%) mempunyai kategori “sangat baik”, 3 siswa (23,08%) mempunyai kategori “baik”, 5 siswa (38,46%) mempunyai kategori “cukup baik”, 2 siswa (15,38%) mempunyai kategori “kurang”, serta 1 siswa (7,69%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik”, yakni 5 siswa (38,46%) sehingga dapat disimpulkan tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic putra mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu kecepatan siswa putra adalah cukup baik.

Sedangkan pada siswa putri dijelaskan bahwa status tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic putri mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu, adalah sebanyak 0 siswa (00,00%) mempunyai kategori “sangat baik”, 2 siswa (28,57%) mempunyai kategori “baik”, 3 siswa (42,86%) mempunyai katagori “cukup baik”, 1 siswa (14,28%) mempunyai kategori “kurang”, serta 1 siswa (14,28%) mempunyai kategori ‘sangat kurang’. Frekuensi terbanyak pada kategori “cukup baik” yaitu 3 siswa dengan presentase (42,86%).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: “Tingkat kemampuan panjat tebing katagori speed classic mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu yang mengikuti tes kemampuan panjat tebing katagori speed classic berkatagori “cukup baik”.

DAFTAR PUSTAKA

1. Buntoro Pristiawan, Dkk.2017. Peraturan Kompetisi 2017. Jakarta: Federasi Panjat Tebing Indonesia
2. Cahyono, Arif Ari. 2014. Identifikasi Jenis Cidera Pada Kegiatan Panjat Tebing di UKM Pencinta Alam di Daerah Istimewa Yogyakarta [Skripsi]. Yogyakarta (ID) : UNY
3. Haris Herdiansyah. 2013. Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
4. Hidayat 2003. Esensi Prilaku Organisasi. Yogyakarta: Gramedia Pustaka Utama
5. Ismawati, Ningrum. 2015. Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta [Skripsi]. Yogyakarta (ID): UNY
6. Jonathan Sarwono . 2006. Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif. Yogyakarta: Graha Ilmu
7. Lexy J. Moeleong. 2009. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
8. Milman Yusdi. 2010. Penilaian Prestasi Kerja. Jakarta: Balai Pustaka
9. Nurul Zuriah. 2006 Metode Penelitian Sosial Dan Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara
10. Robbin. 2007. Panjat Dinding Speed Indonesia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
11. Suharsimi Arikunto. 2010. Keterampilan Olahraga Panjat Dinding Speed Classic. Jakarta: PT. Sinar
12. Suharsimi Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta
13. Suharsimi Arikunto. 2002. Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta
14. Robbin. 2007. Panjat Dinding Speed Indonesia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
15. Soehardi. 2003. Esensi Perilaku Organisasi. Yogyakarta: Gramedia Pustaka Utama
16. Sugiyono. 2006. Metode Peneliti Pendidikan Pendidikan. Bandung: Alfabeta
17. Sugiyono. 2006. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung. Alfabeta