

## ANALISIS PUKULAN DAN TENDANGAN MUAYTHAI KATEGORI FINAL PUTRI PON XX PAPUA TAHUN 2021

Erfin Nofitarini\*, Irmantara Subagio\*

S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[\\*erfin19030@mhs.unesa.ac.id](mailto:*erfin19030@mhs.unesa.ac.id)

**Dikirim:** 27-September-2023; **Direview:** 09-Oktober-2023; **Diterima:** 12-Oktober-2023;  
**Diterbitkan:** 27-Oktober-2023

### Abstrak

Muaythai adalah seni beladiri asal negara Gajah Putih atau Thailand. Muaythai disebut beladiri seni delapan tungkai, karena menggunakan delapan Teknik untuk menyerang. Yaitu menggunakan kedua tangan untuk menyerang (pukulan), kedua kaki (tendangan), kedua sikut (*elbow*) dan menggunakan kedua lutut (*knee*) untuk menyerang. . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Teknik yang efektif yang dapat dilakukan saat pertandingan serta memberikan banyak poin. Penelitian ini dirancang menggunakan metode deskriptif. Berdasarkan dari maksud dan tujuannya. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif non-eksperimen. Data penelitian diperoleh dari video yang didownload dari kanal youtube.com dan kiriman video dari atlet yang bersangkutan (pertandingan final yang tidak diunggah di media). Bahan instrument penelitian menggunakan Teknik analisis notasi. Analisis data dilakukan dengan Teknik statistik kuantitatif dengan distribusi serangan pukulan, tendangan, serangan siku (*elbow*), dan serangan lutut (*knee*) yang dihitung berdasarkan analisis video pertandingan muaythai partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Dapat disimpulkan serangan yang sering digunakan oleh para fighter muaythai partai final putri pada PON XX Papua tahun 2021 yaitu Teknik pukulan dengan total 225 serangan tepat sasaran, kemudian Teknik tendangan dengan total 158 serangan tepat sasaran. Sedangkan Teknik *knee* hanya 106 serangan tepat sasaran dan Teknik *elbow* hanya 45 serangan yang tepat sasaran.

**Kata Kunci:** Analisis, Muaythai, Serangan

### Abstract

*Muaythai is a martial art originating from the White Elephant country or Thailand. Muaythai is called the martial art of eight limbs, because it uses eight techniques to attack. Namely using both hands to attack (punch), both legs (kick), both elbows (elbow) and use both knees (knee) to attack. . This study aims to find out effective techniques that can be done during matches and give lots of points. This research was designed using descriptive method. Based on the intent and purpose. This research includes non-experimental qualitative research. The research data was obtained from videos downloaded from the youtube.com channel and video submissions from the athletes concerned (final matches that were not uploaded in the media). Research instrument materials using notational analysis techniques. Data analysis was carried out using quantitative statistical techniques with the distribution of punches, kicks, elbows, and knee strikes which were calculated based on video analysis of the women's Muaythai final match at PON XX Papua in 2021. It can be concluded that attacks are often used by athletes Muaythai fighter in the women's final at the XX Papua PON in 2021, namely hitting techniques with a total of 225 attacks on target, then kick techniques with a total of 158 attacks on target. Meanwhile, the knee technique only had 106 attacks on target and the elbow technique only had 45 attacks on target.*

**Key Word :** Analysis, Muaythai, Attack

### 1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Olahraga memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan

dan kebugaran. Saat ini olahraga telah menjadi gaya hidup (*life style*) masyarakat Indonesia untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran. Olahraga prestasi juga dapat dijadikan sebagai tolak ukur kualitas suatu daerah dan negara. Dimana semakin banyak prestasi yang diperoleh dapat menunjukkan

bahwa daerah atau negara tersebut memiliki sumber daya manusia yang tinggi.

Salah satu olahraga yang banyak digemari saat ini yaitu olahraga beladiri. Olahraga beladiri merupakan kegiatan yang didalamnya terdapat kombinasi gerak seni, gerak Teknik membela diri dan olahraga dimana terdapat juga muatan budaya masyarakat (Olahraga et al., 2021). Bukan hanya digunakan sebagai olahraga beladiri tapi juga sebagai olahraga prestasi yang dipertandingkan.

Muaythai merupakan salah satu cabang olahraga beladiri di Indonesia yang baru-baru ini menjadi sorotan masyarakat. Muaythai adalah seni beladiri asal negara Gajah Putih atau Thailand. Secara harfiah kata muay berarti pertempuran. Muay berasal dari Bahasa Sanskerta “*mavya*” yang berarti tinju beladiri. Sementara Thai merupakan suatu suku dalam kerajaan Thailand.

Asal mula muaythai yaitu pada abad ke-12 di kerajaan Thai. Dimana pada saat itu prajurit kekuarangan senjata. Sehingga membuat mereka berinisiatif untuk belajar *muay boran* (tinju kuno menggunakan tangan kosong) yang sekarang berkembang menjadi muaythai. Muaythai juga dikaitkan dengan *Krabi Krabong* yaitu seni beladiri menggunakan senjata dari Thailand. hal ini dihubungkan berdasarkan gerakan-gerakan dalam *wai khru*. *Wai khru* merupakan tarian penghormatan kepada leluhur dan guru. *Wai khru* biasanya dilakukan sebelum pertandingan Muaythai dimulai. Praktisi muaythai disebut *nak muay*, sedangkan praktisi non-Asia disebut *nak muay farang* atau petinju asing (*Apa Itu Muay Thai*, n.d.)

