

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pada Tahun 1936 buku *Karate-do Kyohan* diterbitkan *Funakoshi* telah menggunakan istilah karate dalam huruf kanji Jepang. Dalam pertemuan bersama para master di *Okinawa* makna yang sama diambil. Dan sejak saat itu istilah “karate” dengan huruf kanji berbeda namun pengucapan dan makna yang sama digunakan sampai sekarang. Saat ini istilah karate berasal dari dua kata dalam huruf kanji “kara” yang bermakna kosong dan “te” yang berarti tangan. Karate berarti sebuah seni bela diri yang memungkinkan seseorang mempertahankan diri tanpa senjata

Menurut Gichin Funakoshi karate mempunyai banyak arti yang lebih condong kepada hal yang filsafat-filsafat. Istilah “kara” dalam karate bisa pula disamakan seperti cermin bersih yang tanpa cela yang mampu menampilkan bayangan benda yang dipantulkannya sebagaimana aslinya. Ini berarti orang yang belajar karate harus membersihkan dirinya dari keinginan dan pikiran jahat. Selanjutnya Gichin Funakoshi menjelaskan makna kata “kara” pada karate mengarah kepada sifat kejujuran, rendah hati dari seseorang. Walaupun demikian sifat kesatria tetap tertanam dalam kerendahan hatinya, demi keadilan berani maju sekalipun berjuta lawan tengah menunggu. Demikianlah makna yang terkandung dalam karate. Karena itulah seseorang yang belajar karate sepantasnya tidak hanya memperhatikan sisi teknik dan fisik, melainkan juga memperhatikan sisi mental yang sama pentingnya.

Seiring usia yang terus bertambah, kondisi fisik akan terus menurun. Namun kondisi mental seorang karateka yang diperoleh lewat latihan yang lama akan membentuk kesempurnaan karakter. Akhiran kata “Do” pada karate-do memiliki makna jalan atau arah. Suatu filosofi yang diadopsi tidak hanya oleh karate tapi kebanyakan seni bela diri Jepang dewasa ini (*Kendo, Judo, Kyudo* dan *Aikido*)

*Japan karatedo federation (JKF)* dan *world karatedo federation(WKF)*, yang dianggap sebagai gaya karate yang utama yaitu:

1. *Shotokan*
2. *Goju-Ryu*
3. *Shito-Ryu*
4. *Wado-Ryu*

Keempat karate tersebut diakui sebagai gaya karate yang utama karena turut serta dalam pembentukan *Japan Karatedo Federation (JKF)* dan *World Karate Federation (WKF)*. Di Negara Jepang, organisasi yang mewadahi olahraga karate seluruh Jepang adalah *Japan Karatedo Federation (JKF)*. Adapun yang mewadahi karate seluruh dunia adalah *World Karate Federation (WKF)* dan dikenal dengan nama *World Union of Organizations (WUKO)*. Adapun fungsi dari *Japan Karatedo Federation (JKF)* dan *World Karate Federation (WKF)* adalah untuk meneguhkan karate yang bersifat tanpa kontak langsung. Pada zaman sekarang karate juga dapat dibagi menjadi aliran tradisional dan aliran olahraga. Aliran tradisional lebih menekankan aspek bela diri dan teknik tempur sementara aliran olahraga lebih menumpukan teknik-teknik untuk pertandingan olahraga.

Latihan dasar karate terbagi menjadi tiga seperti berikut ini:

1. *Kihon*, yaitu latihan teknik-teknik dasar karate seperti tehnik memukul, menendang dan menangkis.
2. *Kata*, yaitu latihan jurus atau bunga karate
3. *Kumite*, yaitu tanding atau sparring.

Sumber : <http://www.fokushotokan.com/definisi.html>

Setelah melakukan pengamatan dan konsultasi dengan pelatih pada kegiatan latihan para Atlet Wadokai sabuk coklat *Dojo Capital Karate Club (CKC)* Medan, mengatakan bahwa target yang ingin dicapai adalah pertandingan nasional. Namun yang menjadi permasalahan pada atlet saat latihan tendangan *mawashigeri chudan* masih tergolong lemah dan kurang cepat, yang dapat mengakibatkan tendangan *mawashigeri chudan* sangat mudah untuk diantisipasi oleh lawan. ini dibuktikan hasil tes awal yang dilakukan selama 3 kali latihan atlet wadokai sabuk coklat *Dojo Capital Karate Club (CKC)* medan usia 15-17 tahun. maka dari data diatas peneliti ingin menerapkan variasi latihan yaitu *mawashigeri Jongkok*, *Mawashigeri* menggunakan Karet, *Mawashigeri* menggunakan pemberat kaki untuk mengatasi kecepatan tendangan *Mawashigeri chudan* tersebut

Berikut ini adalah daftar sample dan hasil test awal yang dapat dilihat dari table dibawah ini:

**Tabel 1. Nama Sample Atlet Wadokai Sabuk Coklat *Dojo Capital Karate Club (CKC)* Medan Usia 15-17 Tahun.**

NO	Nama Atlet	Tingkatan sabuk	Lama Latihan	Usia	Kejuaraan
1	Titan	Coklat	1,5 Tahun	15 Tahun	FORKI

2	Zanri	Coklat	1,5 Tahun	15 Tahun	FORKI
3	Ayakimo	Coklat	2 Tahun	16 Tahun	FORKI
4	Boby karo-karo	Coklat	1.5 Tahun	16 Tahun	FORKI
5	Patar	Coklat	2 Tahun	17 Tahun	FORKI
6	Josua Simanjuntak	Coklat	2 Tahun	17 Tahun	FORKI

**Tabel 2. Hasil Test Pendahuluan Tendangan *Mawashigeri Chudan* Atlet Wadokai Sabuk Coklat Dojo Capital Karate Club (CKC) Medan Usia 15-17 Tahun 2013.**

No	Nama	Hasil Tendangan (second)			Waktu Terbaik	Kriteria Penilaian
		I	II	III		
1	Titan	0.68	0.69	0.67	0.65	Kurang
2	Zanri	0.75	0.77	0.71	0.71	Kurang Sekali
3	Ayakimo	0.72	0.73	0.72	0.72	Kurang Sekali
4	Boby karo-karo	0.70	0.71	0.70	0.70	Kurang Sekali
5	Patar	0.79	0.81	0.75	0.75	Kurang Sekali
6	Josua Simanjuntak	0.70	0.72	0.75	0.70	Kurang Sekali

**Tabel 3. Hasil Tes Kecepatan Tendangan *Mawashigeri Chudan* Atlet Karate Putera Wadokai Yang Pernah Mengikuti Kejuaraan Nasional Dan Menyandang Sabuk Coklat**

No	Nama Atlet	Hasil Tendangan			Waktu Terbaik	Kriteria
		I	II	III		
1	Arya Napitupulu	0.41	0.42	0.44	0.41	Baik sekali

**Tabel4. Kriteria Penilaian**

NO	Kriteria Pengskoran	Catatan waktu	Klasifikasi Nilai
1	90% - 100%	$0,41 \leq$	Baik sekali
2	80% - 90%	0,45 - 0,50	Baik
3	70% - 80%	0,51 – 0,57	Cukup / rata-rata
4	60% - 70%	0,58 – 0,67	Kurang.
5	60%	$0,68 \geq$	Kurang sekali

Jumlah catatan waktu

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 100\%$$

Kriteria pengskoran

Dari data tersebut diatas merupakan hasil persentase yang didapat untuk melihat perkembangan kemampuan sampel atau atlet dalam melakukan *test* tendangan *Mawashigeri chudan*. Data tersebut dapat kita simpulkan bahwa rata-rata hasil test tendangan saat melakukan *Mawashigeri chudan* Atlet Wadokai sabuk coklat *DojoCapital Karate Club(CKC)* medan Usia 15-17 tahun tersebut sangat rendah dan kurang sekali. Berdasarkan pernyataan yang sudah disebutkan, Adapun latihan yang dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashigeri chudan* melalui variasi latihan yaitu *Mawashigeri jongkok*, *Mawashigeri* menggunakan karet, *Mawashigeri* menggunakan pemberat kaki.

Melihat latar belakang masalah diatas, peneliti ingin membuktikan UPAYA MENINGKATKAN KECEPATAN TENDANGAN *MAWASHIGERI CHUDAN* MELALUI VARIASI LATIHAN PADA ATLET WADOKAI SABUK COKLAT *DOJO CAPITAL KARATE CLUB (CKC)* MEDANUSIA 15-17 TAHUN 2013.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang masalah di atas, maka masalah penelitian dapat diidentifikasi Apakah melalui Variasi Latihan dapat meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashigeri Chudan* ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya cakupan permasalahan berdasarkan tinjauan dari latar belakang maka penelitian ini lebih menekankan pada : Variasi Latihan terhadap kecepatan tendangan *Mawashigeri Chudan* pada atlet Wadokai sabuk coklat *DojoCapital Karate Club (CKC)* medan usia 15-17 tahun 2013?

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu Meningkatkan Kecepatan Tendangan *Mawashigeri Chudan* Melalui Variasi Latihan Pada Atlet Wadokai Sabuk Coklat *DojoCapital Karate Club (CKC)* MedanUsia 15-17 Tahun 2013?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendapatkan data dan informasi tentang Meningkatkan Kecepatan Tendangan *Mawashigeri Chudan* Melalui Variasi latihan pada Atlet

Wadokai sabuk coklat *DojoCapital Karate Club (CKC)* medan Usia 15-17 Tahun 2013.

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

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan berguna bagi :

1. Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk meningkatkan prestasi atlet karate khususnya untuk variasi latihan Atlet Wadokai sabuk coklat *DojoCapital Karate Club (CKC)* medan usia 15-17 Tahun 2013.
2. Sebagai tambahan ilmu dalam penulisan karya-karya ilmiah dalam ilmu kepelatihan karate baik bagi penulis dan para pelatih olahraga.
3. Menjadi bahan informasi dan masukan yang bermanfaat bagi penulis dalam mengembangkan olahraga karate yang diperoleh selama perkuliahan.
4. Untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan olahraga khususnya dalam meningkatkan kecepatan tendangan *Mawashigeri chudan*.

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY