

Pengaruh Latihan Serangan Balasan Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Tusukan Senjata Floret pada Atlet Anggar Kabupaten Bogor

Hansen Pasaribu¹, Nina Sutresna², Hadi Satono³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No.229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154

Email : hansenpasaribu1001@gmail.com

ABSTRAK

Kemampuan ketepatan tusukan senjata floret adalah komponen penting dalam meraih point, tusukan yang efektif dan tepat sasaran akan menghasilkan point dalam permainan anggar, yang merupakan kunci kemenangan dalam pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti peningkatan ketepatan tusukan melalui implementasi latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap peningkatan kemampuan ketepatan tusukan senjata floret. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan diberi perlakuan. Menggunakan desain penelitian *one grup pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian ini merupakan Atlet Anggar Kabupaten Bogor spesialis senjata floret. Dalam mengukur ketepatan tusukan atlet menggunakan instrumen penelitian *Kuhadja Fencing Test*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu Uji Normalitas, Uji Homogenitas, dan Uji Paired Sample T-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan serangan balasan dengan metode drill memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan ketepatan tusukan senjata floret. Penelitian ini memberikan pemahaman tentang seberapa efektif latihan serangan balasan dengan metode drill dalam meningkatkan ketepatan tusukan senjata floret. Penemuan ini dapat digunakan untuk membuat rencana latihan yang lebih baik untuk meningkatkan kemampuan tusukan atlet anggar.

Kata kunci: Ketepatan Tusukan, Latihan Serangan Balasan, Metode drill

ABSTRACT

The ability of floret weapon stab accuracy is an important component in achieving points, effective and targeted stabs will produce points in fencing, which is the key to victory in the match. This study aims to examine the improvement of stab accuracy through the implementation of counterattack training with the drill method to improve the ability of floret weapon stab accuracy. The method used in this study is an experimental method with treatment. Using a one group pretest-posttest research design. The sample in this study were Bogor Regency Fencing Athletes specializing in floret weapons. In measuring the accuracy of the athlete's stab using the *Kuhadja Fencing Test* research instrument. The data analysis techniques used are Normality Test, Homogeneity Test, and Paired Sample T-test. The results showed that counterattack training with the drill method had a significant effect on the accuracy of floret weapon stabbing. This research provides an understanding of how effective counterattack training with the drill method is in improving the accuracy of floret weapon stabbing. These findings can be used to create a better training plan to improve fencing athletes' stabbing ability.

Keywords: Stab Accuracy, Counterattack Exercise, Method Drill

PENDAHULUAN

Dalam permainan anggar, setiap atlet dituntut untuk dapat menguasai teknik dasar yang ada di berbagai teknik anggar. Penguasaan teknik dasar merupakan salah satu faktor penunjang prestasi. Salah satu unsur dominan untuk menentukan kemenangan yaitu tusukan yang menusuk pada sasaran. Permasalahan yang seringkali dihadapi oleh atlet floret itu tentang ketepatan sasaran tusukan disaat pertandingan, karena beberapa atlet ada yang mengabaikan latihan tusukan dan atlet kurangnya pantauan oleh pelatih untuk melatih tusukan, sedangkan untuk mendapatkan poin dalam permainan anggar yaitu tusukan yang menusuk tepat sasaran ke tubuh lawan sesuai dengan sasaran maka tusukan pemain anggar harus dilatih dan terus dilatih (Rasyono & Decheline, 2019). Dalam tusukan membutuhkan serangkaian gerakan serangan yang eksplosif yang baik dan benar.

Pada dasarnya seorang atlet yang berprestasi tidak dilahirkan dan tidak instan, atlet yang berprestasi melewati proses tahapan yang dilatih dan dibina melalui latihan, pengamatan peneliti pribadi yang terjadi saat pertandingan anggar yang diikuti oleh atlet kabupaten bogor, atlet tidak menunjukkan performa yang terbaiknya, dikarenakan atlet anggar Kabupaten Bogor kurangnya latihan yang efektif dan beberapa komponen latihan yang diabaikan. Untuk dapat meningkatkan kualitas atlet dan prestasi anggar Kabupaten Bogor dibutuhkan latihan yang tersusun dan terprogram (Amansyah, 2019). Karena itu, kemampuan serangan yang baik sangat berguna saat di pertandingan, karena kemenangan akan terjadi jika atlet mendapatkan poin (Ma'Arif, 2015). Oleh sebab itu, untuk meningkatkan ketepatan tusukan dalam permainan harus dilatih kembali.

