

Identifikasi bakat wushu di Yogyakarta

¹Ratna Budiarti*, ¹Endang Rini Sukamti, ¹Sb. Pranatahadi, ¹Wisnu Nugroho

¹Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

*Corresponding Author. Email: ratna_budiarti@uny.ac.id

Abstrak

Identifikasi bakat merupakan komponen penting dalam pencapaian prestasi atlet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui calon bibit atlet berbakat cabang olahraga wushu pada anak usia 7-14 tahun melalui tes identifikasi bakat cabang olahraga wushu. Sampel penelitian ini adalah anak putra dan putri usia 7-14 tahun yang berada di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 54 anak. Penelitian ini merupakan penelitian survei. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Data tes bakat diperoleh dari 7 item tes yang terdiri dari tes antropometri meliputi: tinggi badan dan berat badan dan tes fisik meliputi: kelentukan, kekuatan, kelincahan, kecepatan, dan power sehingga satuan skor yang diperoleh bermacam-macam, untuk mengatasi hal tersebut, data kemudian dirubah dalam bentuk t-skor sehingga diperoleh data dengan satuan yang sama. Data t skor lalu diambil rerata kemudian data dikategorikan menjadi 5 kategori sesuai dengan rumus norma aturan yang berlaku. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran, meliputi: tes antropometri dan tes biomotor. Teknik analisis data yang digunakan adalah persentase. Hasil dari penelitian ini adalah mayoritas subjek penelitian cukup berbakat pada cabang olahraga wushu dengan prosentase sebesar 64,81%.

Kata kunci: identifikasi, bakat, wushu

Talent identification of wushu in Yogyakarta

Abstract

Talent identification is an important component in achieving athlete achievement. This study aims to determine potential wushu athletes in children aged 7-14 years through a wushu sports talent identification test. The sample of this study were 54 boys and girls aged 7-14 years in the Special Region of Yogyakarta. This research is a survey research. The research design used in this research is descriptive quantitative. The aptitude test data was obtained from 7 test items consisting of anthropometric tests including: height and weight and physical tests including: flexibility, strength, agility, speed, and power so that the unit scores obtained were various, to overcome this, data then changed in the form of t-score so that the data obtained with the same unit. The t score data is then taken for the average, then the data is categorized into 5 categories according to the formula for the prevailing rules and regulations. The data collection techniques used were tests and measurements, including: anthropometric tests and biomotor tests. The data analysis technique used is the percentage. The result of this research is that the majority of the research subjects are quite talented in wushu with a percentage of 64.81%.

Keywords: *identification, talent, wushu*

PENDAHULUAN

Upaya klub/induk cabang olahraga dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga perlu terus dilaksanakan dalam kaitannya dengan pembinaan melalui pencarian dan pemanduan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien serta peningkatan kualitas olahraga (Ulum, 2013). Berbicara mengenai pembinaan olahraga prestasi perlu proses panjang dalam pembinaan olahraga untuk menghasilkan prestasi yang maksimal. Suatu pembinaan yang dikelola dengan baik dan benar serta

mengikuti prinsip pembinaan jangka panjang, sistematis dan berorientasi pada sasaran akan dapat mempersiapkan atlet lebih baik. Melalui pembibitan olahraga merupakan hal yang penting dalam pembinaan olahraga. Menurut Setyo Nugroho (2006: 165) tahapan dalam memilih atlet yaitu: (1) Mencari atlet yang berbakat, (2) Memilih atlet pada usia muda, (3) Memonitor calon atlet tersebut secara terus-menerus dan teratur, (4) Membantu calon atlet agar dapat meraih prestasi puncak. Menurut Rumini (2011: 1) Tujuan utama pengidentifikasian bakat yaitu untuk mengidentifikasi dan memilih calon atlet yang memiliki berbagai kemampuan tertinggi dalam cabang olahraga tertentu.

Disadari bahwa upaya untuk mencapai prestasi dalam olahraga merupakan hal yang kompleks, karena melibatkan banyak faktor, baik faktor internal (kondisi fisik dan mental atlet) dan faktor eksternal (lingkungan alam dan peralatan). Diantara dua faktor tersebut, faktor internal yang sesungguhnya bersumber dari kualitas atlet yang memiliki potensi bawaan (bakat) yang sesuai dengan cabang olahraga dan siap dikembangkan mempunyai peranan yang penting dalam mempersiapkan atlet menuju prestasi puncak. Identifikasi bakat merupakan bagian penting pada seluruh cabang olahraga yang bertujuan untuk mendukung kesuksesan atlet. Beberapa literatur menunjukkan model identifikasi bakat yang dapat digunakan yang mengadopsi perspektif ilmu olahraga dan berfokus terutama pada karakteristik fisik atau mental atlet (Vaeyens et al. 2008; Collins dan Bailey 2013; Pankhurst dan Collins 2013). Cabang olahraga bela diri terdiri atas dua model yaitu tarung dan seni yang dikenal dengan seni olahraga beladiri yang halus dan kasar, pada cabang olahraga wushu ada dua model yaitu; Tao Lu dan Sanda (Oliver O'Donovan, Jeanette Cheung, Maria Catley, 2006).

Cabang olahraga wushu merupakan olahraga yang membutuhkan komponen biomotor fisik, baik untuk nomor tarung maupun seni. Komponen biomotor yang dibutuhkan pada cabang olahraga wushu diantaranya, kekuatan, kelentukan, power, kelincahan, kecepatan dan vo2max. seluruh komponen biomotor tersebut merupakan faktor pendukung yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Olahraga wushu sangat tergantung dengan kondisi fisik baik nomor tarung maupun seni (Kuan & Roy, 2007). Maka didalam identifikasi bakat perlu diperhatikan unsur-unsur biomotor tersebut. Cabang olahraga wushu merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki potensi menyumbangkan prestasi di kancah internasional. Salah satu daerah yang mempunyai potensi dalam cabang olahraga wushu adalah Daerah Istimewa Yogyakarta. Pendapat ini berdasarkan hasil wawancara terdapat beberapa atlet wushu DIY yang turut serta memperkuat tim nasional wushu Indonesia, seiring berjalannya waktu, regenerasi atlet wushu mulai terputus dikarenakan pelatih lebih memfokuskan latihan untuk atlet yang sudah dibina baik atlet junior maupun senior.

Oleh karena itu, urgensi dari identifikasi bakat adalah perlu dilaksanakan. Perlunya dilakukan identifikasi bakat cabang olahraga wushu di Daerah Istimewa Yogyakarta untuk meneruskan regenerasi dan mempersingkat atau mengefektifkan latihan yang sudah dilakukan pelatih dengan cara pelaksanaan identifikasi dan pemanduan bakat. Dengan adanya identifikasi bakat wushu di DIY diharapkan akan mendapatkan atlet wushu di DIY yang memiliki bakat dan dapat dikembangkan.

METODE

Desain dan subjek penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bakat wushu di Yogyakarta. Oleh karena itu, penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subjek penelitian ini berjumlah 54 anak terdiri dari 24 putra dan 30 putri. Usia 7-14 tahun. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 6-7 Juni Tahun 2020 di Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Pengumpulan data

Teknik tes dan pengukuran digunakan untuk mendapatkan data penelitian (Fenanlampir & Muhyil, 2015). Metode ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data-data mengenai identifikasi bakat cabang olahraga wushu. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran, meliputi: tes antropometri dan biomotor.

Pengukuran antropometri meliputi: tinggi badan dan berat badan, alat ukur yang digunakan adalah stadiometer dan timbangan badan, sedangkan tes biomotor pada cabang olahraga wushu meliputi: kelentukan/fleksibilitas. Menurut Sukadiyanto (2011) fleksibilitas/kelentukan mengandung pengertian yaitu luas gerak satu persendian atau beberapa persendian. Ada dua macam fleksibilitas yaitu (1) fleksibilitas statis, dan (2) fleksibilitas dinamis. Pada fleksibilitas statis ditentukan oleh