Seiring dengan perkembangan jaman muaythai diminati oleh seluruh dunia, hingga terbentuknya IFMA (*International Federation of Muaythai Amatir*) tahun 1993 yang berpusat di Bangkok, Thailand (Resti, 2021). Muay thai mulai dipertandingkan di Indonesia sejak tahun 2013, pada tahun tersebut juga organisasi Pengurus besar Muaythai Indonesia (PBMI) didirikan. Muaythai juga sudah dipertandingkan dalam multi event nasional yaitu pada Pekan Olahraga Nasional (Florentins Hengki & Subagio, 2021:143). Eksistensi muaythai di Indonesia dapat dilihat dengan terbentuknya induk organisasi PBMI (Pengurus Besar Muaythai Indonesia) pada tanggal 27 Desember 2013. Muaythai di Indonesia mengalami perkembangan yang signifikan sejak diadakan sosialisasi kejuaraan serta terbentuknya pengurus di beberapa Provinsi, Kota dan Kabupaten.

Muaythai disebut beladiri seni delapan tungkai, karena menggunakan delapan Teknik untuk menyerang. Yaitu menggunakan kedua tangan untuk menyerang (pukulan), kedua kaki (tendangan), kedua sikut (*elbow*) dan menggunakan kedua lutut (*knee*)

untuk menyerang. Muaythai yaitu beladiri *stand-up-striking* yang juga menggunakan *clinchng* (*Apa Itu Muay Thai*, n.d.) Muaythai adalah sebuah bentuk Latihan dan pertandingan dimana dimana orang yang saling berhadapan dalam suatu arenayang masing-masing saling mengadu Teknik, fisik, taktik dan mental dalam bentuk suatu pertarungan dan tunduk dalam aturan yang telah ditentukan (Fendrian & Nurzaman, 2016).

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya untuk mendapat prestasi yang optimal seorang atlet harus menguasai Teknik dasar muaythai. Peranan Teknik serangan dalam muaythai sangat menentukan hasil pertandingan. Jadi seorang atlet dituntut untuk melakukan Teknik serangan dengan benar dan tepat sasaran.

Muaythai merupakan salah satu cabang olahraga eksebis yang dipertandingkan dalam multi event pada PON XIX Jawa Barat tahun 2016. Untuk pertama kalinya Muaythai resmi menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam multi event PON XX Papua tahun s2021. Pada event ini muaythai dilaksanakan pada tanggal 27 septermber 2021 - 03 Oktober 2021, di Gor STT Gidi Kecamatan Sentani, Kabupaten Jayapura.

Terdapat 16 kelas dalam kategori tanding (*fight*) dan 2 kelas dalam kategori seni (*wai khru*). Dalam kelas tanding ada 7 kelas putri dan 9 kelas putra. Klasifikasi kelas putri yaitu; kelas -43 kg, kelas -45 kg, kelas -48 kg, kelas -51 kg, kelas -54 kg, kelas -57 kg, kelas -60 kg. Dari 7 kelas ini ada dua kelas dengan Batasan usia 18 tahun ( junior) yaitu kelas -48 kg dan kelas -57 kg, serta kelas yang lainnya dengan batasan usia 26 tahun. Sedangkan klasifikasi kelas laki-laki yaitu; kelas -45 kg, kelas -48 kg, kelas -54 kg, kelas -57 kg, kelas -60 kg, kelas -63,5 kg, kelas -67 kg, kelas -73 kg, dan kelas -75 kg. Adapun dari 9 kelas tersebut ada satu kelas dengan batasan usia 18 tahun (junior) yaitu kelas -73 kg, dan kelas yang lainnya dengan batasan usia 26 tahun (THB PON : 2021). Pada PON XX Papua 2021 jumlah atlet yang bertanding dalam cabang olahraga muaythai berjumlah 131 dengan 112 atlet putra dan putri di nomor tanding serta 19 atlet putra dan putri di nomor wai khru(Olahraga et al., 2021).

Artikel ini akan menjelaskan tentang “ Analisis Pukulan dan Tendangan Kategori Final Putri PON XX Papua Tahun 2021”. Penelitian ini dilakukan dengan manganalisis serangan pukulan, tendangan, serangan siku (*elbow*), serangan lutut (*knee*) yang dipertandingkan pada partai final putri. Analisis dilakukan dengan memutar video pertandingan partai final putri yang telah diunduh dari aplikasi you tube serta kiriman video dari atlet yang bersangkutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Teknik yang efektif yang dapat dilakukan saat pertandingan serta

memberikan banyak poin. Diharapkan hasil penelitian yang diperoleh dapat memberikan pandangan tentang metode pelatihan yang terarah, sehingga meningkatkan kemampuan atlet dalam mencapai prestasi.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang menggunakan metode deskriptif. Berdasarkan dari maksud dan tujuannya. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif non-eksperimen. Dimana peneliti hanya menggunakan gambaran suatu objek dari data yang sudah terkumpul.

Data penelitian diperoleh dari video yang didownload dari kanal youtube.com dan kiriman video dari atlet yang bersangkutan (pertandingan final yang tidak diunggah di media). Penelitian ini menganalisis gerakan serangan dari video pertandingan Muaythai kategori fight putri partai final pada PON XX Papua tahun 2021. Analisis dilakukan dengan pemutaran video dengan durasi diperlambat agar memudahkan dalam menganalisis dan notasi gerakan serangan. Berdasarkan dari pengamatan yang dilakukan secara langsung atau penangkapan gerak semi-otomatis. Dapat diketahui bahan instrument penelitian ini menggunakan Teknik analisis notasi (Olahraga et al., 2021).