Serangan dalam anggar terdiri dari eksplosif tolakan kaki dan jangkauan lengan dengan pedang yang mengarah ke badan, serangan termasuk komponen penting dalam permainan anggar karena di tahap serangan membutuhkan koordinasi tinggi, kekuatan tolakan eksplosif, akurasi tusukan, dan atlet anggar harus menguasai komponen ini (Sorel et al., 2019). ketepatan tusukan di dalam permainan anggar sangat berpengaruh karena teknik serangan yang cepat dan bagus akan menunjang tusukan yang tepat sasaran dan dari efektivitas tersebut akan mendapatkan hasil yang baik untuk meraih poin di dalam permainan anggar dan kunci kemenangan di pertandingan (Fitria, 2018).

Dari rujukan penelitian terdahulu menyebutkan ada faktor peningkatan ketepatan tusukan atlet yang diberikan *treatment* latihan serangan dengan metode jeda/interval dalam pertemuan latihan satu minggu tiga kali selama 16 pertemuan.

Dimana hasil *treatment* tersebut terlihat perbedaan yang diberikan dan tidak diberikan latihan dengan metode jeda/interval, perbedaan itu terlihat dari proses tes awal hingga diberikan *treatment* dan test akhir tersebut (Hardinata, Afif Fauzul, 2015). Tetapi dalam peneliti terdahulu tidak mendeskripsikan yang spesifikasi tentang senjata apa yang diteliti, sedangkan pada olahraga anggar memiliki tiga senjata yang berbeda dengan satu senjata yang berbeda cara untuk mendapatkan point, yaitu dengan memarang.

Terdapat penelitian lain yang mengungkapkan, bahwa untuk memperoleh ketepatan yang optimal, umumnya dilakukan dengan dengan metode *drill*, contohnya dalam olahraga sepakbola. Bahwa latihan *shooting* dalam sepakbola menggunakan metode *drill* tepat untuk melatih ketepatan, karena metode *drill* dapat mengasah teknik dasar dan melatih berulang ulang dengan teknik yang benar (Suherman et al., 2018).

Merujuk pada paparan latar belakang serta beberapa hasil penelitian terdahulu, peneliti tertarik untuk melakukan kajian terkait dengan “Pengaruh Latihan Serangan Balasan Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Tusukan Senjata Floret Pada Atlet Anggar Kabupaten Bogor” yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan tersebut dalam senjata floret.

Cabang olahraga anggar ini lebih dikenal dengan nama Fencing dalam bahasa inggris, anggar berasal dari negara Perancis. Anggar sudah terkenal di seluruh dunia, olahraga ini disebut olahraga elit yang digemari oleh orang bagian barat (Rasyono & Decheline, 2019). Anggar adalah sebuah ilmu bela diri, menggunakan senjata yang berkembang menjadi seni budaya olahraga ketangkasan dengan senjata yang menekankan pada teknik kemampuan seperti memotong, menusuk, atau menangkis senjata lawan dengan menggunakan keterampilan dalam memanfaatkan kelincahan tangan (Kurniawan, 2019a). Dalam olahraga ini memiliki 3 klasifikasi senjata yang berbeda, yaitu : floret (*foil*), degen (*epee*), dan sabel (*sabre*). Karakter 3 senjata itu pun berbeda, floret dan degen dengan cara menusuk, senjata sabel dengan cara menyabet atau memarang.

Dalam olahraga ketepatan atau *accuracy* adalah suatu kemampuan seorang atlet untuk mengarahkan gerak ke suatu tujuan atau sasaran yang dituju, sasaran itu berupa jarak atau objek yang mengani langsung (Anam & Suharjana, 2015). Menurut (Marwa et al., 2019) akurasi atau ketepatan adalah kemampuan tubuh untuk mengarahkan menuju ke sasaran. Sasaran ini dapat berupa objek atau jarak yang langsung dikenal. Demikian juga yang dilakukan pemain anggar, dimana pemain berupaya supaya tusukan dapat

sampai ke sasaran yang dituju. Ketepatan merupakan bagian dari keterampilan gerak, dalam anggar ketepatan tusukan yaitu ujung senjata yang menusuk ketempat bagian sasaran badan yang sah dalam permainan anggar, karna tusukan yang tepat akan mendapatkan point (Dwi Jaya Chur Meisar, 2016).

Anggar adalah jenis olahraga yang membutuhkan keterampilan fisik dan teknik, pemikiran taktis, dan semangat yang kuat dari pemain. Semua elemen ini memengaruhi hasil atlet. Anggar memengaruhi sistem muskuloskeletal dan membutuhkan koordinasi neuro-muskuler, kecepatan, dan kekuatan yang tinggi karena gerakannya yang tidak biasa. Studi yang menunjukkan bahwa kedua belahan otak bertanggung jawab atas gerakan anggota tubuh bagian atas menunjukkan bahwa koordinasi motorik (terutama keakuratan gerakan tangan) sangat baik (Conference et al., 2022). Jadi latihan membantu seseorang mencapai tujuan dan meningkatkan disiplin, fokus, dan kepercayaan diri, oleh karena itu, latihan adalah proses penting dan serbaguna untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan kemampuan terbaik seseorang.

