

**TINGKAT KEMAMPUAN PANJAT DINDING KATEGORI KECEPATAN
SISWA EKSTRAKURIKULER PANJAT DINDING
SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Ningrum Ismawati
NIM. 11601241029

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

**TINGKAT KEMAMPUAN PANJAT DINDING KATEGORI KECEPATAN
SISWA EKSTRAKURIKULER PANJAT DINDING
SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Ningrum Ismawati
NIM. 11601241029

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta” yang disusun oleh Ningrum Ismawati, NIM. 11601241029 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, ~~20~~ April 2015

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke extending to the left.

Drs. Agus S. Suryobroto, M.Pd
NIP. 19581217 198803 1 001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta” yang disusun oleh Ningrum Ismawati, NIM 11601241029 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 4 Mei 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Agus Sumhendartin S, M.Pd	Ketua Penguji		29 - 5 - 2015
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Sekretaris Penguji		28 - 5 - 2015
Hari Yulianto, M.Kes	Penguji I		22 - 5 - 2015
Dr.M.Hamid Anwar, M.Phil	Penguji II		24 - 5 - 2015

Yogyakarta, Mei 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan




Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S

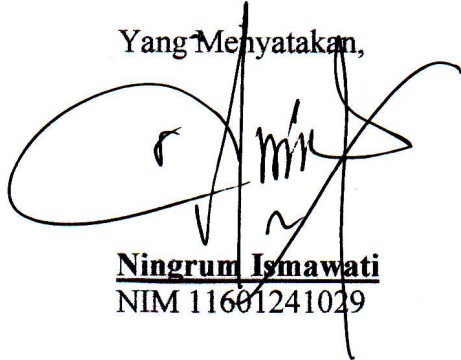
NIP. 19600824 198601 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya nyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim. Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 20 April 2015

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ningrum Ismawati', written over a large, stylized circular flourish.

Ningrum Ismawati
NIM 11601241029

MOTTO

- 1. Keseriusan berbuah prestasi**
- 2. Ilmu didapat dengan belajar**
- 3. Karakter didapat dari pembiasaan**
- 4. Di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat**
- 5. Buatlah orang tua selalu tersenyum dan jangan pernah menyakiti hati orang tua**

PERSEMBAHAN

1. Orang tuaku

Ibuku tersayang **Parniyati**, yang tidak pernah henti mendoakan agar anaknya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini, walaupun jauh namun selalu support untuk anaknya, almarhum ayah tercinta **Wardoyo** yang telah berada di surga semoga dapat tersenyum bangga melihat anaknya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Terimakasih ibu dan ayah, orang tua paling hebat.

2. Kakakku

Farida Isnawati, terimakasih kakak telah memberi support untuk adikmu.

3. Almamaterku Fakultas Ilmu Keolahragaan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta.

**TINGKAT KEMAMPUAN PANJAT DINDING KATEGORI KECEPATAN
SISWA EKSTRAKURIKULER PANJAT DINDING
SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**

Oleh:

Ningrum Ismawati
11601241029

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes panjat dinding buatan Harry Sulistyarto dengan validitas dan reliabilitas sebesar 0,852 dan 0,759. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta dengan jumlah 38 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase yang mengacu pada norma baku penelitian panjat dinding kategori kecepatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keseluruhan tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015 adalah “cukup baik” yaitu sebesar 42,10%. Berdasarkan jenis kelamin siswa putra memiliki presentase sebesar 41,37% atau kategori “cukup baik”, sedangkan pada siswa putri memiliki persentase sebesar 44,44% atau kategori “cukup baik”

Kata kunci: *tingkat kemampuan, panjat dinding kategori kecepatan, siswa ekstrakurikuler*

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta” dapat selesai dengan lancar.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, terutama pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak Drs. Agus Sumhendartin S, M.Pd selaku Pembimbing skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan meluangkan waktu untuk selalu memberikan bimbingan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia olahraga khususnya bagi prodi PJKR.

Yogyakarta, April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PEGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
1. Secara Teoritis	4
2. Secara Praktis	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	6
1. Hakikat Panjat Tebing	6
2. Hakikat Panjat Dinding	7
a. Pengertian Panjat Dinding	7
b. Teknik Pemanjatan Panjat Dinding	8
1) <i>Diagonal Movement</i>	8
2) <i>Pararel Movement</i>	9
3) <i>Frogging</i>	10
4) <i>Body Tension</i>	10
5) <i>Flagging</i>	11
6) <i>Twisting</i>	12
7) <i>Mantling</i>	12
8) <i>Dynamic Movement</i>	13
9) <i>Static Movement</i>	14

3. Hakikat Kemampuan	14
4. Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan	15
5. Panjat Dinding Kategori Kecepatan	16
a. Pemanjatan Kategori Kecepatan	16
b. Teknik Pemanjatan	16
c. Perlengkapan dan Peralatan	17
1) Sepatu	17
2) Tali	17
3) Sabuk Pengaman (<i>Harnes</i>)	18
4) Kantong dan Magnesium Karbonat	18
5) <i>Carabiner</i>	18
6) <i>Hanger</i>	19
7) <i>Runner</i>	19
8) <i>Belayer</i>	19
9) Pegangan	19
10) Pakaian	20
11) Dinding Panjat (<i>Climbing Wall</i>)	20
6. Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	20
7. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)	22
B. Penelitian yang Relevan	23
C. Kerangka berpikir	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	25
C. Subjek Penelitian	26
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	26
1. Instrumen Penelitian	26
2. Teknik Pengumpulan Data	27
E. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Diskripsi Data Penelitian	29
B. Pembahasan	34
1. Frekuensi dan Intensitas Latihan	36
2. Sarana dan Prasarana	36
3. Pengetahuan	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	37
B. Keterbatasan Penelitian	37

C. Implikasi	37
D. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN – LAMPIRAN	43

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Skor Tes Panjat Kecepatan Putra	28
Tabel 2. Kategori Skor Tes Panjat Kecepatan Putri	28
Tabel 3. Data Hasil Penelitian Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	29
Tabel 4. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015	30
Tabel 5. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Putra Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015	32
Tabel 6. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Putri Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Diagonal Movement</i>	9
Gambar 2. <i>Pararel Movement</i>	9
Gambar 3. <i>Frogging</i>	10
Gambar 4. <i>Body Tension</i>	11
Gambar 5. <i>Flagging</i>	11
Gambar 6. <i>Twisting</i>	12
Gambar 7. <i>Mantling</i>	13
Gambar 8. <i>Dynamic Movement</i>	13
Gambar 9. <i>Static Movement</i>	14
Gambar 10. Ilustrasi Teknis Pemanjatan	27
Gambar 11. Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	32
Gambar 12. Kemampuan Panjat Dinding Kategori Siswa Putra Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	34
Gambar 13. Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Putri Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Permohonan izin Penelitian dari Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta	43
Lampiran 2.	Izin Penelitian/Skripsi/Observasi dari Majelis Pendidikan Dasar Menengah	44
Lampiran 3.	Permohonan Izin Penelitian dari Pimpinan Pusat Muhammadiyah Yogyakarta	45
Lampiran 4.	Izin Penelitian dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	46
Lampiran 5.	Surat Keterangan	47
Lampiran 6.	Petunjuk Pelaksanaan Tes	48
Lampiran 7.	Gambar Papan Panjat	50
Lampiran 8.	Hasil Catatan Waktu Siswa Putra.....	51
Lampiran 9.	Hasil Catatan Waktu Siswa Putri	53
Lampiran 10.	Persentase Hasil Belajar Putra	54
Lampiran 11.	Persentase Hasil Belajar Putri	55
Lampiran 12.	Dokumentasi.....	56

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia pendidikan, ada tiga kegiatan proses pembelajaran di sekolah yaitu: intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan ko-kurikuler. Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah diharapkan dapat melahirkan bibit-bibit olahragawan yang nantinya dapat dibina untuk berprestasi di tingkat regional, nasional, maupun internasional.

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, keberhasilan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut tentunya harus didukung oleh beberapa faktor seperti ketersediaan alat dan fasilitas yang memadai, kecakapan guru pembimbing ekstrakurikuler dalam memberikan materi maupun kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta menyelenggarakan berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan meningkatkan kemampuan siswa, diantaranya pencak silat, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), kepramukaan, pecinta alam dan olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga terdiri dari: bolavoli, futsal, panjat dinding. Dari jumlah siswa yang ada di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta, siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat

berjumlah 35 siswa, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) berjumlah 17 siswa, pecinta alam berjumlah 37 siswa, olahraga terdiri dari bolavoli berjumlah 15 siswa, futsal berjumlah 25 siswa, kepramukaan berjumlah 105 siswa, panjat dinding berjumlah 38 siswa.