Analisis data dilakukan dengan Teknik statistik kuantitatif dengan distribusi serangan pukulan, tendangan, serangan siku (elbow), dan serangan lutut (knee) yang dihitung berdasarkan analisis video pertandingan muaythai partai final putri PON XX Papua tahun 2021.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

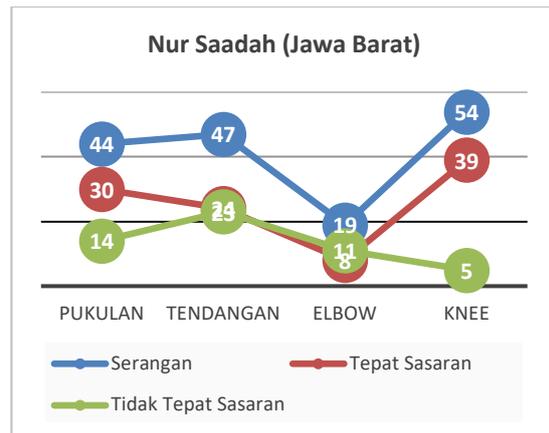
Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan diambil lima video pertandingan muaythai partai final putri kelas -43 kg, kelas -48 kg, kelas -51 kg, kelas -54 kg, kelas -60 kg pada PON XX Papua tahun 2021. Adapun data berupa video didapat melalui unduhan dari aplikasi you tube serta kiriman video dari atlet yang bersangkutan. Video tersebut sesuai dengan keadaan sebenarnya dan tidak diedit sama sekali.

Analisis dilakukan dengan memutar video pertandingan dengan durasi diperlambat, sehingga dapat diketahui dengan jelas gerakan serangan pada subjek. Adapun hasil dari analisis yang telah dilakukan yaitu;

### 1. Kelas -43 Kg

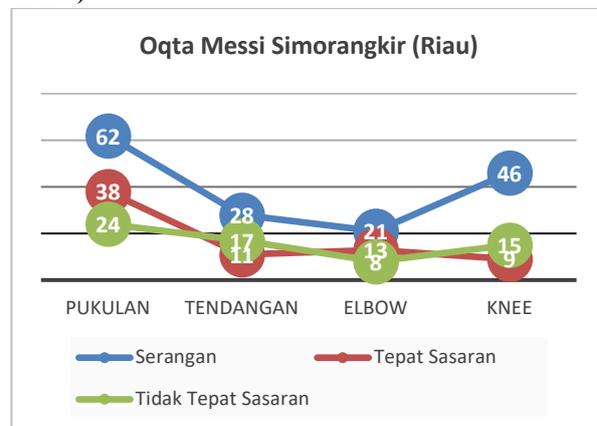
Nur Saadah (Jawa Barat) VS Oqta Messi Simorangkir (Riau)

**Grafik 1. Frekuensi Serangan Nur Saadah (Jawa Barat) melawan Oqta Messi Simorangkir (Riau)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Nur Saadah (Jabar) yaitu terdapat 44 serangan pukulan dimana 30 pukulan yang tepat sasaran dan 14 pukulan tidak tepat sasaran. Terdapat 47 tendangan dan hanya 24 tendangan yang tepat sasaran dan 23 tidak tepat sasaran. Adapun dari 19 serangan siku (*elbow*) hanya 8 serangan yang tepat sasaran sedangkan 11 serangan tidak tepat sasaran. Sedangkan pada serangan lutut (*Knee*) terdapat 54 serangan dimana 39 serangan tepat sasaran dan 15 serangan tidak tepat sasaran.

**Grafik 2. Frekuensi Serangan Oqta Messi Simorangkir (Riau) melawan Nur Saadah (Jawa Barat)**

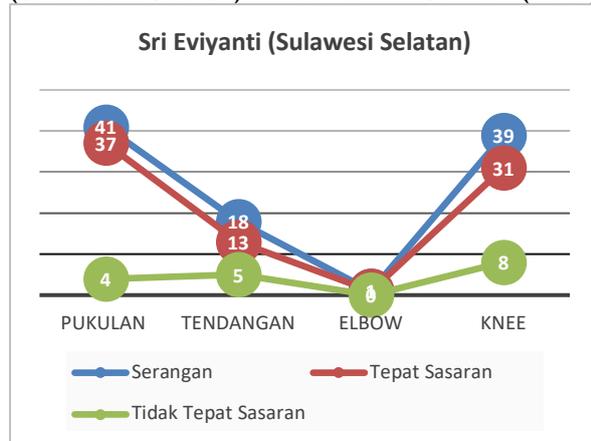


Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Oqta Messi Simorangkir (Riau) yaitu terdapat 62 serangan pukulan dimana 38 serangan yang tepat sasaran dan 24 serangan tidak tepat sasaran. Adapun 28 serangan tendangan hanya 11 tendangan yang tepat sasaran dan 17 tidak tepat sasaran. Pada serangan siku (*elbow*) terdapat 21 serangan dimana 13 serangan tepat sasaran dan 8 serangan tidak tepat sasaran. Dan terdapat 46 serangan lutut (*knee*) dimana hanya 9 serangan yang tepat sasaran dan 37 serangan tidak mengenai sasaran.

### 2. Kelas -45 Kg

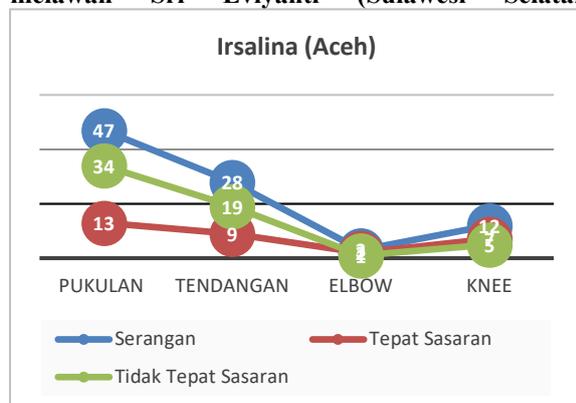
Sri Eviyanti (Sulawesi Selatan) VS Irsalina (Aceh)

**Grafik 3. Frekuensi Serangan Sri Eviyanti (Sulawesi Selatan) melawan Irsalina (Aceh)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Sri Eviyanti (Sulawesi Selatan) yaitu terdapat 41 serangan pukulan dimana 37 serangan yang tepat sasaran dan 4 serangan tidak tepat sasaran. Adapun 18 serangan tendangan hanya 13 tendangan yang tepat sasaran dan 5 tendangan tidak tepat sasaran. Pada serangan siku (*elbow*) terdapat 1 serangan dan tepat sasaran. Dan terdapat 39 serangan lutut (*knee*) dimana 31 serangan yang tepat sasaran dan 8 serangan tidak mengenai sasaran.

**Grafik 4. Frekuensi Serangan Irsalina (Aceh) melawan Sri Eviyanti (Sulawesi Selatan)**

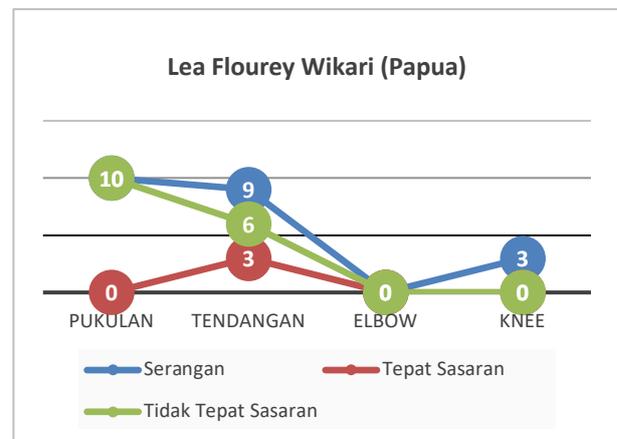


Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Irsalina (Aceh) yaitu terdapat 47 serangan pukulan dimana 13 pukulan yang tepat sasaran dan 34 pukulan tidak tepat sasaran. Terdapat 28 tendangan dan hanya 9 tendangan yang tepat sasaran dan 19 tidak tepat sasaran. Adapun dari 3 serangan siku (*elbow*) terdapat 2 serangan tepat sasaran dan 1 serangan tidak tepat sasaran. Sedangkan pada teknik lutut (*Knee*) terdapat 12 serangan dimana 7 serangan tepat sasaran dan 5 serangan tidak tepat sasaran.

3. Kelas -48 Kg

Lea Flourey Wikari (Papua) VS Dara Phonna (Aceh)

**Grafik 5. Frekuensi Serangan Lea Flourey Wikari (Papua) melawan Dara Phonna (Aceh)**



Hasil dari analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh Lea Flourey Wikari (Papua) yaitu terdapat 10 serangan pukulan tidak ada yang tepat sasaran. Sedangkan serangan tendangan terdapat 9 serangan dimana 3 serangan yang tepat sasaran dan 6 sasaran tidak tepat sasaran. Lea flourey Wikari tidak menggunakan serangan siku (*elbow*) sama sekali saat bertanding dipartai final. Akan tetapi dia menggunakan 3 serangan lutut (*knee*) dan tidak ada tepat sasaran.

**Grafik 6. Frekuensi Serangan Dara Phonna (Aceh) melawan Lea Flourey Wikari (Papua)**



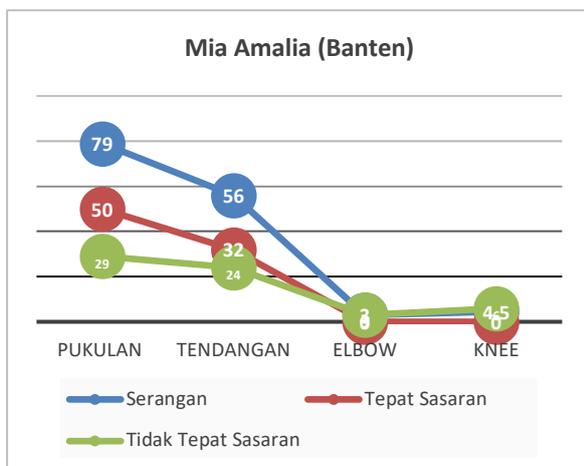
Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Dara Phonna (Aceh) yaitu terdapat 16 serangan pukulan dimana 13 pukulan yang tepat sasaran dan 3 serangan melayang. Dan dari 4 serangan tendangan terdapat 2 serangan yang mengenai sasaran dan 2 serangan tidak tepat sasaran. Dara Phonna tidak menggunakan serangan siku (elbow) saat bertanding dipartai final. Untuk serangan lutut (knee) terdapat 2 serangan dimana hanya 1 serangan yang tepat sasaran.

Partai ini hanya berlangsung sekitar 2 menit 40 detik dikarenakan atlet Dara Phonna (Aceh) tidak dapat melanjutkan pertandingan dikarenakan terkena serangan lutut(knee) pada kemaluannya. Sehingga tim medis menyarankan untuk tidak melanjutkan pertandingan.