Pada cabang olahraga anggar, serangan dan ketepatan tusukan merupakan komponen yang penting dalam permainan, seorang atlet wajib untuk melatihnya dengan baik dan benar, karna serangan anggar harus cepat kepada lawan. Dari itu atlet akan melatih koordinasi gerakan, kecepatan dan ketepatan tusukan dengan teknik yang baik (Magyar & Oraviṭan, 2021). Latihan yang konsisten dan efektif didukung oleh program latihan yang tepat. Oleh karena itu, hanya dengan berlatih dengan tekun, disiplin, dan di bawah bimbingan pelatih yang berkualitas, seseorang dapat menguasai teknik dasar permainan anggar (Wiratama & Karyono, 2017).

Penggunaan latihan metode drill dalam serangan balasan salah satu metode yang digunakan untuk melatih teknik serangan dalam anggar secara berulang-ulang dan teknik yang benar. Metode drill ini berhasil meningkatkan kemampuan atlet, dan para pelatih sering menggunakan teknik ini untuk meningkatkan kemampuan atlet (Alsaudi, 2020). Maka Menurut (Dyer, 2015) penerapan metode latihan sangatlah dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas latihan dan meningkatkan performa atlet yang dikutip oleh (Candra Juli Prawesti, Nurlan Kusmaedi, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini akan menggunakan metode eksperimen, dalam proses eksperimen ini peneliti mengujicobakan metode drill dalam latihan serangan balasan terhadap ketepatan tusukan senjata floret pada atlet anggar Kabupaten Bogor.

Metode eksperimen merupakan cara yang memberikan pengalaman kepada anak yang dalam proses pembelajaran dengan melakukan berbagai percobaan terhadap sesuatu media yang digunakan dengan cara melihat dan mengamati akibatnya (Anwar, 2014). Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian one grup pre-test post-test design.

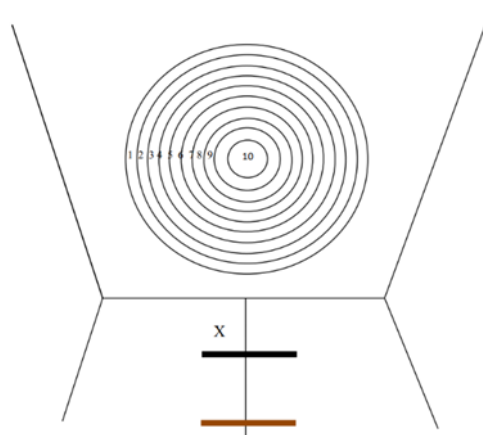
populasi yang dipilih oleh peneliti adalah atlet floret Anggar Kabupaten Bogor. Jumlah populasi yang peneliti gunakan berjumlah 5 atlet. Alasan peneliti ini memilih populasi ini karna saat di pertandingan atlet Anggar Kabupaten Bogor saat menyerang atau serangan balasan ketepatan tusukan sering terjadi tidak tepat sasaran. Karakteristik populasi ini atlet yang sudah pernah terjun dalam kejuaraan daerah, yang akan digunakan gender laki-laki dan perempuan, dilihat umur populasi ini beragam dari umur 12-19 pada populasi tersebut.

sampel berjumlah 5 orang karna populasi spesialis senjata floret di atlet Anggar Kabupaten Bogor tidak terlalu banyak. Jadi dalam penelitian ini saya akan menggunakan sampel berjumlah 5 orang terdiri dari 2 perempuan dan 3 laki-laki sebagai sampel penelitian.

Peneliti menggunakan instrumen *Kuhadja Fencing Test* yaitu tes yang telah dibakukan untuk mengukur ketepatan tusukan, tujuan tes ini untuk melihat ketepatan sasaran tusukan pada atlet anggar. Menurut (Rimasa & Sartono, 2020) tes hasil *kuhadja fencing test* (Collins & Hodge, 1978: 175) ini mempunyai tingkat koefisien validitas = 0.80 dan tingkat koefisien reliabilitas = 0.81. untuk mengukur ketepatan dan rata rata test ini di peruntukan kalangan dewasa (Sopandi, 2013) .