Dari berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta, panjat dinding kategori kecepatan merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang berjalan cukup baik. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tersebut juga telah menciptakan siswa yang berprestasi, yaitu dua siswa yang mewakili SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta untuk mengikuti Pekan Olahraga Daerah tingkat Provinsi tahun 2013.

Meskipun secara individu telah melahirkan siswa yang berprestasi dalam cabang olahraga panjat dinding kategori kecepatan, namun secara keseluruhan prestasi panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta dinilai kurang maksimal. Selama ini setiap ada pertandingan panjat dinding kategori kecepatan, guru atau pelatih dalam menyeleksi siswa hanya berdasarkan fisik dan sikap siswa saja tidak berdasarkan ketrampilan individu dalam panjat dinding kategori kecepatan. Padahal untuk dapat melakukan pemanjatan kategori kecepatan yang baik dan benar, siswa harus menguasai kemampuan dasar panjat dinding kategori kecepatan yaitu dengan melakukan pemanjatan di dinding panjat di mulai dari

garis *start* sampai garis *finish* dengan menghentikan tombol waktu yang terdapat pada dinding panjat dengan waktu sesingkat mungkin.

Kemampuan dalam melakukan panjat dinding kategori kecepatan mempunyai peranan yang sangat penting hal ini disebabkan karena untuk menjaga kualitas dan mengembangkan prestasi siswa. Selain itu penguasaan kemampuan merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik dan mental.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis memandang perlu untuk mengadakan penelitian mengenai tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Penelitian ini sangatlah penting dilakukan karena dengan adanya penelitian ini, maka dapat dijadikan pedoman atau panduan bagi para pelatih, guru maupun siswa dalam meningkatkan kemampuan panjat dinding kategori kecepatan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Prestasi panjat dinding kategori kecepatan SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta belum maksimal.
2. Sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan belum memadai.

3. Belum diketahuinya tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

C. Batasan Masalah

Karena keterbatasan waktu dan biaya, maka peneliti hanya membatasi penelitian ini pada tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah yang dapat diambil adalah “Seberapa Besar Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoretis

Manfaat dilakukan penelitian ini adalah dapat menambah referensi tentang kegiatan panjat dinding khususnya kategori kecepatan.

2. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk membentuk tim inti panjat dinding kategori kecepatan di sekolah.

b. Bagi Guru

Dapat mengetahui seberapa besar bakat yang dimiliki siswanya. Dapat dijadikan pedoman untuk melatih dan mengevaluasi siswa.

c. Bagi Siswa

Dapat digunakan sebagai masukan yang berharga serta dapat digunakan sebagai motivasi siswa dalam peningkatan prestasi sekolah

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Panjat Tebing

Menurut (Sutejo tahun (2009) pertama kali panjat tebing dikenal di kawasan Eropa, tepatnya di pegunungan Alpen. Tahun 1910, penggunaan alat dalam panjat tebing mulai diperkenalkan meskipun masih terbatas pada *carabiner* dan *piton* yang terbuat dari baja. Dan sejak itulah pendaki dari Austria dan Jerman mulai mengembangkan teknik dan alat-alat baru dalam panjat tebing. Di Inggris sebelum perang dunia meletus, kegiatan panjat sangat dibatasi dalam penggunaan piton dengan alasan merusak lingkungan. Hal itulah yang menyebabkan ketinggalan dari Jerman. Teknik pemanjatan tebing dengan menggunakan tali mulai dikenal tahun 1920.

Tahun 1970, para pemanjat Amerika mulai mengembangkan teknik baru di kawasan Yosemite. Memasuki tahun 1980 panjat tebing mulai terpisah dari induknya (mendaki gunung). Sementara di Indonesia sendiri mulai dikenal tahun 1960 yang dirintis oleh Mapala UI dan Wanadri antaranya; Harry Sulistyarto, Agus Resmonohadi, Heri Hermanu, dan Dedi Hikmat yang mulai latihan di tebing Citatah Jawa Barat. Kantor kementerian Negara Pemuda dan Olahraga bekerja sama dengan Pusat Kebudayaan Perancis (CCP) tahun 1989 mengundang para pemanjat Perancis Bernhault, Jean Baptise Tribout dan Corriene Lebrune serta Jean Harau seorang instruktur teknis panjat tebing. Berdirinya FPTGI

diikrarkan di Tugu Monas 21 April 1988 yang dilakukan sekitar 40-an orang dari berbagai OPA dari Jakarta, Bandung, Padang, Medan, Semarang, Yogyakarta, Surabaya dan Ujung Pandang. Kemudian FPTGI berubah menjadi FPTI (Federasi Panjat Tebing Indonesia). Tahun 1992 diakui sebagai anggota *Union Internationale des Association d Alpinisme* (UIAA) yang mewadahi organisasi panjat tebing dan gunung Internasional. Tahun 1994 FPTI diakui sebagai induk olahraga panjat tebing oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) dan mulai ikut *even* Pekan olahraga Nasional (PON) sejak 1996 dengan menggunakan dinding panjat buatan atau panjat dinding.

2. Hakikat Panjat Dinding

a. Pengertian Panjat Dinding

Panjat Dinding adalah olahraga yang muncul dari olahraga alam bebas yaitu panjat tebing yang diresmikan pada tahun 1996 pada Pekan Olahraga Nasional (PON). Olahraga panjat dinding memiliki kategori yang telah dikembangkan menurut teknik pemanjatannya (Kunto Aji 2010: 22)

Pada olahraga panjat dinding terdapat 3 kategori pemanjatan yaitu (1) kategori *lead*, (2) kategori *boulder*, dan (3) kategori *speed*. Kategori *lead* adalah kategori pemanjatan rintisan atau pemanjat memasang sendiri pengaman pada tiap *ranner* pengait dari suatu jalur pemanjatan. Tinggi papan 15 sampai 20 meter. Kategori *boulder* adalah kategori yang menuntut pemanjat hanya menggunakan matras

sebagai pengaman dalam menyelesaikan jalur, karakter jalur pemanjatan *boulder* relatif sulit. Tinggi papan/dinding *boulder* 5 – 8 m. Kategori *speed*/kecepatan adalah kategori yang menuntut pemanjat harus menyelesaikan suatu jalur dengan waktu yang relatif cepat, karena penilaian terhadap kategori kecepatan adalah waktu yang diperoleh pemanjat dalam menyelesaikan suatu jalur. Tingkat kesulitan pada jalur kecepatan biasanya menggunakan jalur tangga/*classic* (Harry Sulistyarto 1999: 23) .

b. Teknik Pemanjatan Panjat Dinding

Menurut Arif Yudanto (2011: 7) teknik pada olahraga panjat dinding secara keseluruhan memiliki klasifikasi sebagai berikut:

1) *Diagonal Movement*

Diagonal movement adalah teknik gerakan yang paling mendasar bila tangan kanan sebagai pegangan dan kaki kiri sebagai tumpuan begitu sebaliknya sehingga secara otomatis gerakan yang ada akan seimbang dengan sendirinya dan lebih ringan untuk membawa beban badan untuk menambah ketinggian/memanjat.



Gambar 1. *Diagonal Movement*
Sumber: Arif (2011)

2) *Paralel Movement*

Paralel movement adalah teknik 3 tumpuan 1 mencari, maksudnya disini salah satu dari kaki atau tangan mencari pijakan atau pegangan sehingga ketiga yang lainnya berada pada *hand hold* atau *point*, sehingga 3 tumpuan yang ada sebagai penopang berat badan.



Gambar 2. *Paralel Movement*
Sumber: Arif (2011)

3) *Frogging*

Pada dasarnya gerakan sama dengan *parallel movement* perbedaannya hanya pada pijakannya saja, pada teknik *frog* (katak) usahakan posisi pijakan sejajar *horizontal* antara kaki kiri dan kaki kanan.



Gambar 3. *Frogging*
Sumber: Arif (2011)

4) *Body Tension*

Pada teknik ini berlawanan dengan teknik *diagonal movement*, bila tangan kiri sebagai pegangan maka kaki kiri juga sebagai pijakannya sehingga kaki kanan harus pandai menempatkannya untuk mencari keseimbangannya agar lebih mudah untuk melakukan gerakan selanjutnya.



