

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia karate dikenal dengan sangat baik. Perkembangan beladiri yang berasal dari Jepang ini sangat menakjubkan. Sejak awal tahun 1970-an hingga kini telah banyak berdiri perkumpulan karate (*Dojo*) yang berupaya membina atlet-atlet karate (karateka) yang tangguh dan berbudi luhur. Karate menjadi menarik dipelajari karena mengandung falsafah dan pembentukan karakter individu yang kuat, itu terlihat dari 5 sumpah karate yaitu : 1. Sanggup memelihara kepribadian, 2. Sanggup patuh pada kejujuran, 3. Sanggup mempertinggi prestasi, 4. Sanggup menjaga sopan-santun 5. Sanggup menguasai diri. Dalam sisi olahraga, karate merupakan beladiri yang sangat menarik ditonton karena menampilkan gerakan-gerakan yang efisien dan cepat.

Ada banyak perguruan karate di Indonesia, salah satunya adalah perguruan *Kushin-ryu Matsuzaki Karate-Do* Indonesia (KKI). Dimana perguruan *Kushin-Ryu Matsuzaki Karate-Do* Indonesia khususnya di Toba Samosir memiliki beberapa Dojo salah satunya *Dojo Kushin-ryu M Karate-Do* Indonesia TB. Silalahi Center. *Dojo Kushin-ryu M Karate-Do* Indonesia TB Silalahi Center berdiri pada 18 Januari 2011 yang diresmikan langsung oleh Menteri Pemuda dan Olahraga bapak DR. Andi Mallarangeng dan di saksikan bapak Presiden Republik Indonesia DR. H Susilo Bambang Yudhoyono. Berdirinya dojo ini adalah atas gagasan dari bapak Jend. TB. Silalahi saat mengetahui bahwa karateka asal Toba

Samosir meraih juara dunia kala itu yaitu Donny Darmawan. Dojo ini pertama sekali dilatih oleh *Sensei* Biduan Siahaan (DAN IV *kushin-ryu M Karate-Do* Indonesia) dan sekarang dilanjutkan oleh *senpai* Rintar Napitupulu (DAN III *Kushin-ryu M Karate-Do* Indonesia). *Dojo* ini memiliki 33 karateka yang aktif latihan dari tingkat *kyu* VII sampai DAN I. Sudah banyak karateka *Dojo kushin-ryu M Karate-Do* Indonesia yang mengikuti kejuaraan dan mendapatkan prestasi.

*Dojo Kushin-ryu M Karatedo* Indonesia TB Silalahi Center ini merupakan *dojo* yang antusias dalam mengikuti kejuaraan karate yang diselenggarakan baik ditingkat daerah, provinsi, maupun nasional. Diantaranya PORKAB, PORDASU, KEJURNAS, Kejuaraan Donny Darmawan, kejuaraan Piala PANGDAM I/BB dan lain-lain. Sudah banyak kejuaraan yang telah diikuti namun belum bisa memuaskan pelatih. Terakhir yaitu piala PANGDAM I/BB, hasil pertandingan tersebut sangat kurang memuaskan bagi pelatih karena nomor yang seharusnya dapat diraih dengan hasil maksimal ternyata masih belum bisa didapatkan. Dari sini peneliti tertarik untuk melakukan wawancara lebih detail dengan pelatih, dari wawancara tersebut pelatih menyatakan bahwa atletnya tidak dapat meraih poin dikarenakan kalah cepat dengan lawan saat melakukan serangan terutama bentuk serangan tendangan *Mawashi Geri*. Lebih lanjut peneliti bertanya tentang bentuk-bentuk latihan yang sudah diberikan untuk melatih tendangan *Mawashi Geri* atlet. Dari sini peneliti menyimpulkan bahwa, pelatih kurang memberi latihan yang lebih fokus yang dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* seperti halnya latihan beban dan lain-lain.

Akhirnya peneliti termotivasi dan merasa tertantang untuk melakukan penelitian di *Dojo Kushin-ryu M Karate-Do Indonesia TB. Silalahi Center Toba Samosir*. Dari pengamatan peneliti saat atlet melakukan latihan, peneliti melihat teknik tendangan *Mawashi Geri* atlet tergolong kurang dan kecepatannya lemah. Inilah pokok permasalahan sehingga saat bertanding atlet kalah cepat dengan lawannya.

Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengukur kemampuan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* karateka *Dojo Kushin-Ryu M karate-do Indonesia TB. Silalahi Center Kab. Toba Samosir*. Karateka yang menjadi peserta testi adalah atlet putra yang sudah pernah mengikuti kejuaraan antara sabuk kuning sampai sabuk biru. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :

**Tabel 1. Data Awal Test Kecepatan Tendangan *Mawashi Geri* Atlet Karateka Putra *Dojo Kushin-Ryu M Karate-Do Indonesia TB Silalahi Center /10 Detik***

No	Nama Atlet	Hasil Tendangan	Kategori
1	Danil	9	KS
2	Daniel	8	KS
3	Saron	8	KS
4	Lamhot	7	KS
5	Reza	8	KS
6	Bryan	8	KS
7	Bestur	9	KS
8	Steven	8	KS
9	Immanuel	9	KS
10	Samuel	7	KS
11	Faisal	8	KS
12	Bonkey	8	KS
13	Felix	6	KS
14	Enrico	7	KS
15	Aliazer	9	KS
16	Reynald	7	KS

**Tabel 2. Norma Kecepatan Tendangan *Mawashi Geri* /10 Detik**

Kategori	Putera	Puteri
Baik sekali	>25	>23
Baik	20-24	19-22
Cukup	15-19	14-18
Kurang	10-14	8-13
Kurang sekali	<9	<9

**Sumber : Bermanhot Simbolon, latihan dan melatih karateka (2014:126)**

Hal ini jelas terlihat setelah peneliti melakukan tes awal terhadap kecepatan tendangan *Mawashi Geri*, bahwa kecepatan tendangan *mawashi geri* masih sangat lemah dan perlu diperbaiki dari segi pelatihannya. Mengingat tendangan *Mawashi* adalah salah satu teknik yang paling sering dipergunakan saat pertandingan *kumite* karena jika berhasil akan menghasilkan 2 bahkan 3 poin, dengan demikian peneliti memberikan perlakuan bentuk latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri*. Adapun latihan yang diterapkan adalah latihan Beban Bending 1 kg dan latihan *Bar Twist*.

Sesuai dengan pengamatan peneliti dan setelah melalui perencanaan dan observasi. Maka penulis merasa tertarik dan tertantang untuk meneliti tentang “Kontribusi latihan menendang dengan menggunakan Beban *Bending* 1 kg dan latihan *Bar Twist* terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashi geri* pada atlet putra *Dojo Kushin-ryu M Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir Tahun 2015.*”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut : Faktor-faktor apa sajakah yang dapat mempengaruhi kecepatan tendangan *Mawasi Geri*? Bila seandainya dapat

latihan apakah yang dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri*? Apakah latihan Beban *Bending* 1 kg dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri*? Apakah latihan *Bar Twist* dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri*? Apakah latihan Beban *Bending* 1 kg dan latihan *Bar Twist* secara bersama dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri*?

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat masalah yang diteliti cukup luas seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini akan dibatasi pada masalah Kontribusi latihan menendang dengan menggunakan Beban *Bending* 1 kg dan latihan *Bar Twist* terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashigeri* pada atlet putra *Dojo Kushin-ryu M Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir Tahun 2015*.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, antara lain yaitu :

1. Apakah latihan Beban *Bending* 1 kg memberikan kontribusi terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* pada atlet karateka putra *Dojo Kushin-ryu M Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir*?
2. Apakah latihan *Bar Twist* memberikan kontribusi terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* pada atlet karateka

putra *Dojo Kushin-ryu M* Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir?

3. Apakah latihan Beban *Bending* 1 kg dan latihan *Bar Twist* memberikan kontribusi secara bersama-sama terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* pada atlet karateka putra *Dojo Kushin-ryu M* Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir tahun 2015?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan penjelasan dari permasalahan yang dikemukakan diatas, yaitu :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi latihan Beban *Bending* 1 kg terhadap peningkatan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* pada atlet karateka putra *Dojo Kushin-ryu M* Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir tahun 2015?
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi latihan *Bar Twist* terhadap peningkatan kecepatan tendangan *mawashi geri* pada atlet karateka putra *Dojo Kushin-ryu M* Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir 2015?
3. Untuk mengetahui kontribusi secara besama-sama latihan Beban *Bending* 1 kg dengan latihan *Bar Twist* terhadap peningkatan kecepatan tendangan *mawashi geri* pada atlet karateka putra *Dojo*

*Kushin-ryu M Karate-do Indonesia TB Silalahi Center Kab. Toba Samosir 2015?*

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi pelatih dan Pembina serta insan olahraga. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai sumbangan pemikiran untuk menyusun program latihan dalam pembinaan prestasi khususnya pada cabang karate dan khususnya bagi pelatih di *Dojo Kushin-Ryu M karate-do Indonesia TB Silalahi Center kab. Toba samosir.*
2. Untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dalam cabang olahraga karate di lingkungan fakultas ilmu keolahragaan khususnya dalam menyempurnakan teknik dan meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri.*
3. Bagi atlet sendiri, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashi Geri* sehingga mampu memperbaiki prestasi atlet secara individu.
4. Sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian dalam penyusunan karya ilmiah.