Sasaran terdiri dari 10 lingkaran, lingkaran tengah mempunyai diameter 2,5 cm, lingkaran berikutnya kearah luar ditambah 2,5 cm tiap lingkaran dan lingkaran paling luar mempunyai diameter 25 cm. Nilai masing-masing lingkaran adalah sebagai berikut: Lingkaran yang paling luar nilainya 1, lingkaran berikutnya kearah dalam ditambah satu setiap lingkaran, lingkaran yang paling dalam yang merupakan pusat dari lingkaran

mempunyai nilai 10 dengan tiga kali kesempatan diambil nilai rata-rata (Ismalasari, 2023).



Gambar 1. Sasaran Kuhadja Fencing Test
(Sumber: Jurnal Kepeleatihan Olahraga, Volume 5, Gambar 1, Juni 2013)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan serangan balasan menggunakan metode drill terhadap ketepatan tusukan senjata floret pada atlet anggar kabupaten bogor. Berkaitan dengan maksud penelitian yang di teliti oleh penulis, data yang diperoleh dari penelitian ini merupakan hasil atau kemampuan atlet yang diukur menggunakan Kuhadja Fencing Test. Data yang telah di peroleh dari hasil tes awal dan tes akhir ini merupakan data-data mentah yang harus diolah menggunakan pendekatan statistika sesuai dengan masalah yang di teliti. Data dalam penelitian ini diolah dan di analisis berdasarkan Langkah-langkah yang telah diuraikan dalam BAB III.

Tabel 1. Hasil PreTest

No	Nama	Kesempatan 1	Kesempatan 2	Kesempatan 3	Rata-Rata
1	RF	6	5	7	6
2	CP	4	7	4	5
3	MA	3	4	6	4
4	LM	5	6	8	6
5	MK	4	4	7	5

Tabel 2. Hasil PostTest

No	Nama	Kesempatan 1	Kesempatan 2	Kesempatan 3	Rata-Rata
1	RF	9	10	8	9
2	CP	7	8	8	8
3	MK	6	7	5	6
4	LM	6	8	7	7
5	MK	6	8	9	8

Deskripsi Data

Data tes awal diberikan sebagai upaya untuk mengetahui kemampuan kelompok yang akan digunakan sebagai subjek penelitian. Sementara itu pemberian tes akhir dimaksudkan untuk mengukur kemampuan atlet setelah memperoleh perlakuan metode drill. Hasil tersebut dapat diamati pada Tabel 3.

Tabel 1. Deskripsi Statistik

Kategori	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
<i>PreTest</i>	5	5,20	0,837	4	6
<i>PostTest</i>	5	7,60	1,140	6	9

Tabel 3 menunjukkan deskripsi statistik penelitian untuk metode drill (n= 5) Pada tes awal kelompok memiliki nilai rata-rata tes awal sebesar 5,20 standar deviasi sebesar 0,837, nilai terendah sebesar 4, dan nilai tertinggi sebesar 6. Sedangkan pada tes akhir memiliki nilai rata-rata sebesar 7,60, standar deviasi sebesar 1,140, nilai terendah sebesar 6, dan nilai tertinggi sebesar 9. Dapat dilihat dari data yang diperoleh terdapat perubahan yang meningkat ketika atlet di berikan latihan metode drill untuk serangan balasan. Setelah melakukan deskriptif data ini melanjutkan pengolahan data untuk mencari hipotesis dengan diawali uji normalitas dan uji homogenitas.

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mencari tahu apakah data terdistribusi dengan normal atau tidak. Untuk mendapatkan hasil uji normalitas diperlukan suatu perhitungan uji normalitas. Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* dengan pendekatan SPSS seri 23 terhadap seluruh variabel. Menurut Nurhasan dkk (2008, hlm 19) dijelaskan bahwa: "Metode pengambilan keputusan untuk uji normalitas yaitu jika signifikansi > 0,05 Maka data berdistribusi normal dan jika signifikansi < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal." (Trihendradi, 2013) menambahkan bahwa, jika terdapat hipotesis: Ho= sampel berdistribusi normal dan H1= sampel tidak berdistribusi normal. Keseluruhan nilai Asymp Sig (2-tailed) > $1/2 \alpha$ (0,025) karena nilai dari α adalah 0,05. Maka Ho diterima, sehingga sampel berdistribusi normal.