Gambar 4. *Body Tension*
Sumber: Arif (2011)

5) *Flagging*

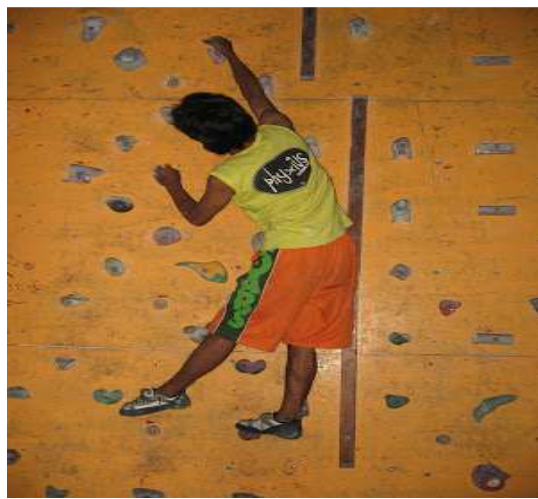
Pada teknik ini sama dengan teknik *body tension* perbedaannya ada pada kaki yang bebas untuk mencari keseimbangannya kaki tersebut bisa kita letakkan dibagian dalam kaki yang menumpu atau menjauh dari kaki yang menumpu.



Gambar 5. *Flagging*
Sumber: Arif (2011)

6) *Twisting*

Pada teknik ini mempunyai pengertian memutar kaki sedemikian rupa sehingga dapat memperpanjang jangkauan secara otomatis dalam hal ini baik teknik *diagonal movement* maupun *body tension* apabila ada gerakan putaran pada kaki yang menumpu bisa disebut dengan teknik ini.



Gambar 6. *Twisting*
Sumber: Arif (2011)

7) *Mantling*

Teknik ini hanya bisa dilakukan pada pemanjatan tebing *adventure* karena pada teknik gerakan ini bila kita menemukan teras pada tebing dengan dua tangan sebagai pegangan kemudian kaki ditempatkan pada tumpuan tangan tersebut satu titik tiga tumpuan.



Gambar 7. Mantling
Sumber: Arif (2011)

8) *Dynamic Movement*

Teknik ini mempunyai pengertian mengayunkan tubuh untuk menjangkau *hand hold* selanjutnya, antara dorongan kaki dan tarikan tangan menjadi *moment* yang paling penting karena 2 tumpuan tersebut sangat memegang peranan.



Gambar 8. *Dynamic Movement*
Sumber : Arif (2011)

9) *Static Movement*

Teknik ini kebalikan dari teknik *dynamic* di atas teknik ini dilakukan karena *hand hold/point* yang menjadi pegangan maupun tumpuan sangat minim atau ekstrim sehingga gerakan yang dilakukan harus hati – hati, sehingga gerakannya terlihat pelan tapi pasti untuk menambah ketinggian.



Gambar 9: *Static Movement*
Sumber : Arif (2011)

3. Hakikat Kemampuan

Kemampuan berasal dari kata mampu yang berarti kuasa (bisa, sanggup) melakukan sesuatu, sedangkan kemampuan berarti kesanggupan, kecakapan, kekuatan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1989: 552). Menurut Mohammda Zain dalam Milman Yusdi (2010: 10) mengartikan bahwa kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan kita berusaha dengan diri sendiri. Sedangkan Anggiat M.Sinaga dan Sri Hadiati (2001: 34) mendefinisikan kemampuan

sebagai suatu dasar seseorang yang dengan sendirinya berkaitan dengan pelaksanaan pekerjaan secara efektif atau sangat berhasil.

Sementara itu, Robbin (2007: 57) kemampuan berarti kapasitas seseorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan, lebih lanjut Robbin menyatakan bahwa kemampuan (*ability*) adalah sebuah penilaian terkini atas apa yang dapat dilakukan seseorang.

Kemampuan adalah kapasitas seorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan. Kemampuan adalah sebuah penilaian terkini atas apa yang dapat dilakukan seseorang (Depdikbud, 1999: 623). Kemampuan (*abilities*) seseorang akan turut serta menentukan perilaku dan hasilnya. Kemampuan yang dimaksud adalah bakat yang melekat pada seseorang untuk melakukan suatu kegiatan secara psikis atau mental yang ia peroleh sejak lahir, belajar, dan dari pengalaman Soehardi (2003: 24).

Dari pengertian-pengertian berikut dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah kesanggupan atau kecakapan seorang individu dalam menguasai suatu keahlian dan digunakan untuk mengerjakan beragam tugas dalam suatu pekerjaan.

4. Kemampuan Panjat dinding Kategori Kecepatan

Taufik Hidayat (2013: 55) berpendapat bahwa dalam panjat dinding kategori kecepatan harus mempunyai kemampuan atau kemampuan yang baik. Kemampuan yang dimaksud adalah

kemampuan untuk memanjat dinding secara tepat dan secepat mungkin, pada panjat dinding kategori kecepatan yang dinilai adalah kecepatan dalam menyelesaikan jalur dan yang diambil adalah catatan waktu yang diperoleh oleh pemanjat.

5. Panjat Dinding Kategori Kecepatan

Menurut Peraturan FPTI 2010, terkhusus panjat dinding kategori kecepatan menggunakan peraturan sebagai berikut:

a. Pemanjatan Kategori Kecepatan

Top rope adalah pemanjatan menggunakan tali dinamis yang telah dikaitkan dipuncak dinding. Pada tali dinamis tersebut terdapat 2 sumbu, 1 sumbu untuk *belayer* dan 1 sumbu untuk pemanjat.

b. Teknik Pemanjatan

Posisi *Start*, menggunakan garis *start* yang di tempel pada papan sebagai tanda pembatas tangan tidak diperkenankan melebihi batas.

Posisi tolakan, setelah mendengarkan aba-aba 'yak' tolakan kaki dan tangan harus sesuai dengan tanda dimulainya pemanjatan, jika tidak maka pemanjatan dinyatakan mengulang.

Posisi *Finish*, pada saat akan menyentuh tombol pemberhentian waktu/*timer* tangan kanan/kiri harus menepuk secara jelas sampai waktu berhenti.

c. Perlengkapan dan peralatan.

1) Sepatu

Sepatu pemanjat dinding kategori kecepatan mempunyai ciri-ciri khusus. Bagian tapak seluruhnya terbuat dari karet yang cukup keras yang berfungsi sebagai tumpuan gesekan yang maksimal. Bagian ujung sepatu yang dibuat tebal dan kaku dipergunakan untuk menumpu badan sipemanjat pada pijakan yang sangat tipis. Sepatu pemanjat dinding yang baik haruslah seringan mungkin dan mempunyai daya gesek yang tinggi pada permukaan batu dinding. Berbagai macam tipe sepatu, untuk itu seorang pemanjat harus memilih sepatu yang cocok dengan kaki dan enak dipakai. Meskipun demikian sepatu tidak mutlak dipergunakan untuk saat ini tetapi sepatu akan dituntut kelengkapan untuk memanjat yang sebaiknya dipergunakan oleh sipemanjat.

2) Tali

Fungsi utama tali adalah melindungi pemanjat dari kemungkinan terjatuh, agar jangan sampai menyentuh tanah. Tali bukan untuk memanjat atau pegangan, tetapi untuk pengaman yang diikatkan pada *harnes* yang telah dipasang ditubuh pemanjat dan ujung tali yang satunya dipakai oleh orang yang mengontrol dari bawah. Untuk memanjat biasanya dipakai tali *karnmantel* yang berdiameter 9 mm, dengan panjang 45 m, 50 m, 100 m. Tali yang baik harus sudah memenuhi standar.

3) Sabuk pengaman (*Harnes*)

Harnes adalah kelengkapan pemanjat yang harus ada, karena harnes adalah tempat menyimpulkan tali atau mengaitkan *carabiner* yang dipakai oleh pemanjat maupun pengontrol pemanjat dari bawah.

4) Kantong dan *magnesium karbonat*

Magnesium karbonat ini sangat mendukung pemanjatan. Ketika telapak tangan berkeringat, tepung yang dilumurkan pada telapak tangan akan meyerap keringat sehingga batu yang dipegang tetap kering dan tidak licin. Tepung ini selalu dibawa dalam kantong khusus yang dilingkarkan kepingang. Kantong ini dibuat sedemikian rupa dengan bentuk yang unik. Kantong dengan pasangannya kapur *magnesium karbonat*.