#### 4. Kelas -51 Kg

Mia Amalia (Banten) VS Paula Renadi Saruke (Papua)

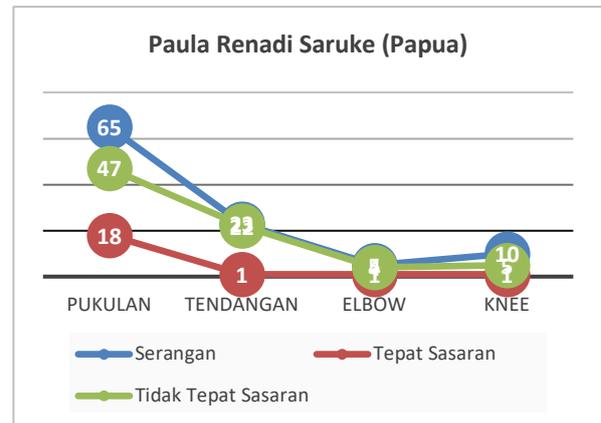
**Grafik 7. Frekuensi Serangan Mia Amalia (Banten) melawan Paula Renadi Saruke (Papua)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Mia Amalia (Banten) yaitu terdapat 79 serangan pukulan dimana 50 pukulan yang

tepat sasaran dan 29 pukulan tidak tepat sasaran. Terdapat 56 tendangan dan hanya 32 tendangan yang tepat sasaran dan 24 tidak tepat sasaran. Adapun dari 3 serangan siku (elbow) tapi tidak ada yang tepat pada sasaran. Sedangkan pada serangan lutut (Knee) terdapat 6 serangan akan tetapi tidak ada yang tepat sasaran.

**Grafik 8. Frekuensi Serangan Paula Renadi Saruke (Papua) melawan Mia Amalia (Banten)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Renadi Saruke (Papua) yaitu terdapat 65 serangan pukulan dimana 18 serangan yang tepat sasaran dan 47 serangan tidak tepat sasaran. Adapun 23 serangan tendangan hanya 1 tendangan yang tepat sasaran dan 22 tidak tepat sasaran. Pada serangan siku (elbow) terdapat 5 serangan dimana hanya 1 serangan tepat sasaran dan 4 serangan tidak tepat sasaran. Dan terdapat 10 serangan lutut (knee) dimana hanya 1 serangan yang tepat sasaran dan 9 serangan tidak mengenai sasaran.

#### 5. Kelas -54 Kg

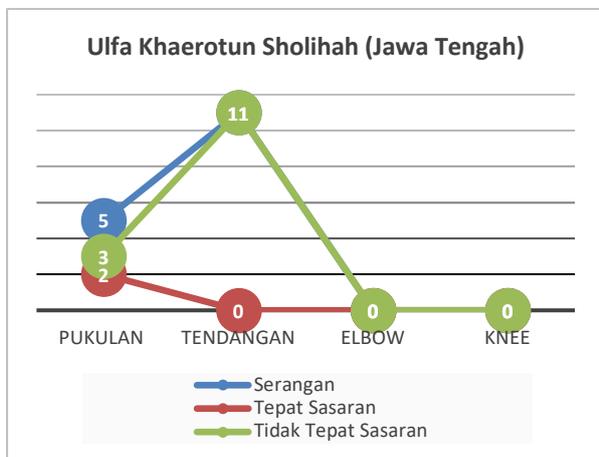
Angelina Runtukahu (Sulawesi Utara) VS Ulfa Khaerotun Sholihah (Jawa Tengah)

**Grafik 9. Frekuensi Serangan Angelina Runtukahu (Sulawesi Utara) melawan Ulfa Khaerotun Sholihah (Jawa Tengah)**



Hasil dari analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Angelina Runtukahu (Sulawesi Utara) yaitu terdapat 11 serangan pukulan dimana 9 pukulan tepat sasaran dan 2 pukulan tidak mengenai sasaran. Sedangkan serangan tendangan terdapat 7 serangan dimana 5 serangan yang tepat sasaran dan 2 sasaran tidak tepat sasaran. Angelina Runtukahu tidak menggunakan serangan siku (*elbow*) sama sekali saat bertanding dipartai final. Akan tetapi dia menggunakan 1 serangan lutut (*knee*) dan itu tepat sasaran.

**Grafik 10. Frekuensi Serangan Ulfa Khaerotun Sholihah (Jawa Tengah) melawan Angelina Runtukahu (Sulawesi Utara)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Ulfa Khaerotun Sholihah (Jawa Barat) yaitu terdapat 5 serangan pukulan dimana 2 pukulan yang tepat sasaran dan 3 serangan melayang. Dan dari 11 serangan tendangan tidak ada satupun yang tepat sasaran. Ulfa Khaerotun Sholihah tidak menggunakan serangan siku (*elbow*) dan serangan lutut (*knee*) pada pertandingan ini.

Partai ini hanya beralangsur sekitar satu menit karena atlet Ulfa Khaerotun Sholihah (Jawa Tengah) tidak dapat melanjutkan pertandingan T-KO. Beliau tidak bisa melanjutkan pertandingan dikarenakan

terkena tendangan high kick yang tepat mengenai pelipis kiri.