Dalam uji normalitas ini untuk sampel yang kurang dari 50 orang menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, sedangkan sampel yang lebih dari 50 orang menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-smirnov*. Dalam penelitian ini maka digunakannya data *Shapiro-Wilk* untuk uji normalitas data. Perhitungan uji normalitas berdasarkan data yang telah terkumpul dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 2. Uji Normalitas Data

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
<i>PreTest</i>	0,881	5	0,314
<i>PostTest</i>	0,961	5	0,814

Dalam uji normalitas data, data dikatakan memiliki distribusi yang normal, apabila nilai signifikan (sig) menunjukkan nilai yang lebih besar dari 0,05 (5%). Berdasarkan Tabel 4.4. menunjukkan bahwa nilai *Pretest*, *posttest* dan perubahan pada masing-masing kelompok dinyatakan normal, karena nilai signifikan menunjukkan lebih besar dari 0,05 (5%). Hasil dari pengujian normalitas ini akan menjadi penentu uji statistik dengan menggunakan uji parametrik atau non parametrik. Pengujian statistik menggunakan uji parametris jika data memiliki distribusi normal, sedangkan pengujian statistik menggunakan uji non parametrik jika data tidak normal. Oleh karenanya, berdasarkan hasil penghitungan data pada tabel 4. dapat dipastikan bahwa dalam uji perbandingan menggunakan uji parametris.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas diperlukan untuk mengetahui apakah indikator hasil *pretest dan posttest* memiliki nilai yang sama. Pengujian ini digunakan untuk meyakinkan bahwa kelompok data berasal dari populasi yang memiliki varian yang sama atau homogen. Pedoman pengambilan keputusan dalam uji homogenitas berdasarkan nilai signifikansi dengan bantuan *software* SPSS versi 23, sebagai berikut:

- 1.1 Jika nilai probabilitas atau Sig. < 0,05, maka H_0 ditolak, yang artinya sampel data *kuhadja fencing test* sebelum dan sesudah diberikan *treatment* berasal dari populasi yang terdistribusi tidak homogen.
- 1.2 Sebaliknya, jika nilai probabilitas atau Sig. > 0,05 maka H_0 diterima, yang artinya sampel *kuhadja fencing* sebelum dan sesudah diberikan *treatment* berasal dari populasi yang berdistribusi homogen.

Hasil analisis data dalam penelitian ini akan dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 3. Uji Homogenitas

Kategori	Lavene Statistic	df1	df2	Sig.	Kesimpulan
<i>Pretest - Posttest</i>	0,554	1	8	0,478	Homogen

Berdasarkan Tabel 5 diatas diketahui nilai signifikan (sig.) kategori *Pretest - Posttest* adalah sebesar $0,478 > 0,05$ artinya H_0 diterima, maka dari itu data homogen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *varians* data kategori *Pretest - Posttest* adalah sama atau homogen. Maka dari itu salah satu syarat (tidak mutlak) dari uji *independent Sample t Test* terpenuhi.

Uji Hipotesis

Setelah melakukan analisis data uji normalitas dan uji homogenitas, selanjutnya adalah dilakukan uji hipotesis atau uji perbandingan menggunakan uji *paired sample t-test* dan uji *independent sample t-test* yang diuji oleh *software* SPSS versi 23. Analisis *paired sample t-test* ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan serangan balasan menggunakan metode drill terhadap ketepatan tusukan senjata floret pada atlet anggar kabupaten bogor.

Pedoman pengambilan keputusan dalam uji *paired sample t-test* berdasarkan nilai signifikansi dengan bantuan *software* SPSS versi 23, sebagai berikut:

- 1.1 Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil *pretest* dengan *posttest kuhadja fencing test* terhadap ketepatan tusukan senjata floret dalam serangan balasan.
- 1.2 Sebaliknya, jika nilai probabilitas atau Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka H_0 diterima, yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil *pretest* dengan *posttest kuhadja fencing test* terhadap ketepatan tusukan senjata floret dalam serangan balasan.

Hasil analisis data dalam penelitian ini akan dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 4. Hasil Uji Paired t-Test Kuhadja Fencing Test

Kategori	Mean	T	df	Sig.	N	Kesimpulan
<i>Kuadja Fencing Test</i>	2,400	6,000	4	0,004	5	Signifikan

Statistik sebagai berikut :

H_0 = Tidak ada pengaruh latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap ketepatan tusukan saat melakukann serangan di senjata floret

H_1 = Terdapat pengaruh latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap ketepatan tusukan saat melakukann serangan di senjata floret

Interpretasi pada tabel 6 data *paired sampel tes* menunjukkan nilai $\text{sig } 0,004 < \alpha 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang artinya terdapat pengaruh latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap ketepatan tusukan saat melakukan serangan di senjata floret.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan model latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap ketepatan tusukan saat melakukan serangan di senjata floret. *Treatment* dilaksanakan di Gor Laga Satria Kabupaten Bogor, dengan jumlah sampel sebanyak 5 atlet spesialis senjata floret. Dari pengolahan data dan penelitian yang telah dilaksanakan terdapat beberapa penemuan yang telah dibuktikan sesuai pengolahan data, bahwa ketepatan tusukan atlet meningkat setelah melakukan latihan serangan balasan dengan metode drill, untuk mengetahui hasil peneliti menggunakan tes *Kuhadja Fencing Test* yang dilakukan pada *pre-test* dan *post-test*.