5) *Carabiner*

Carabiner adalah bagian yang penting dalam sistem pengaman panjat dinding. *Carabiner* biasanya juga disebut *krab* dan *snapping*. Jenisnya bermacam-macam, kekuatan alat ini tergantung dari jenisnya. Biasanya kekuatan alat ini berkisar antara 1000 kg sampai 5000 kg. *Carabiner* terbagi dua yaitu: *Screwgate carabiner* atau *carabiner* terkunci dan *non screwgate* atau *carabiner* tanpa kunci. Bahan utama adalah *aluminium alloy* atau *chrome molybdenum* yang memiliki bobot ringan tetapi berkekuatan

besar. *Carabiner aluminium* atau *chrome molydenum* rata-rata beratnya hanya 2 (dua) ons.

6) **Hanger**

Hanger atau baut dinding adalah bagian dari suatu pemanjatan yang lengkap. *Hanger* yang baik selain kuat dapat melindungi cincin kait dari goresan atau gesekan pada waktu cincin kait terpasang pada *hanger*. *Hanger* yang telah terpasang pada dinding panjat kategori kecepatan terdapat dipuncak dinding, sehingga hanya terdapat 1 titik.

7) **Runner**

Runner adalah tempat tumpuan tali pengaman pada dinding panjat. Setelah *hanger* dipasang di puncak dinding, maka pembuat jalur menempatkan *runner* pada *hanger* yang telah terpasang. *Runner* terdiri dari dua *carabiner* yang dihubungkan oleh *webing* atau *sling* kemudian digantung ke *hanger*.

8) **Belayer**

Pada pemanjatan dinding kategori kecepatan terdapat *belayer* atau orang yang mengontrol tali dari bawah. Untuk kategori kecepatan *belayer* ada 2 orang. Kecepatan *belayer* pada saat menarik tali tergantung kecepatan sipemanjat.

9) **Pegangan**

Pegangan atau *handgrip* pada kategori kecepatan menggunakan *handgrip poket*. *Handgrip pocket* adalah batu buatan

dengan karakter cekung. Secara keseluruhan suatu jalur *speed/kecepatan* menggunakan *handgrip pocket* dengan jalur tangga.

10) Pakaian

Seluruh peralatan panjat dibuat seringan mungkin untuk mengurangi beban tubuh. Untuk pakaian yang dipakai saat memanjat baik itu didinding buatan maupun dinding alam, sebaiknya yang tipis dan ringan serta tidak mengganggu aktivitas gerak tubuh untuk beranjak naik sampai ke puncak dinding. Pada umumnya pemanjat dinding memakai pakaian baju kaos dan celana *second skin*.

11) Dinding panjat (*Climbing Wall*)

Dinding panjat kategori kecepatan telah ditetapkan oleh Federasi panjat Dinding Indonesia (FPTI) 15 meter tingginya dan lebarnya 2,4 meter. Sedangkan papannya terbuat dari multipleks dengan rangka besi siku dan lebar dinding boleh lebih dari satu papan.

6. Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Dalam Depdiknas (2004, dalam Tri Ani Hastuti, 2008: 63) bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, berupa kegiatan pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler.

Berdasarkan SK Dirjen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992 yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia sesungguhnya. Dari pernyataan di atas jelas bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam kurikuler bertujuan untuk pengayaan dan perbaikan sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah.

Ekstrakurikuler panjat dinding adalah kegiatan yang diselenggarakan sekolah untuk menambah dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat dan kemampuan dalam panjat dinding. SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta menyelenggarakan banyak kegiatan ekstrakurikuler olahraga seperti panjat dinding, futsal, bolavoli, basket untuk putra dan putri. Untuk kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta sendiri diikuti oleh siswa kelas X dan XI dengan jumlah siswa mencapai 38 siswa. Kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding ini diampu oleh pelatih yaitu Agung Bastiawan. Selain itu guru penjas Drs. Supardi juga turut membantu sebagai pengawas kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di arena panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta setiap hari Senin pukul 15.00 wib – selesai dan dilakukan presensi daftar hadir setiap pelaksanaan kegiatan.

Prestasi panjat dinding siswa Muhammadiyah 2 Yogyakarta tidak terlalu membanggakan. Dalam setiap kejuaraan yang diikuti sekolah ini belum pernah mengangkat piala. Untuk prestasi terbaiknya yaitu sebagai juara ketiga dalam PORPROV Yogyakarta tahun 2013.

7. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Harold Albert dalam Husdarta dan Yudha (2000: 57) menyatakan bahwa periode masa remaja didefinisikan sebagai suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang semenjak berakhirnya masa kanak-kanak sampai datangnya awal masa dewasa yakni rentang usia 11-13 tahun sampai 18-20 tahun. Menurut Husdarta dan Yudha (2000: 57), bahwa masa remaja awal antara usia 11-13 tahun sampai usia 14-16 tahun, dan remaja akhir antara usia 14-16 tahun sampai usia 18-20 tahun. Oleh karena itu, siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) digolongkan sebagai remaja akhir karena pada umumnya siswa Sekolah Menengah Atas memiliki usia rata-rata 16-20 tahun.

Masa remaja adalah masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak banyak mengalami perubahan pada fisik dan psikis. Menurut Abin Syamsudin dalam Husdarta dan Yudha (2000: 59), profil perilaku dan pribadi remaja akhir Siswa Menengah Atas (SMA) meliputi:

a. Fisik dan Perilaku Motorik, antara lain:

- 1) Laju perkembangan secara umum sangat lambat.
- 2) Proporsi ukuran dan berat badan seimbang.
- 3) Siap berfungsinya organ-organ reproduktif seperti pada orang dewasa.
- 4) Gerak-geriknya mulai mantap.
- 5) Jenis dan cabang permainan lebih selektif dan terbatas pada kemampuan yang menunjang pada persiapan kerja.

b. Bahasa dan Perilaku Kognitif, antara lain:

- 1) Lebih memantapkan diri pada bahasa asing tertentu yang dipilihnya.
- 2) Menggemari literatur yang mengandung nilai-nilai filosofis, etis dan religius.
- 3) Lebih bersifat rasionalisme dan idealisme.
- 4) Mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal diikuti kemampuan membuat generalisasi.
- 5) Kecenderungan bakat mencapai titik puncak.

c. Perilaku Sosial Moralitas dan Religius, antara lain:

- 1) Bergaul dengan jumlah teman yang terbatas dan selektif.
- 2) Ketergantungan dengan teman sebaya lebih fleksibel, kecuali dengan teman dekat pilihannya.
- 3) Mulai menjaga jarak kebebasannya dengan orang tuanya
- 4) Keberadaan Tuhan semakin dipahami dan dihayati.
- 5) Perlakuan sehari-hari dilakukan atas kesadarannya sendiri.
- 6) Mulai menemukan pegangan hidup yang pasti.

d. Perilaku Afektif, Konatif, dan Kepribadian, antara lain:

- 1) Menentukan arah pada pola dasar kepribadiannya.
- 2) Emosional mulai terkendali.
- 3) Kecenderungan minat pendidikan dan karir sudah nampak.
- 4) Mulai memperlihatkan identitas dirinya yang sebenarnya.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa pada masa remaja mengalami perkembangan fisik dan psikis secara cepat. Hal ini dapat dilihat dari aspek fisik, psikis, sosial, perkembangan motorik, afektif dan kognitif. Pada masa remaja adalah masa kritis dimana individu dalam proses pencarian identitas, maka dari itu pada masa remaja perlu adanya pendampingan dan pelatihan serta pembinaan yang baik.

B. Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dalam mempersiapkan penelitian ini maka peneliti mencari bahan acuan yang relevan dalam mendukung penelitian yang peneliti lakukan. Namun peneliti menemukan hasil penelitian yang serupa dengan memuat komponen-komponen yang diteliti dalam penelitian ini. Dari beberapa penelitian tersebut khususnya tentang panjat dinding peneliti/ penulis menemukan penelitian yang mengkaji tentang Penelitian oleh

1. Anggid Idham (2014) dengan judul "Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa SMA Pecinta Alam Semarang. Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA pecinta alam di kota Semarang. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survai dan instrumen yang digunakan adalah dengan tes kemampuan memanjat dinding panjat kategori kecepatan menggunakan pedoman buatan Harry Sulistyarto. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebesar (67,71%) berkategori "cukup baik".
2. Aris Yudanto (2012) dengan judul "Tingkat Kemampuan Panjat Dinding *Speed* Siswa SMA 1 Muhammadiyah Surakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan panjat dinding *speed* siswa SMA 1 Muhammadiyah Surakarta. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan instrumen yang digunakan adalah dengan tes kemampuan memanjat panjat dinding jalur tangga menggunakan pedoman peraturan FPTI tahun 2010. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebesar (54,22%) berkategori "baik".

C. Kerangka Berpikir

SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta mempunyai prestasi yang kurang membanggakan dalam bidang olahraga khususnya olahraga panjat dinding kategori kecepatan. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya kegagalan dalam mengikuti kejuaran-kejuaran yang diikuti sekolah ini, padahal sekolah ini

memiliki dinding panjat pribadi. Selain itu sarana dan prasarana yang cukup lengkap. Kegagalan tim panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor tersebut adalah tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan yang dimiliki oleh para siswa tersebut.

Penelitian ini membahas tentang tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Tes kemampuan panjat dinding diukur dengan menggunakan tes kemampuan kecepatan dengan memanjat dinding. Tes kemampuan ini akan menjadi patokan kemampuan para siswa siswi yang mengikuti ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan, sehingga dapat digunakan untuk pedoman guru dan pelatih.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei. Menurut Suharsimi Arikunto (1996: 24) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian nonhipotesis, sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis. Penelitian ini memfokuskan pada tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Subjek yang akan diteliti adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan peserta ekstrakurikuler panjat dinding siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Dalam penelitian ini, yang dimaksud dengan tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan adalah tingkat kecepatan dan kecakapan yang dimiliki seseorang dalam memanjat dinding kategori kecepatan sesuai dengan ketentuan yang ada dalam panjat dinding kategori kecepatan yang diukur melalui tes kemampuan menurut Harry Sulistyarto bentuk penilaian kemampuan dalam panjat dinding kategori kecepatan yaitu nilai yang diperoleh berdasarkan hasil kecepatan memanjat.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini siswa putra-putri SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding berjumlah 38 siswa terdiri atas 29 siswa putra dan 9 siswa putri.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data

1. Instrumen Penelitian

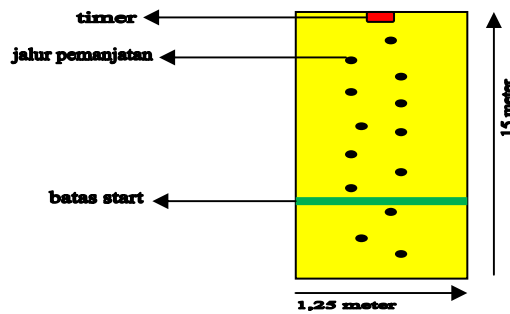
Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 14), instrumen penelitian adalah alat dan fasilitas yang digunakan pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode. Manfaat dari instrumen penelitian ini mempermudah pekerjaan peneliti dalam mengumpulkan data dan hasilnya pun lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah.

Adapun tes yang akan digunakan untuk mengukur kemampuan panjat dinding kategori kecepatan adalah tes yang dibuat oleh Harry Sulistyarto yaitu tes pemanjatan menggunakan alat ukur yang meliputi:

- a. Dinding panjat (*wall climbing*) setinggi 15 meter.
- b. *Stopwatch*, pluit
- c. Alat tulis mencatat waktu pemanjatan

Menurut Harry Sulistyaro (1999: 30), bentuk penilaian dalam panjat dinding kategori kecepatan yaitu nilai yang diperoleh berdasarkan hasil kecepatan memanjat. Bentuk tes pemanjatan kategori kecepatan memiliki validitas dan reliabilitas sebesar 0,852 dan 0,759.

Berikut ilustrasi gambar teknis pemanjatan panjat dinding kategori kecepatan menurut peraturan FPTI (2010 :26)



Gambar 10. Ilustrasi Teknis Pemanjatan
Sumber: FPTI (2010:26)

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan berupa tes kemampuan memanjat dinding kategori kecepatan yang berpedoman pada tes yang dibuat oleh Harry Sulistyarto pada tahun 1999. Teknik atau cara pengambilan data penelitian dilakukan pada proses kegiatan ekstrakurikuler. Setiap siswa melakukan pemanjatan sebanyak 2 kali, dengan cara berurutan untuk memperoleh catatan waktu terbaik.

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif.

Pengelolaan data dilakukan setelah data hasil penelitian diperoleh. Analisis data tentang tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan

siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta sesuai dengan nilai baku yang telah ditetapkan menurut Jim Stiehl yaitu sebagai berikut:

Kategori skor kelas panjat dinding kecepatan menurut Jim Stiehl (2009:30) dalam buku “Climbing Walls”.

Tabel 1. Kategori Skor Tes Panjat Kecepatan Putra

Butir tes	Sangat Baik	Baik	Cukup Baik	Kurang	Sangat Kurang	Untuk
Panjat Kecepatan	<12	12,1-14	14,1-16	16,1-18	>18	Putra

Tabel 2. Kategori Skor Tes Panjat Kecepatan Putri

Butir tes	Sangat Baik	Baik	Cukup Baik	Kurang	Sangat Kurang	Untuk
Panjat Kecepatan	<14	14,1-16	16,1-18	18,1-20	>20	Putri

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan peserta ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Norma Penilaian Kemampuan Panjat dinding Kategori Kecepatan dari Jim Stiehl..

Adapun teknik perhitungannya menggunakan persentasi. Untuk memberi makna pada skor yang ada, dibuat bentuk kategori atau kelompok menurut tingkat yang ada. Terdiri dari lima kategori, yaitu: baik sekali, baik, cukup baik, kurang, sangat kurang.

Perhitungan hasil penelitian menunjukkan kategori tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa peserta ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 3. Data Hasil Penelitian Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

No.	Siswa	Mean	Waktu Tercepat	Waktu Terlama
1.	Laki-laki	14,54	11,11	17,91
2.	Perempuan	16,91	14,15	19,87

Setelah data penelitian disajikan dalam tabel distribusi frekuensi berdasarkan mean, waktu tercepat dan waktu terlama selanjutnya adalah diskripsi tentang hasil penelitian berdasarkan persentase dan frekuensi. Tingkat Kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015 dapat terlihat pada tabel berikut ini :

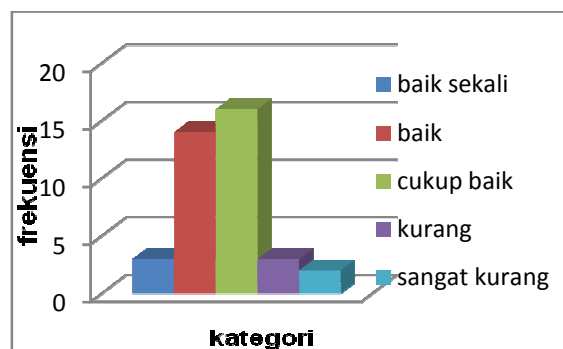
Tabel 4. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali	3	7,89%
2	Baik	14	36,84%
3	Cukup Baik	16	42,10%
4	Kurang	3	7,89%
5	Sangat Kurang	2	5,26%
Jumlah		38	100.00%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan tingkat kemampuan siswa ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 3 siswa (7,89%) mempunyai kategori “ baik sekali”, 14 siswa (36,84%) mempunyai kategori “baik”, 16 siswa (42,10%) mempunyai kategori “cukup baik”, 3 siswa (7,89%) mempunyai kategori “kurang”, serta 2 siswa (5,26%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik ”, yakni 16 siswa (42,10%) sehingga

dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015 dengan menggunakan tes kecepatan memanjat adalah “cukup baik” .

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak pada gambar berikut ini:



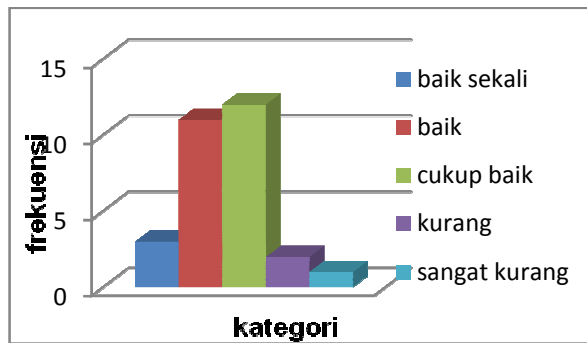
Gambar 11. Kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

- a. Keadaan tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah jika berdasarkan pada jenis kelamin putra terlihat pada tabel berikut ini :

Tabel 5. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Putra Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015

No	Kategori	Catatan Waktu (detik)	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	<12	3	10,34%
2	Baik	12,1-14	11	37,93%
3	Cukup Baik	14,1-16	12	41,37%
4	Kurang	16,1-18	2	6,89%
5	Sangat Kurang	>18	1	3,44%
Jumlah			29	100.00%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putra ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 3 siswa (10,34%) mempunyai kategori “sangat baik”, 11 siswa (37,93%) mempunyai kategori “baik”, 12 siswa (41,37%) mempunyai kategori “cukup baik”, 2 siswa (6,89%) mempunyai kategori “kurang”, serta 1 siswa (3,44%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori kurang, yakni 12 siswa (41,37%). Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak pada gambar berikut ini:



Gambar 12. Kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putra ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

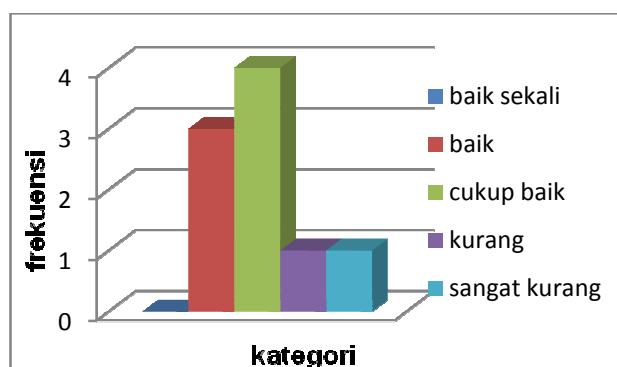
- b. Keadaan tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015 jika berdasarkan pada jenis kelamin putri terlihat pada tabel berikut ini :

Tabel 6. Data Frekuensi Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Putri Ekstrakurikuler SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015

No	Kategori	Catatan Waktu (detik)	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	<14	0	00,00%
2	Baik	14,1-16	3	33,33%
3	Cukup Baik	16,1-18	4	44,44%
4	Kurang	18,1-20	1	11,11%
5	Sangat Kurang	>20	1	11,11%
Jumlah			9	100.00%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putri ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 0 siswa (00,00%) mempunyai kategori “sangat baik”, 3 siswa (33,33%) mempunyai kategori “baik”, 4 siswa (44,44%) mempunyai kategori “cukup baik”, 1 siswa (11,11%) mempunyai kategori “kurang”, serta 1 siswa (11,11%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik” yaitu dengan frekuensi 4 siswa dan presentase 44,44%..

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak pada gambar berikut ini:



Gambar 13. Kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putri ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

B. Pembahasan

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat kemampuan siswa ekstrakurikuler panjat dinding kategori kecepatan SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 3 siswa (7,89%) mempunyai kategori “sangat

baik”, 14 siswa (36,84%) mempunyai kategori “baik”, 16 siswa (42,10%) mempunyai kategori “cukup baik”, 3 siswa (7,89%) mempunyai kategori “kurang”, serta 2 siswa (5,26%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik”, yakni 16 siswa (42,10%) sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015 dengan menggunakan tes kecepatan memanjat adalah “cukup baik”.

Kemudian setelah diteliti dengan memisahkan menjadi menurut jenis kelamin siswa putra ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 3 siswa (10,34%) mempunyai kategori “sangat baik”, 11 siswa (37,93%) mempunyai kategori “baik”, 12 siswa (41,37%) mempunyai kategori “cukup baik”, 2 siswa (6,89%) mempunyai kategori baik sekali, serta 1 siswa (3,46%) mempunyai kategori “sangat kurang”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “cukup baik”, yakni 12 siswa (41,37%) sehingga dapat disimpulkan tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putra adalah cukup baik. Sedangkan pada siswa putri dijelaskan bahwa status tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa putri ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015, adalah sebanyak 0 siswa (00,00%) mempunyai kategori “sangat baik”, 3 siswa (33,33%) mempunyai kategori “baik”, 4 siswa (44,44%) mempunyai kategori baik, 1 siswa (11,11%) mempunyai kategori “kurang”, serta 1 siswa (11,11%)

mempunyai kategori ‘sangat kurang’. Frekuensi terbanyak pada kategori “cukup baik” yaitu 4 siswa dengan presentase (44,44%). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan panjat dinding kategori kecepatan masih belum optimal, hal ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1. Frekuensi dan Intensitas Latihan

Frekuensi latihan yang kurang lebih hanya seminggu dua kali masih kurang untuk meningkatkan kemampuan panjat dinding kategori kecepatan. Hal ini dikarenakan dalam latihan tentu ada program-program dari pelatih atau guru yang lebih menekankan pada teknik maupun strategi dalam pemanjatan tanpa melihat kemampuan siswa.

2. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana latihan yang kurang mendukung berpengaruh dalam proses latihan guna meningkatkan kemampuan panjat dinding kategori kecepatan. Sarana dan prasarana yang ada di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta sudah cukup lengkap, hanya saja belum ada pengurus yang menjaga papan panjat dinding saat hujan sehingga lebih awat dan tidak mudah rapuh.

3. Pengetahuan

Minimnya pengetahuan siswa akan pentingnya pengetahuan tentang kemampuan panjat dinding kategori kecepatan bagi dirinya sendiri. Kondisi siswa yang melakukan tes pemanjatan ada sebagian yang mengalami menstruasi sehingga menjadi alasan untuk mengikuti tes dengan kurang maksimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: “Tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan panjat dinding kategori kecepatan pada tahun ajaran 2014/2015 berkategori “cukup baik”.

B. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini berhasil mengungkap Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta, bukan berarti bahwa hasil penelitian ini tanpa ada kelemahan, kelemahan yang mungkin dapat dikemukakan antara lain:

1. Peneliti tidak mengontrol kondisi fisik dan psikis siswa terlebih dahulu apakah peserta dalam keadaan fisik yang baik atau tidak saat melakukan tes.
2. Siswa ekstrakurikuler panjat dinding tidak mutlak pemanjat kategori kecepatan, hanya terprogram dengan latihan kategori kecepatan.

C. Implikasi

Implikasi peneliti ini adalah dengan diketahuinya kategori tingkat kemampuan panjat dinding kategori kecepatan, maka pihak sekolah melalui pembinaan ekstrakurikuler panjat dinding dapat menganalisis dan

menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar evaluasi untuk perbaikan kualitas kemampuan panjat dinding kategori kecepatan siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta di kemudian hari.

D. Saran

Dari hasil penelitian ini, peneliti mengemukakan beberapa saran diantaranya:

1. Perlu diperbaiki kegiatan ekstrakurikuler panjat dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta untuk menampung para siswa yang memiliki potensi cabang olahraga panjat dinding kategori kecepatan.
2. Perlu adanya pembinaan khusus untuk meningkatkan kemampuan panjat dinding kategori kecepatan.
3. Perlu adanya sarana dan prasarana yang memadai untuk dapat bisa melakukan latihan dengan baik dan teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan. (2012). *Penelitian Panjat Dinding*. Victory Inti Cipta
- Anggid Idam. (2014). *Hubungan Panjat Dinding Dilihat Dari Segi Anatomical Fitness dan Physiological Fitness Dengan Kecepatan Pemanjatan Di UKM Pamor*. Jakarta : Universitas Pendidikan Indonesia
- Adam Husein. (2013). *Tingkat Keterampilan Speed SMA 2 Bandung*. Emas Jaya
- Aris. (2011). *Teknik Panjat Dinding*. Bandung: PT. Sindu Jaya
- Dedi Kurniawan.(2009). *Training Climbing Speed*. Jakarta: PT. Karya Tunggal
- Depdikbud. (1999). *Pusat Kebugaran Jasmani dan Rekreasi*. Jakarta: Depdikbud.
- FPTI. (1992). *Trans Media Prestasi dan Petualangan*. Buletin nomor: 01-017, FPTI, Jakarta
- Harry Sulistyarto. (1999). *Keterampilan Memanjat Dinding dalam Kelas Keterampilan Memanjat Dinding*. Bandung: PT. Remaja Roska Karya
- Jim Stiehl. (2009). *Climbing Walls*, Canada. Illinois : Human Kinetics
- John Disley. (1977). *Tackle Climbing*, London : Derek Mayes
- Kunto Aji. (2010). *Keterampilan Olahraga Panjat Dinding Speed Klasik*. Jakarta: PT. Simar
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta
- Milman Yusdi. (2010). *Penilaian Prestasi Kerja*. Jakarta: Balai Pustaka
- M.Sinaga Anggiat dan Sri Hadiati, (2001). *Pemberdayaan Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Lembaga Administrasi Nrgara Republik Indonesia.
- Pataga. (2001). *Glasian Nasional XII Panjat Tebing di Jawa Timur.*, Diktat, Surabaya.
- Robbin. (2007). *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar
- Sutejo. (2011). *Panjat Dinding Speed Indonesia*. Bandung: PT.Kaifa
- Soehardi.(2003). *Esensi Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Gramedia Pustaka Utama