6. Kelas -57 Kg Putri

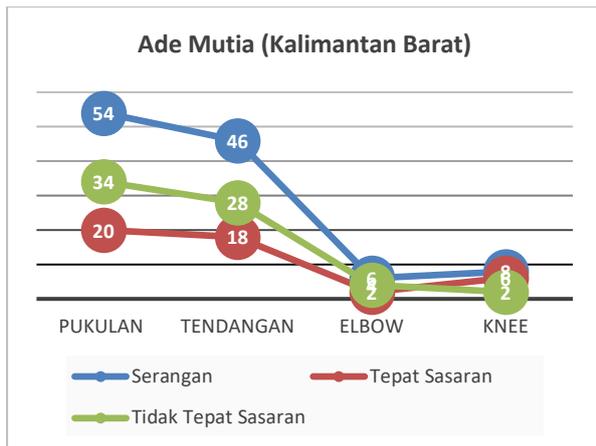
Aulia Nikra Pramuda Wardani ( Papua) VS Ade Mutia (Kalimantan Barat)

**Grafik 11. Frekuensi Serangan Aulia Nikra Pramuda Wardani (Papua) melawan Ade Mutia (Kalimantan Barat)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Aulia Nikra P.W (Papua) yaitu terdapat 58 serangan pukulan dimana 44 serangan yang tepat sasaran dan 14 serangan tidak tepat sasaran. Adapun 24 serangan tendangan hanya 17 tendangan yang tepat sasaran dan 7 tendangan tidak tepat sasaran. Pada serangan siku (*elbow*) terdapat 7 serangan dimana hanya 3 serangan tepat sasaran dan 4 serangan tidak tepat sasaran. Dan terdapat 11 serangan lutut (*knee*) dimana hanya 4 serangan yang tepat sasaran dan 7 serangan tidak mengenai sasaran.

**Grafik 12. Frekuensi Serangan Ade Mutia (Kalimantan Barat) melawan Aulia Nikra Pramuda Wardani (Papua)**

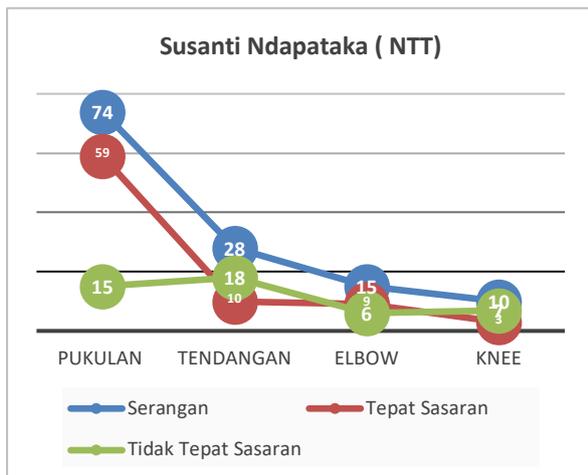


Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Ade Mutia (Kalimantan Barat) yaitu terdapat 54 serangan pukulan dimana 20 pukulan yang tepat sasaran dan 34 pukulan tidak tepat sasaran. Terdapat 46 tendangan dan hanya 18 tendangan yang tepat sasaran dan 28 tidak tepat sasaran. Adapun dari 6 serangan siku (*elbow*) terdapat 2 serangan tepat sasaran dan 4 serangan tidak tepat sasaran. Sedangkan pada teknik lutut (*Knee*) terdapat 8 serangan dimana 6 serangan tepat sasaran dan 2 serangan tidak tepat sasaran.

#### 7. Kelas -60 Kg

Susanti Ndapataka ( NTT) VS Adisty Gracelia Lolaroh (Jawa Barat)

**Grafik 13. Frekuensi Serangan Susanti Ndapataka ( NTT) melawan Adisty Gracelia Lolaroh (Jawa Barat)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Susanti Ndapataka ( NTT) yaitu terdapat 74 serangan pukulan dimana 59 pukulan yang tepat sasaran dan 15 pukulan tidak tepat sasaran. Terdapat 28 tendangan dan hanya 10 tendangan yang tepat sasaran dan 18 tidak tepat sasaran. Adapun dari 15 serangan

siku (*elbow*) dimana hanya 9 serangan yang tepat sasaran dan 6 serangan melayang. Sedangkan pada serangan lutut (*Knee*) terdapat 10 dimana hanya 3 serangan yang tepat sasaran dan 7 serangan melayang.

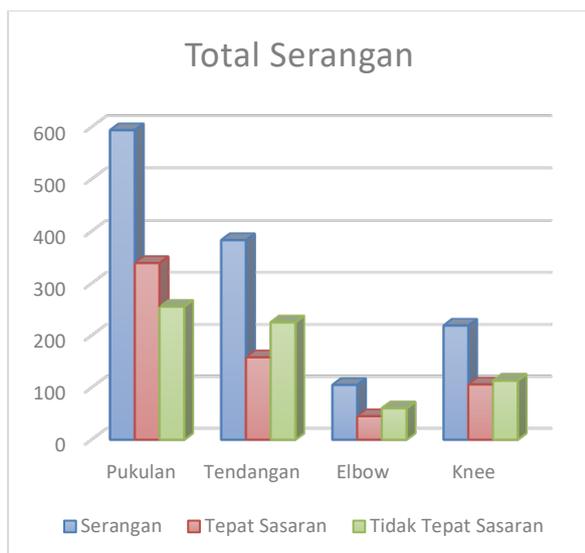
**Grafik 14. Frekuensi Serangan Adisty Gracelia Lolaroh (Jawa Barat) melawan Susanti Ndapataka ( NTT)**



Hasil analisis gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet Adisty Gracelia Lolaroh (Jawa Barat) yaitu terdapat 28 serangan pukulan dimana 6 serangan yang tepat sasaran dan 22 serangan tidak tepat sasaran. Adapun 54 serangan tendangan hanya 13 tendangan yang tepat sasaran dan 41 tidak tepat sasaran. Pada serangan siku (*elbow*) terdapat 25 serangan dimana hanya 6 serangan tepat sasaran dan 19 serangan tidak tepat sasaran. Dan terdapat 17 serangan lutut (*knee*) dimana hanya 4 serangan yang tepat sasaran dan 13 serangan tidak mengenai sasaran.