Pengaruh Latihan Serangan Balasan Melalui Metode Drill Terhadap Ketepatan Tusukan Senjata Floret

Dalam cabang olahraga beladiri anggar, serangan salah satu teknik yang dikuasai dalam permainan olahraga ini. Serangan merupakan cara pemain untuk mendapatkan poin dengan cara menjangkau tusukan ke bidang sasaran lawan dan Serangan adalah cara terbaik untuk mendapatkan poin (Afriadi, 2019). Seorang atlet yang memahami dan menguasai teknik serangan dapat memanfaatkan peluang mereka, meningkatkan kemungkinan kemenangan, dan mendapatkan keunggulan kompetitif dalam pertandingan. Menurut (Munawarah et al., 2023) ketepatan serangan sangat penting bagi seorang atlet agar mereka dapat melakukan serangan dan mencetak poin. Dalam olahraga anggar, ketepatan dan sasaran serangan sangat penting. Atlet yang memiliki akurasi serangan yang baik dapat melakukan serangan dengan tepat ke wilayah target dan mencetak poin. Jika tidak, serangan mereka mungkin terlepas dari target yang dimaksud.

Berdasarkan penelitian dan pengolahan data yang dilakukan, bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan serangan balasan dengan metode drill terhadap kemampuan ketepatan tusukan senjata floret. Pada penelitian (Ariij Firmansyah, 2020) mengatakan bahwa metode drill yang bertujuan sama yaitu meningkatkan kemampuan ketepatan bowling terhadap bowler pada cabang olahraga cricket. Dengan menggunakan metode drill saat proses latihan bahwa keakuratan atau ketepatan dapat diperoleh

dengan sebuah proses latihan maupun belajar yang menghasilkan sebuah otomatisasi gerak, dan diperolehnya konsistensi gerak.

Dalam hasil penelitian-nya latihan serangan balasan menggunakan metode drill mengalami peningkatan. Karena atlet dalam penelitian ini memiliki program untuk melatih terhadap ketepatan tusukan-nya, atlet juga menjadi terpantau dan mendapatkan arahan jika melakukan dengan teknik yang salah dalam melatih serangan balasan. Dari hasil pengujian statistik, hal ini dibuktikan juga dengan peningkatan signifikan yang terjadi pada *pretest* dan *posttest* menggunakan *kuhadja fencing test* pada sampel, ditinjau dari hasil pengolahan data kelompok.

Selama penelitian yang berlangsung sebanyak 16 kali, penulis menemukan hal yang menarik tentang sampel, menariknya adalah program yang diberikan mempengaruhi kinerja atlet yang mana terbukti dari hasil penelitian dimana *pretest* dan *posttest* keseluruhan atlet meningkat saat diberikan *treatment* ini. Para atlet sangat antusias dan bersemangat saat praktik latihan berlangsung dan dilaksanakan dengan baik, karena program peneliti yang berikan menjadi menambah tujuan program pelatihan di Kabupaten Bogor.

KESIMPULAN

Berdasarkan pengolahan data, hasil penelitian, perhitungan, dan analisis data, maka penulis dapat menarik simpulan Terdapat pengaruh yang signifikan latihan serangan balasan menggunakan metode drill terhadap ketepatan tusukan senjata floret pada atlet anggar kabupaten bogor.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriadi, D. (2019). Kontribusi Kelincahan Dan Flexibilitas Terhadap Hasil Serangan Teknik Lunge Pada Olahraga Anggar. *Repository.Upi.Edu*, 1.
- Agusman, R. (2019). *Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pemain SSB Baturetno Usia 14-15 Tahun*.
- Alsaudi, A. T. B. D. (2020). *The Influence of Drill Exercise and Eye Coordination Foot Methods Toward the Smash Skill of Badminton*. 407(Sbicsse 2019), 76–82. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200219.021>
- Amansyah, B. D. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepeleatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42. <https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13448>
- Anam, K., & Suharjana, S. (2015). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Pedagogi Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1), 14–25. <https://doi.org/10.21831/jpok.v1i1.41>
- Andri Wicaksono. (2022). *Metodologi Penelitian Pendidikan* (M. P. Dr. Joko Sutrisno A.B.

- (ed.)). penerbit Garudhawaca.
- Angolio, Y., Hamza, M., & Soto Cuevas, K. (2023). *Moyuka: Fencing Target Practice Assistant*. <https://Dataspace.Princeton.Edu/http://arks.princeton.edu/ark:/88435/dsp01m326m502c>
- Anthony L. Glise. (n.d.). *Beginning Foil Fencing — In Practice and Combat*. *Ævia Publications, Ltd.*
- Ariij Firmansyah, D. (2020). Metode latihan drill bowling Terhadap ketepatan bowler. *Indonesian Journal of Sport and Physical Education*, 1(3), 94–98.
- Atmaja, N. M. K., & Tomoliyus, T. (2015). Pengaruh Metode Latihan Drill Dan Waktu Reaksi Terhadap Ketepatan Drive Dalam Permainan Tennis Meja. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 56–65. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4969>
- Berliana. (2024). *Ragam Konstruksi Instrumen Olahraga* (Cetakan Pe). CV. K-Media.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2019). Peridization: Theory and Methodology of Training. In *Journal of Chemical Information and Modeling: Vol. 6 ed* (Issue 6).
- Chen, T. L. W., Wong, D. W. C., Wang, Y., Ren, S., Yan, F., & Zhang, M. (2017). Biomechanics of fencing sport: A scoping review. *PLoS ONE*, 12(2), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171578>
- Conference, I. S., Paul, P. L., Vladimir, P., & Olga, C. (2022). *The Use Of Specific Means Within The Physical Training For Fencing In Junior Athletes Of 15-18 Years Old*. 102–110.
- Dr. Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D. *Perpus.Eka-Prasetya.Ac.Id.*
- Eddy Roflin. (2021). Pupulasi, Sampel, Variabel. *Pontificia Universidad Catolica Del Peru*, 02, 1–6.
- Erwan Tona, Razali, Sukardi Putra, Syamsul Rizal, I. H. (2023). Analysis of Attack Speed in Fencing Athletes. *Path of Science*, 9(9), 6001–6005. <https://doi.org/10.22178/pos.96-10>
- Fanani, Z. (2020). Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill. *Education Journal: Journal Educational Research and Development*, 4(2), 111–126. <https://doi.org/10.31537/ej.v4i2.345>
- Fischer, M. (2020). *Fencing Sport. Injury and Health Risk Managemenr in Sport, Berlin, Heidelberg*. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-662-60752-7_89
- Fitria, F. (2018). Pengaruh Latihan Imagery dan Self-Talk Terhadap Konsentrasi dan Ketepatan Tusukan Dalam Permainan Anggar. *Jendela Olahraga*, 3(2), 19–27. <https://doi.org/10.26877/jo.v3i2.2429>
- Fraenkel, Jack R., Wallen, N. E. (2009). *How to Design and Evaluate Research in Education*. In *McGraw-Hill Higher Education*, 0.
- Girard, D. A. (2021). *Actors on Guard: Training, Rehearsal and Performance Techniques with the Rapier and Dagger for the Stage and Screen* (2nd Editio). Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781003015772>
- Hardinata, Afif Fauzul, T. H. J. (2015). Pengaruh Jeda/Interval Pada Latihan Tusukan Terhadap Ketepatan Tusukan Pada Pemain Anggar Ikase Kota Semarang Tahun 2015 Afif Fauzul Hardinata ☐ , Taufik Hidayah. *Jssf*, 4(4), 6–10. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Husyaeri, E., & Saleh, B. M. (2022). Metode Latihan Drill Untuk meningkatkan kemampuan Passing pada permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 521–525. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1966>
- Ichsanudin, I. I., & Aguss, R. M. (2022). Penerapan Metode Drill Untuk Mengetahui Tingkat Keterampilan Servis Panjang Bulu Tangkis Pada Anggota Club Pb Macan Tunggul.

- Journal of Arts and Education*, 2(2), 16–22. <https://doi.org/10.33365/jae.v2i2.92>
- Ilker Etikan. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2020). Upaya Meningkatkan Akurasi Teknik Passing Menggunakan Metode Drill Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola. *Jurnal Penjakora*, 6(2), 92. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i2.19976>
- Ismalasar, R. (2023). Profil Agresivitas Serangan Anggar Pada Atlet Mba Spartans Fencing Club. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 6, 41–46. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/52373%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/52373/42373>
- Istofian, R. S., & Amiq, F. (2016). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) Dalam Permainan Sepakbola Usia 13-14 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 1–9. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/download/912/53>
- KBBI. (2016). *teknik*. KBBI VI Daring. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/teknik>
- Kurniawan, F. (2019b). *Mengenal Olahraga Anggar*.
- Ma'Arif, D. S. (2015). Kontribusi Power Lengan Dan Power Tungkai Terhadap Hasil Serangan Langsung Dalam Cabang Olahraga Anggar Jenis Senjata Degen Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1–6.
- Manzoor, S., Joo, S., Rocha, Y. G., & Kuc, T. (2020). Semantic Knowledge / Technologies in Robot Systems : A Survey. *Preprints, August*, 1–10. <https://doi.org/10.3390/appxx010005>
- Marwa, A., Dan, H., Faruk, M., Futsal, K., Futsal, P., Indonesia, L., & Mataram, V. (2019). *Analisis Akurasi Pasing Pada Pertandingan Gran Final Professional League Indonesia 2019*.
- Meyer, V., Rosnet, E., Guérin, V., Hornus-Dragne, D., Dedieu, P., & Poussel, M. (2017). Fencing: “En garde! Ready! Fence.” *Science and Sports*, 32(3), 169–178. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2017.04.001>
- Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 63. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12805>
- Mubina, M. F., Asmawi, M., & Widyaningsih, H. (2021). The Effect Of Plyometric Training Up And Downstairs And Obstacle Jumping On The Improvement Of Squat Style Long Jump Results For Male Participants In The Dki Jakarta Athletic Club. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(2021, 25–33), 25–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/GJIK.123.04 THE>
- Munawarah, N., Hamid, A., & Warni, H. (2023). Analisis Daya Ledak Otot Lengan Daya Ledak Otot Tungkai Kecepatan Reaksi Dan Ketepatan Serangan Pada Atlet Anggar Kabupaten Balangan. *STABILITAS: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 62–72. <https://doi.org/10.20527/mpj.v4i1.1929>
- Murgu, A. I. (2006). Fencing. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 17(3), 725–736. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2006.05.008>
- Penulisan, P. (2021). *Pedoman Penulisan Kti Upi 2021*.
- Prasetyo, E., Sutisyana, A., Ilahi, B. R., & Defliyanto, D. (2018). Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Smp Negeri 29 Bengkulu Utara. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. <https://doi.org/https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8738>

- Rasyono, R., & Decheline, G. (2019). Pengaruh Variasi Latihan Serangan Terhadap Ketepatan Tusukan Atlet Anggar Provinsi Jambi. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(2), 28–34. <https://doi.org/10.36706/altius.v8i2.8895>
- Rimasa, D., & Sartono, H. (2020). Kontribusi Kelincahan dan Keseimbangan terhadap Hasil Serangan Teknik Ballestra pada Olahraga Anggar Jenis Senjata Sabel. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 12(1), 39–44. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v12i1.24012>
- Rohmah, S., Afifah, N., & Ismalasari, R. (2023). Analisis Tingkat Pemahaman Olahraga Anggar SMK Negeri 1 Jetis Mojokerto. *JPO : Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(1), 36–40.
- Santoso, D. (2021). Program Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri. In *Repository.Radenfatah.Ac.Id*.
- Santoso, N. P. B., Sulistiyono, J., Hutomono, S., & Kuncoro, B. (2022). Kesegaran Jasmani Atlet Pelajar Daerah Cabang Olahraga Anggar Kota Surakarta. *Proficio*, 3(2008), 21–25.
<http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JPF/article/view/2111%0Ahttp://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JPF/article/download/2111/520521435>
- Smith, J. J. (2016). *Foil Fencing: The techniques and tactics of modern foil fencing*. 1–23.
- Sopandi, E. (2013). Korelasi Power Tungkai dan Power Lengan dengan Hasil Seragan pada Olahraga Anggar Putra Jenis Senjata Sabel. In *Universitas Pendidikan Indonesia / repository.upi.edu / perpustakaan.upi.edu*.
- Sorel, A., Plantard, P., Bideau, N., & Pontonnier, C. (2019). Studying fencing lunge accuracy and response time in uncertain conditions with an innovative simulator. *PLoS ONE*, 14(7), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218959>
- Sugiyono, S., & Darnoto, S. (2017). Pengaruh Pelatihan Pencegahan Demam Berdarah Dengue (Dbd) Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa Di Sdn Wirogunan I Kartasura Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 84. <https://doi.org/10.23917/jurkes.v9i2.4594>
- Suherman, B., Haris, I. N., & Risyanto, A. (2018). Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang Pada Pemain Tunas Muda Fc. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*, 4(2), 137.
- Trihendradi, C. (2013). *Step By Step IBM SPSS 21: Analisis Data Statistik*.
- Umar Fitriadi, U. F. (2021). Pengaruh Circuit Training Terhadap Kekuatan Fisik Pada Atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Persisac Semarang. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(3), 375–386. <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i3.108>