- Soekarman. (1985). *Dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih dan Atlet*. Bandung : Tarsito
- Suharsimi Arikunto. (1989). *Penilaian Program Pendidikan*. Jakarta: PT. Bina Aksara
- Wanadri. (1986). *Diktat Pendidikan Dasar Wanadri*. Bandung: Badan Pendidikan dan latihan Perhimpunan Pemenuh Rimba dan Pendaki Gunung
- Wintoro. (2007). *Problem-Based Introductory Science Climbing Across Disciplines*. Tunggal Makmur
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Yuliandry. (2014). *Climbing Competation Speed Classic*. Bandung: PT.Anugrah

Lampiran 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 054/UN.34.16/PP/2015 04 Februari 2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Yth : Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta
Jl. Sultan Agung no.14 Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Ningrum Ismawati
NIM : 11601241029
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d Maret 2015
Tempat/obyek : SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakuikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,




Rumpis Agus Sudarko, M.S.
09600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta
2. Kaprodi PJKR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA**
Jalan Sultan Agung 14, Telepon (0274)375917, Faks. (0274) 411947, Yogyakarta 55151
e-mail: dikdasmendm_yk@yahoo.com

IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI

No. : 142/REK/III.4/F/2015

Setelah membaca surat dari : **Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.**
No. : 054/UN.34.16/PP/2015 Tgl. : 4 Februari 2015
Perihal : **Surat Izin Penelitian**

dan berdasar Putusan Sidang Majelis Dikdasmen PDM Kota Yogyakarta, hari **Senin tanggal 11 Jumadil Awwal 1436 H**, bertepatan tanggal **2 Maret 2015 M** yang salah satu agenda sidangnya membahas pemberian penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan izin kepada:

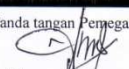
Nama Terang : **NINGRUM ISMAWATI** NIM. **11601241029**
Pekerjaan : Mahasiswa pada **prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta**
alamat **Jl. Colombo No.1 Yogyakarta**
Pembimbing : **Agus Sumherdatin, M.Pd**

untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi :
Judul : **TINGKAT KETRAMPILAN PANJAT DINDING KATEGORI KECEPATAN SISWA EKSTRAKURIKULER PANJAT DINDING SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**



Lokasi : **SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta.**
dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.
3. Wajib **memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi dalam bentuk CD** kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila di-perlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

MASA BERLAKU 2 (DUA) BULAN :
03-03-2015 sampai dengan 03-05-2015

Tanda tangan Pemegang Izin,

Ningrum Ismawati

Yogyakarta, 03 Maret 2015

Ketua,  Sekretaris, 

Tembusan:
1. PDM Kota Yogyakarta.
2. Dekan FIK UNY
3. Kepala SMA Muh. 2 Yk.



Lampiran 3



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 054/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

04 Februari 2015

Yth : Pimpinan Pusat Muhammadiyah
Jl. Cik Ditiro No. 23 Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Ningrum Ismawati
NIM : 11601241029
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d 28 Maret 2015
Tempat/obyek : SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kaprodi PJKR
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 4



PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

Kantor Yogyakarta
Jln. Cik Ditiro 23 Yogyakarta 55225
Telp. (0274) 553132
Faks. (0274) 553137

Kantor Jakarta
Jln. Menteng Raya 62 Jakarta 10340
Telp. (021) 3903021
Faks. (021) 3903024

Website : www.muhammadiyah.or.id

E-mail : pp_muhammadiyah@yahoo.com

Nomor : 54/I.0/A/2015
Lamp : -
Hal : Ijin Penelitian

Yogyakarta, 20 Rabiul Akhir 1436 H
10 Februari 2015 M

Kepada Yth. :
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
di Yogyakarta

Assalaamu` Alaikum wr. wb


Memperhatikan surat Saudara nomor 054/UN.34.16/PP/2015 tanggal 4 Februari 2015 perihal Permohonan Ijin Penelitian, maka dengan ini Pimpinan Pusat Muhammadiyah dapat memberikan ijin penelitian kepada saudari Ningrum Ismawati mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk penelitian di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta dengan judul "Tingkat Keterampilan Panjat Dinding Kategori Kecepatan Siswa Ekstrakurikuler Panjat Dinding SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta" dengan ketentuan :


1. Memberikan laporan penelitiannya kepada Pimpinan Pusat Muhammadiyah.
2. Mematuhi tata tertib dan mentaati ketentuan yang berlaku serta tidak menyalahgunakan ijin penelitian untuk kepentingan lain.
3. Terlebih dahulu menghubungi pihak yang terkait untuk menentukan waktu wawancara (jika diperlukan wawancara)

Demikian surat ini kami sampaikan untuk diketahui dan dimaklumi.

Wassalaamu` Alaikum wr. wb.

Pimpinan Pusat Muhammadiyah
Ketua Sekretaris Umum,


Drs. H. Sukriyanto AR, M. Hum
NBM. 234 642


Dr. H. Agung Danarto, M.Ag.
NBM. 608 658

Tembusan :

1. Kepala SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta
2. Saudari Ningrum Ismawati

Lampiran 5



PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA
MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Terakreditasi A Tahun 2013

Alamat: Jalan Kapas 7, Semaki, Umbulharjo, Yogyakarta 55166

Telepon (0274)540937, Faksimile (0274)562545, Home Page www.smuha-yog.sch.id, email info@smuha-yog.sch.id



SURAT KETERANGAN

Nomor : 303/KET/III.4.AU.302/F/III/2015

Kepala SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta di Jalan Kapas no. 7, Kelurahan Semaki, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menerangkan bahwa :

Nama : NINGRUM ISMAWATI
No. Induk Mahasiswa : 11601241029
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa tersebut diatas kami terima dan telah melakukan penelitian di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta dalam rangka menyusun skripsi pada 9 – 18 Maret 2014 dengan judul penelitian **"TINGKAT KETRAMPILAN PANJAT DINDING KATEGORI KECEPATAN SISWA EKSTRAKURIKULER PANJAT DINDING SMA MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA"**.

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



20 Maret 2015

Shah,

Drs. Slamet Purwo

00125

Lampiran 6

PETUNJUK PELAKSANAAN TES

A. Ketentuan Umum

1. Pelaksanaan tes harus sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
2. Ukuran dinding panjat serta alat yang digunakan sesuai peraturan yang berlaku.
3. Poin (Pegangan dan Pijakan) berukuran standar yang terbuat dari fiber.
4. Jalur yang digunakan adalah jalur klasik sesuai peraturan FPTI 2010
5. Sebelum melakukan tes tidak diadakan percobaan.
6. Sebelum melakukan tes, testi melakukan pemanasan dan penguluran.
7. Testi harus menggunakan harness dan sepatu panjat dinding kategori kecepatan.