Dari hasil analisis yang dilakukan dapat diketahui bahwa keseluruhan serangan yang dilakukan atlet muaythai pada partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Terdapat 594 serangan pukulan, 383 serangan tendangan, 105 serangan siku (*elbow*), dan 219 serangan lutut (*knee*). Dari data diatas dapat diketahui bahwa serangan yang paling banyak digunakan yaitu serangan pukulan

**Grafik 15. Total Serangan pada pertandingan muaythai partai final putri pada PON XX Papua tahun 2021**



### Pukulan

Pukulan merupakan Teknik dasar muaythai dengan menggunakan tangan sebagai alat untuk menjatuhkan lawan. Adapun hasil rekapitulasi keseluruhan serangan pukulan pada pertandingan muaythai partai final putri pada PON XX Papua Tahun 2021. Yaitu terdapat 594 serangan pukulan dimana 339 serangan tepat sasaran dan 225 pukulan yang tidak tepat sasaran. Serangan pukulan ini termasuk salah satu Teknik dasar yang banyak dikuasai oleh atlet. Terbukti dari hasil analisis yang telah dilakukan bahwa serangan pukulan yang sering digunakan dan serangan ini juga banyak yang tepat sasaran. Serangan pukulan ini sangat efektif dilakukan saat pertandingan, tergantung jarak antara pemain (*fighter*). Dari hasil diatas dapat diketahui bahwa atlet yang menguasai Teknik pukulan yaitu Susanti Ndapataka ( NTT) yang bermain dikelas -60 kg pada pertandingan muaythai partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Beliau berhasil melancarkan 74 serangan pukulan dimana 59 pukulan tepat sasaran dan 15 pukulan yang tidak tepat sasaran. Dengan menggunakan Teknik tersebut dapat mengantarkan Susanti Ndapataka menaiki podium 1 di PON XX Papua tahun 2021.

### Tendangan

Tendangan merupakan Teknik dasar muaythai dimana kaki sebagai alat untuk melancarkan serangan. Hasil analisis yang telah dilakukan dari keseluruhan terdapat 383 serangan tendangan dimana 158 tendangan yang tepat sasaran dan 225 tidak tepat sasaran. Serangan tendangan adalah serangan kedua yang efektif dilakukan saat pertandingan setelah serangan pukulan. Tendangan sangat efektif digunakan untuk mengawali serangan dengan lanjutan kombinasi pukulan, elbow, dan knee. Dapat diketahui bahwa atlet yang menguasai Teknik tendangan yaitu Mia Amalia (Banten) yang bermain dikelas -51 kg pada pertandingan muaythai partai final putri PON XX

Papua Tahun 2021. Beliau berhasil melancarkan 56 serangan tendangan dimana 32 serangan tepat mengenai sasaran dan 24 serangan tidak tepat sasaran. Dari analisis kelas -54 kg diketahui bahwa tendangan high kick dapat meng-KO lawan. Tendangan tersebut dilakukan oleh atlet Angelina Runtukahu (Sulawesi Utara) yang tepat mengenai kepala bagian kiri atlet Ulfa Khaerun Sholihah (Jawa Tengah).

### Elbow

*Elbow* merupakan Teknik dasar muaythai menggunakan siku sebagai alat untuk melancarkan serangan. Teknik elbow hanya biasa dilakukan dengan jarak yang dekat antara atlet (*fighter*) atau saat melakukan rangkulan (*clinchng*). Hasil analisis *elbow* terdapat 105 serangan dimana 45 serangan yang tepat sasaran, 60 serangan yang tidak tepat sasaran. Teknik ini sangat jarang digunakan karena sulit mencari cela saat melakukan rangkulan (*clinchng*). Padahal Teknik ini merupakan *icon* dari beladiri Muaythai. atlet yang menguasai Teknik ini yaitu Oqta Messi Simorangkir ( Riau) yang bermain dikelas -43 kg pada pertandingan Muaythai partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Beliau berhasil melancarkan 23 serangan *elbow* dimana 13 serangan tepat sasaran dan 10 serangan tidak tepat sasaran. Dapat diketahui bahwa serangan elbow tidak seberapa digunakan oleh para atlet muaythai yang berlaga di PON XX Papua tahun 2021.

### Knee

*Knee* adalah Teknik dasar muaythai menggunakan lutut sebagai alat untuk melancarkan serangan. Teknik knee biasa dilakukan oleh atlet dengan jarak yang berdekatan atau saat melakukan rangkulan (*clinchng*). Teknik ini merupakan salah satu *icon* serangan pada cabang olahraga muaythai. Hasil analisis membuktikan bahwa dari keseluruhan 219 serangan lutut (*knee*) terdapat 106 serangan yang tepat sasaran dan 113 serangan yang tidak tepat sasaran. Adapun atlet yang menguasai Teknik lutut (*knee*) yaitu Nur Saadah (Jawa Barat) yang bermain dikelas -43 kg pada pertandingan Muaythai partai final putri PON XX Papua Tahun 2021. Beliau berhasil melancarkan 54 serangan dengan 39 serangan tepat sasaran dan 15 serangan tidak tepat sasaran.