ukuran dari luas gerak (*range of motion*) satu persendian atau beberapa persendian. Sedangkan pada fleksibilitas dinamis adalah kemampuan seseorang dalam bergerak dengan kecepatan tinggi. Pada penelitian ini kelentukan yang digunakan adalah *sit and reach*, kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerahkan daya semaksimal mungkin untuk mengatasi suatu tahanan. Chandler and Brown (2008) membagi tiga jenis kekuatan dalam upaya peningkatan kualitas kekuatan otot yaitu kekuatan maksimal (*maximal strength*), daya tahan kekuatan (*strength endurance*), dan kekuatan yang cepat (*power*). Dalam penelitian ini, kekuatan akan diukur menggunakan *back-up*, dan *sit-up*. Kelincahan merupakan kemampuan untuk mempercepat dan mengurangi kecepatan, cepat mengubah arah dan cepat merubah variasi pola pergerakan, (Bompa, 2015). Bagi anak, kelincahan merupakan komponen utama yang harus dimiliki. Tes yang digunakan dalam mengukur kelincahan pada penelitian ini adalah T-tes. Kecepatan adalah Menurut Sukadiyanto, (2011) adalah kemampuan otot atau sekelompok untuk menjawab rangsang dalam waktu secepat (sesingkat) mungkin. Dalam penelitian ini kecepatan adalah rangsangan otot dengan waktu secepat mungkin. Pada penelitian ini tes yang digunakan adalah lari 200 meter. Power didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghasilkan kekuatan maksimal dalam waktu singkat (Wenner, 2010). Senada dengan pendapat Sukadiyanto (2011) bahwa kekuatan kecepatan (*power*) adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban dalam waktu yang sesingkat mungkin. Dari pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa power adalah kemampuan seseorang untuk menghasilkan kecepatan dan kekuatan secara maksimal dalam waktu yang sangat cepat. Power atau daya ledak diartikan sebagai hasil dari kekuatan dan kecepatan dan merupakan aspek yang sangat penting untuk sukses dalam prestasi olahraga. Dalam penelitian ini tes yang digunakan adalah *vertical jump*.

Analisis data

Data tes bakat diperoleh dari 7 item tes yang terdiri dari tes antropometri dan tes fisik sehingga satuan skor yang diperoleh bermacam-macam, untuk mengatasi hal tersebut, data kemudia dirubah dalam bentuk t-skor sehingga diperoleh data dengan satuan yang sama. Data t skor lalu diambil rerata kemudian data dikategorikan menjadi 5 kategori sesuai dengan rumus norma aturan yang berlaku. Data yang diperoleh tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari hasil tiap tes yang dicapai. Hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai t-skor dengan rumus t-skor sebagai berikut:

$$T = 10 \left(\frac{M-X}{SD} \right) + 50 \quad \text{(data inversi)} \quad (1)$$

$$T = 10 \left(\frac{M-X}{SD} \right) + 50 \quad \text{(data reguler)} \quad (2)$$

Keterangan:

- T = nilai t skor
- M = nilai rata-rata kasar
- X = nilai data kasar
- SD = standar deviasi data kasar

Data yang sudah diubah ke dalam t-skor, kemudian data dimaknai, yaitu dengan mengkategorikan data. Pengkategorian dikelompokkan menjadi 5 ketegori (Azwar, 2012) yaitu : baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali. Pengkategorian menggunakan acuan 5 batas normal (Sudjiono, 2011), adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Skor baku kategori

No	Rentang Norma	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Berbakat
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Berbakat
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup Berbakat
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang Berbakat
5	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Kurang Berbakat

Langkah selanjutnya setelah data diperoleh adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Menurut (Sugiyono, 2016) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$P = \left(\frac{f}{N}\right) + 100 \% \quad (3)$$

Keterangan:

P = presentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui gambaran keberbakatan wushu subjek penelitian. Data hasil penelitian ini dijabarkan dalam dua bagian, yaitu: 1) identifikasi bakat secara keseluruhan dan 2) data per item tes.

Identifikasi Bakat Secara Keseluruhan

Data identifikasi bakat dianalisis dari berbagai item tes, meliputi: tes kelentukan (*sit and reach* serta kayang), kekuatan (*back up* dan *sit up*), kecepatan (*sprint*), kelincahan (*t tes*) dan power (*vertical jump*). Data keseluruhan tes tersebut kemudian dirubah dalam bentuk t-skor sehingga diperoleh data dengan satuan yang sama. Data t skor lalu diambil rerata kemudian data dikategorikan menjadi 5 kategori sesuai dengan rumus norma aturan yang berlaku. Berikut disajikan data keberbakatan wushu secara lebih rinci.

Tabel 2. Rekap data keberbakatan wushu

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Berbakat	0	0
2	Berbakat	9	16,67
3	Cukup Berbakat	35	64,81
4	Kurang Berbakat	10	18,52
5	Sangat Kurang Berbakat	0	0
Jumlah		54	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil tes keberbakatan wushu menunjukkan bahwa terdapat 9 (16,67%) anak termasuk pada kategori berbakat, 35 (64,81%) anak termasuk pada kategori cukup berbakat dan 10 (18,57%) anak termasuk pada kategori kurang berbakat. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek penelitian termasuk pada kategori cukup berbakat.

Data Per Item Tes

Berdasarkan hasil analisis yang sudah dilakukan kepada subjek penelitian, dijabarkan data per item tes sebagai berikut:

a. Fleksibilitas

1) *Sit and Reach*

Hasil analisis data fleksibilitas dengan *sit and reach* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 3. Rekap data *sit and reach*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	3	5,56
2	Baik	12	22,22
3	Cukup Baik	23	42,59
4	Kurang	11	20,37
5	Sangat Kurang	5	9,26
Jumlah		54	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa fleksibilitas 54 subjek penelitian menggunakan *sit and reach* menunjukkan bahwa 3 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 5,56%, 12 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 22,22%, 23 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 42,59%, 11 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 20,37%, dan 5 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 9,26%.

2) Kayang

Hasil analisis data fleksibilitas dengan kayang subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 4. Rekap data kayang

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	3	5,56
2	Baik	14	25,93
3	Cukup Baik	17	31,48
4	Kurang	17	31,48
5	Sangat Kurang	3	5,56
Jumlah		54	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa fleksibilitas 54 subjek penelitian menggunakan kayang menunjukkan bahwa 3 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 5,56%, 14 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 25,93%, 17 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 31,48%, 17 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 31,48%, dan 3 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 7,56%.

b. Kekuatan

1) *Back Up*

Hasil analisis data kekuatan dengan *back up* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 5. Rekap data *back up*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	4	7,41
2	Baik	4	7,41
3	Cukup Baik	24	44,44
4	Kurang	13	24,07
5	Sangat Kurang	9	16,67
Jumlah		54	100%

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa kekuatan 54 subjek penelitian menggunakan *back up* menunjukkan bahwa 4 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 7,14%, 4 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 7,14%, 24 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 44,44%, 13 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 24,07%, dan 9 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 16,67%.

2) *Sit Up*

Hasil analisis data kekuatan dengan *sit up* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 6. Rekap data *sit and reach*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	3	5,56
2	Baik	11	20,37
3	Cukup Baik	23	42,59
4	Kurang	12	22,22
5	Sangat Kurang	5	9,26
Jumlah		54	100%

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa kekuatan 54 subjek penelitian menggunakan *sit up* menunjukkan bahwa 3 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 5,56%, 11 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 20,37%, 23 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 42,59%, 12 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 22,22%, dan 5 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 9,26%.

c. Kecepatan

Hasil analisis data kecepatan dengan *sprint* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 7. Rekap data *sprint*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	4	7,41
2	Baik	9	16,67
3	Cukup Baik	24	44,44
4	Kurang	13	24,07
5	Sangat Kurang	4	7,41
	Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa kecepatan 54 subjek penelitian menggunakan *sprint* menunjukkan bahwa 4 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 7,14%, 9 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 16,67%, 24 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 44,44%, 13 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 24,07%, dan 4 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 7,41%.

d. Power

Hasil analisis data power dengan *vertical jump* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 8. Rekap data *vertical jump*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	4	7,41
2	Baik	11	20,37
3	Cukup Baik	23	42,59
4	Kurang	13	24,07
5	Sangat Kurang	3	5,56
	Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa power 54 subjek penelitian menggunakan *vertical jump* menunjukkan bahwa 4 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 7,14%, 11 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 20,37%, 23 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 42,59%, 13 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 24,07%, dan 3 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 5,56%.

e. Kelincahan

Hasil analisis data kelincahan dengan *T test agility* subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 9. Rekap data *t test agility*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	4	7,41
2	Baik	9	16,67
3	Cukup Baik	24	44,44
4	Kurang	13	24,07
5	Sangat Kurang	4	7,41
	Jumlah	54	100%

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui bahwa kelincahan 54 subjek penelitian menggunakan *T test agility* menunjukkan bahwa 4 orang termasuk pada kategori baik sekali dengan persentase 7,14%, 9 orang termasuk pada kategori baik dengan persentase 16,67%, 24 orang termasuk pada kategori cukup dengan persentase 44,44%, 13 orang termasuk pada kategori kurang dengan persentase 24,07%, dan 4 orang termasuk pada kategori kurang sekali dengan persentase 7,41%.

PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui keberbakatan anak pada cabang olahraga wushu di DIY. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 9 (16,67%) anak termasuk pada kategori berbakat, 35 (64,81%) anak termasuk pada kategori cukup berbakat dan 10 (18,57%) anak termasuk pada kategori kurang berbakat.

Pembinaan prestasi wushu akan lebih efektif apabila dilakukan pada anak-anak yang berbakat. Keberbakatan anak pada cabang olahraga wushu dapat dilihat dari faktor antropometri dan kondisi fisik yang dimilikinya. Wushu merupakan cabang olahraga beladiri yang menuntut kondisi fisik yang baik. Semua teknik dasar dalam wushu perlu ditunjang kondisi fisik yang baik (Hanief, 2019: 6).

Kekuatan otot memegang peranan penting sebagai penunjang semua teknik dasar wushu, terutama kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot tungkai merupakan faktor kondisi fisik yang digunakan dalam teknik menendang pada wushu. Latihan yang dapat diterapkan untuk mengembangkan kekuatan otot adalah latihan tahanan (*resistance exercise*). Ambara (2017) menyatakan selain kekuatan otot tungkai, kekuatan otot lengan juga sangat dibutuhkan oleh atlet cabang olahraga wushu untuk memadukan kecepatan dalam proses menimbulkan rangsangan eksplosif power, agar dapat menghasilkan pukulan yang keras sehingga lawan tidak dapat menghindar dan kekuatan tangan pun untuk melakukan unsur proses jatuhan.

Daya ledak otot tungkai sangat dibutuhkan dalam melakukan tendangan dan lompatan. Daya ledak otot tungkai adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan atau pengerahan gaya otot maksimum dengan kecepatan maksimum (Widiyastuti, 2015:16). Dengan memiliki daya ledak otot tungkai yang bagus maka atlet akan mampu melakukan tendangan yang keras dan bertenaga sehingga akan lebih mudah untuk mengalahkan lawan

Faktor lainnya adalah daya tahan otot perut. Daya tahan otot perut diambil sebagai variabel dalam penelitian dikarenakan daya tahan otot perut memiliki kontribusi terhadap pertahanan (*defence*) dari serangan lawan. Perut menjadi area sasaran serangan lawan, selain itu daya tahan otot perut juga berperan dalam menyumbang kekuatan menendang atlet.

Kecepatan juga merupakan faktor fisik yang berpengaruh terhadap performa atlet wushu. Kecepatan dibutuhkan dalam cabang olahraga wushu dikarenakan berfungsi untuk mencari poin dalam hal serangan yang memiliki unsur penilaian dan berfungsi untuk membantu dalam aplikasi proses eksplosif power dalam mendapatkan serangan yang mantap dan bertenaga serta sebagai aplikasi proses kecepatan berpindah posisi untuk melakukan hindaran dari serangan lawan.

Kelincahan berperan terhadap gerakan-gerakan yang tak diduga, terutama dalam pergerakan perpindahan tempat. Kelincahan diartikan sebagai kemampuan atlet dalam merubah posisi secara cepat (Widiastuti, 2015). Dengan kelincahan yang bagus, seseorang atlet akan memiliki banyak variasi dalam menyerang dan menghindar dari serangan lawan. Hal ini diperkuat dengan pernyataan dari Ambara (2017) yang menyebutkan bahwa atlet wushu dituntut memiliki kelincahan yang baik, agar pola gerak serangan tidak dapat diduga oleh lawan.

Selain kelincahan, atlet wushu juga dituntut untuk memiliki power otot lengan yang baik. Power merupakan gabungan antara kekuatan dan kecepatan. Kegunaannya adalah untuk menyerang lawan dengan teknik pukulan. Usaha untuk menjatuhkan lawan tidak hanya dilakukan dengan tendangan saja, tetapi dengan pukulan yang memiliki power yang baik akan memiliki peluang dalam mengalahkan lawan. Yang paling penting lagi adalah daya tahan jantung dan paru. Pertandingan wushu dilakukan dalam 3 babak yang mana dalam 1 babak memiliki durasi 2 menit. Kondisi fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik dalam meningkatkan maupun pemeliharannya (Hanief, Puspodari, Lusianti, & Apriliyanto, 2017).

Berdasarkan pemaparan mengenai pengaruh kondisi fisik terhadap performa pada cabang olahraga wushu dapat kita lihat bahwa kondisi fisik seseorang sangat mempengaruhi performa.

Seseorang yang memiliki antropometri dan dasar kondisi fisik yang bagus sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga apabila dibina akan dapat mencapai hasil yang optimal dengan waktu/ proses latihan yang efektif dan efisien.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari identifikasi bakat yang telah dilakukan, menunjukkan Mayoritas subjek penelitian merupakan anak-anak yang sudah berlatih di klub wushu dan dinyatakan cukup berbakat. Keberbakatan seseorang anak pada cabang olahraga wushu perlu selalu diidentifikasi secara kontinyu agar dapat menghasilkan bibit atlet yang nantinya dapat dibina secara lebih efektif dan efisien untuk menjadi atlet wushu yang berprestasi baik tingkat nasional atau internasional. Dalam pemanduan bakat juga terdapat banyak ilmu yang bermanfaat bagi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan calon atlet. Ilmu yang dimaksud adalah Anatomi, Fisiologi, Kinesiologi, Biomekanika, dan psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambara, A. P., & Wijono, W. (2017). *Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda di Sasana KIM TIAUW Surabaya. Jurnal Prestasi Olahraga, 1(1-11)*.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bompa dan Buzzichelli. (2015). *Periodization Training for Sport*. Australia: Human Kinetics
- Collins, D., and R. Bailey. (2013). 'Scienciness' and the Allure of Second-hand Strategy in Talent Identification and Development. *International Journal of Sport Policy and Politics 5 (2): 183-191*. doi: 10.1080/19406940.2012.656682.
- Hanief, Y. N. (2019). Analisis kondisi fisik atlet wushu Sanda Puslatkot Kediri dalam menghadapi kejuaraan provinsi Jawa Timur Tahun 2018. *Journal of Sport and Exercise Science, 2 (1)*, p. 1-8.
- Hanief, Y. N., Puspodari, P., Lusianti, S., & Apriliyanto, A. (2017). Profil Kondisi Fisik Atlet Junior Taekwondo Puslatkot Kediri Tahun 2016 Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) Jawa Timur Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olahraga (KEJAORA), 1(2)*, 17-28. Retrieved from <http://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/kejaora/article/view/44/31>
- Kuan, G., & Roy, J. (2007). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among Wushu athletes. *Journal of sports science & medicine, 6(CSSI-2)*, 28.
- Maksum, A. (2009). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Nugroho, Setyo. (2006). Pengembangan Instrumen Identifikasi Bakat Olahraga. *Jurnal IPTEK Olahraga (volume 8, Nomer 3)*. Hal 163-177.
- Oliver O'Donovan, Jeanette Cheung, Maria Catley, A. H. M. and P. H. S. (2006). An Investigation of Leg and Trunk Strength and Reaction Times of Hard-Style Martial Arts Practitioners. *Journal of Sports Science and Medicine, 5-12*.
- Pankhurst, A., and D. Collins. (2013). Talent Identification and Development: The Need for Coherence between Research, System, and Process. *Quest 65 (1): 83-97*. doi:10.1080/00336297.2012.727374.
- Rumini. (2011). *Pemanduan Bakat*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Sudjiono, A. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. CV Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum. (2007). *Sport Development Index*. Jakarta: PT. Indeks.
- Ulum, A. S. (2013). Pembinaan olahraga bela diri wushu di kota Salatiga tahun 2013. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(10).
- Vaeyens, R., M. Lenoir, A. M. Williams, and R. M. Philippaerts. (2008). Talent Identification and Development Programmes in Sport. *Sports Medicine* 38 (9): 703–714. Doi: 10.2165/00007256-200838090-00001.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.