B. Tes Panjat dinding Kategori Kecepatan:

1. Tujuan : Memperoleh waktu pemanjatan
2. Perlengkapan: (1) Papan panjat dinding kategori kecepatan (2) Tali dinamis (3) Harnes (4) Carabiner (5) Sepatu (6) Magnesium
3. Petugas : (1) Penghitung dan (2) Pencatat nilai/waktu pemanjatan

C. Petunjuk Pelaksanaan Tes

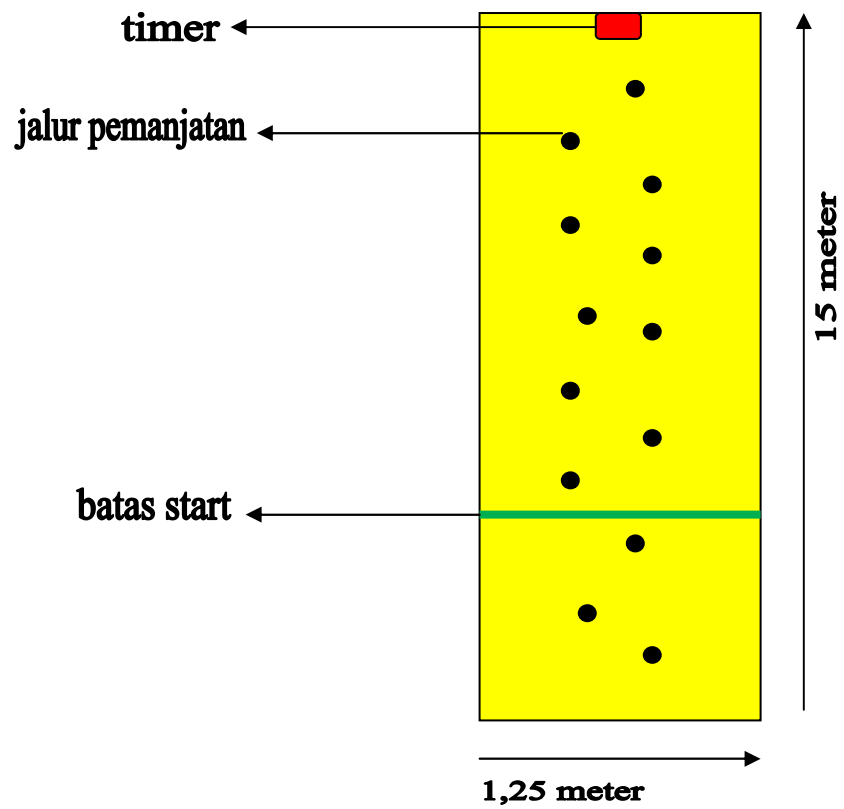
1. Siswa melakukan persiapan
2. Pemanggilan siswa untuk melakukan persiapan pemanjatan
3. Siswa telah menggunakan perlengkapan pemanjatan
4. Siswa berdiri di depan papan panjat dinding
5. Siswa mengambil posisi siap digaris start yang telah di tentukan

6. Siswa menunggu aba-aba yang diberikan penguji
7. Aba-aba diberikan “bersedia, siap , iya”
8. Siswa memulai pemanjatan sampai ujung (top) jalur pemanjatan dan harus menghentikan alat pengukur waktu dengan cara memukul kotak dengan tangan.
9. Penguji mencatat waktu yang ditempuh oleh siswa.
10. Setiap siswa melakukan percobaan sebanyak 2 kali pemanjatan secara bergiliran.

Lampiran 7

GAMBAR PAPAN PANJAT

Berikut ilustrasi gambar teknis pemanjatan panjat dinding kategori kecepatan menurut peraturan FPTI (2010 :30)



Lampiran 8

HASIL CATATAN WAKTU SISWA PUTRA

No	Nama	Catatan waktu I	Catatan Waktu II	Waktu terbaik	Kategori
1	Briananda	15.01	15.89	15.01	Cukup Baik
2	Yayan	11.11	11.51	11.11	Sangat baik
3	Narendra	11.12	12.03	11.12	Sangat baik
4	Krisna	12.11	12.97	12.11	Baik
5	Andi	14.85	13.22	13.22	Baik
6	Ismu	13.99	12.98	12.98	Baik
7	Agung	15.77	16.51	15.77	Cukup Baik
8	Bastiawan	14.87	15.97	14.87	Cukup Baik
9	Lalu	15.86	15.22	15.22	Cukup Baik
10	Chandra	14.55	13.42	13.42	Baik
11	Herman	13.34	14.04	13.34	Baik
12	Bima	12.87	12.76	12.76	Baik
13	Oky	15.65	14.34	14.34	Cukup Baik
14	Argo	14.56	15.65	14.56	Cukup Baik
15	Kurniawan	16.98	15.76	15.76	Cukup Baik
16	Tio	14.87	15.98	14.87	Cukup Baik
17	Dika	12.45	15.91	12.45	Baik
18	Nanang	14.17	13.09	13.09	Baik

19	Rio	15.11	14.28	14.28	Cukup Baik
20	Irfan	14.18	14.09	14.09	Baik
21	Lukman	15.08	16.27	15.08	Cukup Baik
22	Febri	16.08	17.54	16.08	Cukup Baik
23	Rudi	16.43	17.08	16.43	Kurang
24	Dian	13.26	13.38	13.26	Baik
25	Farel	14.91	13.41	13.41	Baik
26	Ilham	17.91	16.34	16.34	Kurang
27	Udin	12.01	12.91	12.01	Sangat baik
28	Nanda	15.15	14.98	14.98	Cukup Baik
29	Julio	20.12	18.26	18.26	Sangat Kurang

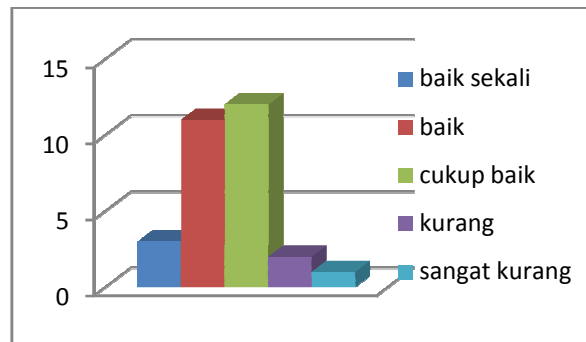
Lampiran 9

HASIL CATATAN WAKTU SISWA PUTRI

No	Nama	Catatan Waktu I	Catatan Waktu II	Waktu terbaik	Kategori
1.	Dwi Pristiani	14.15	15.01	14.15	Baik
2.	Vemi	16.14	17.88	16.14	Cukup Baik
3.	Mahadewi	18.19	17.66	17.66	Cukup Baik
4.	Delima Putri	16.26	16.55	16.26	Cukup Baik
5.	Sinta	15.13	16.16	15.13	Baik
6.	Gusnida	18.89	19.87	18.89	Kurang
7.	Nia	17.86	17.41	17.41	Cukup Baik
8.	Ilma	28.17	21.22	21.22	Sangat Kurang
9.	Fahrani	15.91	15.98	15.91	Baik

Lampiran 10

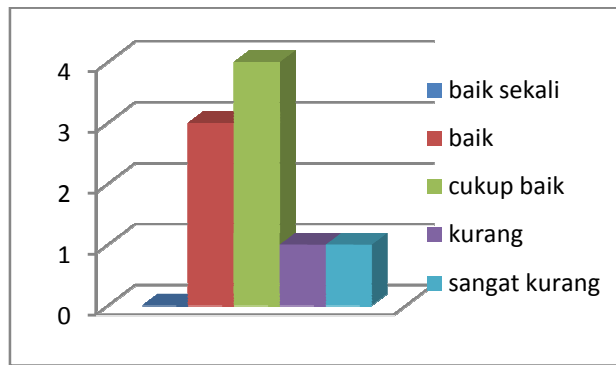
PERSENTASE HASIL SISWA PUTRA



No	Kategori	Catatan Waktu (detik)	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	<12	3	10,34%
2	Baik	12,1-14	11	37,93%
3	Cukup Baik	14,1-16	12	41,37%
4	Kurang	16,1-18	2	6,89%
5	Sangat Kurang	>18	1	3,44%
Jumlah			29	100.00%

Lampiran 11

PERSENTASE HASIL SISWA PUTRI



No	Kategori	Catatan Waktu (detik)	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Baik	<14	0	00,00%
2	Baik	14,1-16	3	33,33%
3	Cukup Baik	16,1-18	4	44,44%
4	Kurang	18,1-20	1	11,11%
5	Sangat Kurang	>20	1	11,11%
Jumlah			9	100.00%

Lampiran 12

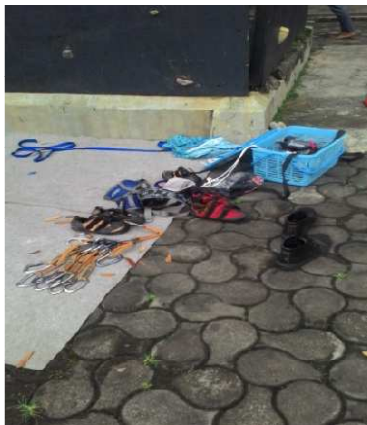
DOKUMENTASI



**Siswa Pemanasan
Pada Papan**



Pemasangan Tali



Peralatan Pemanjatan



Persiapan Pemanjatan



Persiapan *Belay*



Posisi *Start*



Siswa Melakukan Pemanjatan