Data diatas menunjukkan bahwa untuk memenangkan pertandingan muaythai atlet harus mampu melancarkan 101 serangan tepat sasaran menggunakan kombinasi pukulan, tendangan, elbow dan knee. Hasil ini diperoleh dari data atlet Nur Saadah (Jawa Barat) yang memenangkan medali emas kelas - 43 kg putri PON XX Papua tahun 2021.

## 4. PENUTUP SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa serangan yang dilakukan oleh atlet muaythai pada partai final putri PON XX Papua tahun 2021 yaitu berupa serangan pukulan, tendangan serangan siku (*elbow*), serangan lutut (*knee*). Dari hasil analisis diketahui bahwa serangan andalan yang dilakukan para atlet putri saat bertanding berupa serangan pukulan. Berdasarkan fakta total keseluruhan pukulan yaitu 594 serangan dengan 339 serangan tepat sasaran. Teknik pukulan ini biasa dikombinasikan dengan serangan tendangan. Hal ini diketahui dari hasil analisis gerakan tendangan yang menjadi serangan andalan kedua setelah pukulan. Dengan total keseluruhan 383 serangan dengan 158 tendangan tepat sasaran. Tendangan juga bisa membuat lawan KO (*Knock Out*), hal ini berdasarkan pada pertandingan kelas -54 kg putri PON XX Papua tahun 2021 dimana atlet Angelina (Slawesi Uara) berhasil meng-KO atlet Ulfa (Jawa Tengah) menggunakan tendangan high kick yang tepat sasaran dikepala sebelah kiri.

Penelitian ini membuktikan bahwa dalam pertandingan muaythai serangan yang sering digunakan adalah Teknik tendangan dan pukulan. Pukulan dan tendangan merupakan Teknik yang mudah dikombinasikan saat bertanding. Adapun penelitian ini merupakan analisis performa yang berfokus pada gerakan serangan yang dilakukan oleh atlet muaythai partai final putri PON XX Papua tahun 2021.

## SARAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Sebaiknya para pelatih mengarahkan atletnya untuk menggunakan serangan pukulan. Karena terbukti dari hasil analisis bahwa serangan pukulan yang banyak digunakan dalam pertandingan yaitu sebanyak 594 serangan dengan 339 serangan yang tepat sasaran dari 7 pertandingan partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Jadi pelatih setidaknya memberikan porsi Latihan kombinasi pukulan minimal 25 kali dalam 3 menit. Hal ini berdasarkan serangan pukulan terbanyak yang dilakukan oleh atlet Susanti Ndapataka (NTT) yang mampu menggunakan 74 serangan pukulan dimana 59 pukulan tepat sasaran dalam waktu 3 menit x 3 ronde.
2. Disarankan untuk memperbanyak kombinasi serangan pukulan dan tendangan saat pertandingan. Karena kedua Teknik ini sangat mudah untuk mengecoh lawan saat bertanding. Dimana serangan pukulan dapat dijadikan serangan utama yang dapat mengecoh lawan kemudian dilanjutkan dengan serangan tendangan. Biasanya kombinasi Teknik ini sangat efektif dilakukan pada saat pertandingan.
3. Untuk pelatih dan atlet sebaiknya mempelajari gerakan pukula dan tendangan dengan benar. Agar

kedua Teknik tersebut dapat dilakukan secara efektif dan efisien saat pertandingan.

4. Dari analisis pelatih juga harus mengajarkan Teknik tendangan dengan benar. Salah satunya yaitu tendangan high kick karena tendangan ini dapat menjatuhkan lawan jika dilakukan dengan benar. Terbukti pada kelas -54 kg partai final putri PON XX Papua tahun 2021. Atlet Angelina asal Sulawesi Utara mampu meng-KO (*Knock Out*) menggunakan serangan *high kick* yang tepat terkena dipelipis kiri Ulfa atlet asal Jawa Tengah.
5. Selain itu pelatih harus mampu melatih atletnya agar mampu mengatur jarak serang. Karena dari hasil analisis banyak serangan yang tidak tepat sasaran dikarenakan jarak serang yang kurang dekat.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih saya ucapkan atas segala kemudahan yang diberikan oleh tuhan yang maha Esa. Kepada kedua orang tua yang selalu mendukung saya hingga saat ini dan tak lupa kepada ibu/bapak dosen yang sudah membimbing dan memberikan ilmunya. Serta kepada teman-teman yang selalu siap direpotkan dengan segala hal dalam masa pembuatan artikel ini.

## REFERENSI

*Apa itu Muay Thai.* (n.d.).

Fendrian, F., & Nurzaman, M. (2016).

Efektivitas Teknik Serangan Pukulan Dan Teknik Serangan Tendangan Terhadap Perolehan Poin Dalam Pertandingan Kumite Cabang Olahraga Karate. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 8(2), 1–13.

Khakiki, M. A., Keolahragaan, S. I., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (2022). ANALISIS KONDISI FISIK ATLET PUTRA MUAY THAI TUBAN DI ERA PANDEMI COVID-19 Heri Wahyudi. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 217–224.

Olahraga, S.-P. K., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (2021). *Analisis Frekuensi Serangan Partai Penyisihan Cabang Olahraga Muay thai Kelas 48 Kg Putra pada PON XX Papua Tahun 2021 Andika \**, Irmantara

Maksum, Ali. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: UNESA University Press.

UNESA. 2000. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya.