

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan sebuah aktivitas fisik yang mana bertujuan olahraga untuk mencapai prestasi setinggi tingginya dengan semaksimal mungkin baik yang individu maupun tim. Untuk mendapatkan prestasi dibidang olahraga yang digeluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan melalui pembinaan di usia dini baik dari kemampuan tehnik taktik dan strategi serta melalui pendekatan ilmiah.

Mendapatkan prestasi yang setinggi-tingginya diperlukan yang namanya usaha dan kerja keras yang latihannya sudah terencana dan terukur yang sesuai dengan cabang olahraga yang dialami.

Karate adalah salah satu cabang olahraga yang dapat membentuk kesehatan fisik dan mental dalam olahraga beladiri karate, disamping itu olahraga beladiri karate adalah merupakan cabang olahraga yang populer. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan banyak diadakannya kejuaraan-kejuaraan baik dalam tingkat daerah, nasional, bahkan internasional. Dalam kejuaraan karate, ada dua kategori yang dipertandingkan, yaitu kategori tanding (*kumite*) dan kategori rangkaian jurus (*kata*). Dalam olahraga karate terdapat empat teknik dasar yaitu pukulan, tendangan, tangkisan dan kuda-kuda.

Kemajuan dan perkembangan bela diri karate yang terjadi saat ini sangatlah baik untuk itu diharapkan agar banyak yang memberikan kontribusi dalam pengembangan, penciptaan temuan-temuan baru yang berupa bentuk-bentuk latihan yang lebih baik untuk kedepannya meliputi aspek fisik, alat bantu, teknik dan taktik/strategi serta mental. Sehingga setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasi dengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh atlet yang lebih berprestasi.

Salah satu faktor pendukung dalam meningkatkan kemampuan kecepatan dalam melakukan tendangan *mawashi geri* yaitu alat latihan. Alat yang dimaksud disini adalah alat yang bisa membantu meningkatkan kemampuan kecepatan reaksi atlet pada saat melakukan tendangan *mawashi geri*.

Peneliti melakukan observasi mulai tanggal 27 November s/d 15 Desember 2017. Jadwal latihan di 3 *dojo* tersebut masing-masing 3 kali seminggu dan satu *dojo* 2 kali seminggu, untuk *dojo* SMP Negeri 6 Medan Senin, Rabu, Sabtu, sedangkan *dojo* Medan Tuntungan Selasa, Jumat, Minggu dan *dojo* Mabar yaitu Sabtu dan Minggu. Jadwal tersebut bisa berubah sesuai keadaan seperti ketika mendekati pertandingan dan ujian kenaikan tingkat *Kyu*, dan jadwal latihan ditambah.

Dalam hasil observasi tersebut ada beberapa latihan yang dilakukan oleh atlet, salah satunya adalah latihan *kihon*, dimulai dari pukulan, tendangan,

tangkisan dan kuda-kuda, Kemudian diberikan beberapa metode untuk latihan kumite, dengan cara berpasangan maupun perorangan. Ketika melakukan tendangan *mawashi geri* ada beberapa atlet yang sudah benar secara teknik dalam melakukan tendangan, hanya saja untuk kecepatan masih belum termasuk kriteria poin dalam peraturan PB Forki.

Karena berlandaskan setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasi dengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh atlet yang lebih berprestasi maka dengan latihan menggunakan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* bisa menjadi sektor pendukung yang efektif.

Peneliti ingin mengembangkan alat yang bisa digunakan sebagai latihan kecepatan reaksi tendangan *mawashi geri* sehingga bisa menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang muncul dalam bela diri karate khusus untuk nomor kumite sehingga dapat melakukan tendangan *mawashi geri* dengan cepat dan tepat.

Setelah penulis melakukan observasi penulis juga membagikan angket analisis kebutuhan kepada atlet melalui wawancara dan beberapa pertanyaan maka 6 daftar kesimpulan dari 6 pertanyaan.

- 1) Hasil dari jawaban pertanyaan pertama dari beberapa pelatih maka dapat disimpulkan bahwa atlet dan pelatih berminat didalam olahraga karate.

- 2) Dari hasil pertanyaan kedua dapat disimpulkan bahwa atlet masi rutin berlatih sebagai atlet.
- 3) Hasil dari jawaban pertanyaan ketiga menyatakan atlet banyak melakukan latihan tendangan *mawashi geri* pada saat berlatih.
- 4) Dari hasil pertanyaan keempat menyatakan bahwa atlet belum merasa maksimal dalam kecepatan tendangan pada saat melakukan tendangan *mawashi geri* walaupun atlet banyak melakukan tendagan *mawashi geri* pada saat berlatih.
- 5) Hasil dari jawaban pertanyaan kelima menyatakan bahwa memerlukan adanya metode latihan yang baru dalam melatih kecepatan tendangan *mawashi geri*, karena atlet mengatakan masih melakukan metode yang lama dan terus berulang.
- 6) Hasil dari jawaban pertanyaan keenam menyatakan bahwa memerlukan teknologi baru yaitu sebuah alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasar latar belakang yang ditemukan di atas masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan peneliti ini dikemukakan dengan beberapa bentuk pertanyaan :

1. Apakah pengembangan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* perlu dikembangkan di tiap *dojo* karate ?
2. Apakah ada kesulitan pada atlet dalam melakukan tendangan *Mawashi geri* ?

3. Mengapa tendangan *mawashi geri* diperlukan sebuah alat latihan reaksi yang berbasis *Audio visual* ?
4. Apakah faktor yang mempengaruhi kurang maksimalnya kecepatan tendangan *mawashi geri* ?
5. Apakah mamfaat pengembangan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* pada atlet karate *kei shin kan* medan ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dituliskan diatas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi maka penulis berfokus kepada pengembangan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identiikasi masalah dan pembatasan masalah, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut :

- Bagaimanakah pengembangan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* ini dapat meningkatkan prestasi ?

E. Spesifikasi Masalah

Produk yang diharapkan dalam penelitian pengembangan ini berusaha untuk membuat suatu alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* yang diharapkan untuk mempermudah para atlet untuk berlatih kecepatan tendangan *Mawashi Geri* dan lebih efektif dan efisien sehingga dapat menjadi daya tarik untuk atlet. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat mempertinggi prestasi.

F. Tujuan Penelitian

Mengembangkan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual*.

G. Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang peneliti lakukan, ada beberapa manfaat yang akan diperoleh, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya penelitian yang telah ada di bidang olahraga khususnya cabang olahraga karate sebagai penambah wawasan dalam ilmu keolahragaan.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi atlet cabang olahraga karate adalah dapat melakukan latihan kecepatan tendangan menggunakan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual*.
- b) Bagi pelatih karate adalah dapat menggunakan alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* untuk melatih kecepatan reaksi tendangan *Mawashi geri* dan dapat menambah metode latihan terbaru.
- c) Bagi masyarakat adalah dapat mengetahui informasi tentang alat latihan reaksi tendangan *mawashi geri* berbasis *audio visual* sebagai media melatih reaksi tendangan *Mawashi geri*.