

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Karate di Indonesia mempunyai banyak penggemar, dapat dibuktikan dengan munculnya berbagai macam organisasi karate dari berbagai aliran yang diikuti oleh pendirinya masing-masing. Karate merupakan salah satu olahraga beladiri yang cukup lama berkembang di Indonesia. Perkembangan karate saat ini dapat dibuktikan dengan banyaknya kejuaraan, mulai dari sekolah dasar, menengah, dan perguruan tinggi. Karate juga merupakan suatu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan baik di area nasional maupun internasional.

Dalam cabang olahraga beladiri karate ada dua jenis komponen gerak yang dipertandingkan yaitu *kata* dan *kumite*. Menurut Nakayama (1981:04) bahwa "*kata* adalah jurus yang merupakan perpaduan dari semua teknik dasar yaitu tangkisan, tinjauan, sentakan, atau hentakan dan tendangan yang dirangkai sedemikian rupa dalam satu kesatuan bentuk yang pasti". Sedangkan *kumite* adalah "pertarungan dua orang yang saling berhadapan dan saling menampilkan teknik-teknik".

Sebagai salah satu cabang olahraga prestasi, terdapat nomor yang dipertandingkan dalam olahraga Karate yaitu, *Kata* dan *Kumite*. *Kata* adalah rangkaian beberapa *Kihon* yang disusun melalui proses panjang pada masa lalu ke dalam sebuah bentuk khusus yang memiliki nilai keindahan, arti filosofis

yang tinggi, serta diatur oleh sebuah standardisasi yang baku dalam penerapannya. *Kumite* adalah pertarungan dua orang yang saling berhadapan, saling menampilkan teknik-teknik terbaik dan tetap tunduk dalam aturan yang sangat ketat (Wahid, 2007).

Didalam pertandingan ada beberapa jenis jumlah poin dalam karate yaitu:

**Tabel 1.1 Jenis Poin Karate**

Poin	Bahasa Jepang	Sasaran
1	<i>Yuko</i>	Pukulan kearah yang diperbolehkan sesuai peraturan
2	<i>Waza-Ari</i>	Tendangan kearah perut, dada, punggung, dan tubuh bagian samping
3	<i>Ippon</i>	Tendangan kearah muka, kepala, leher, melakukan bantingan atau menyapu kaki lawan

(Sumber : <http://www.wkf.net/pdf/WKFCompetitionRules2017>)

Cara terbaik untuk memperoleh poin adalah dengan melakukan tendangan. Salah satunya adalah tendangan *mawashi geri*.

*Mawashi Geri Jodan* adalah tendangan mengarah ke arah pipi, ke arah kepala, leher, dan ke arah punggung. Menurut Putra (2005:5), tendangan *mawashi geri* adalah tendangan samping, dimana lontaran yang menendang membentuk jalur melengkung seperti busur dari luar ke dalam, dengan sasaran yang ada didepan atau samping. Dalam sebuah pertandingan banyak karateka yang menggunakan tendangan ini, agar bisa memperoleh *ippon* atau 3 poin. *Mawashi Geri Jodan* akan mendapatkan nilai *ippon* jika dilakukan dengan benar sesuai dengan kriteria yang sudah dibuat Federasi Olahraga Karateka Indonesia (FORKI). Kriteria yang dimaksud adalah Baik bentuknya, Sikap sportif, Di tampilkan dengan semangat, Kesadaran (ZANSHIN), Waktu

yang tepat, dan Jarak yang benar. Banyak karateka saat melakukan *mawashi geri* ketepatannya kurang, artinya saat melakukan tendangan, arah tendangan karateka tidak jelas, saat mengangkat kaki, karateka goyang saat menurunkan tendangan, dan tendangannya juga kurang dikontrol.

Teknik tendangan ini merupakan salah satu teknik tendangan yang dapat mengejar ketinggalan poin ketika poin lawan lebih tinggi. Karena teknik ini sangat membutuhkan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai dari karateka itu sendiri. Sehingga karateka dapat melakukan tendangan *mawashi geri* berkali kali. Dalam pertandingan karate *mawashi geri* merupakan salah satu teknik yang sering digunakan untuk mendapatkan poin. Banyak pelatih maupun karateka yang ketika pertandingan jarang menggunakan teknik ini, padahal teknik ini dapat menghasilkan nilai *ippon* atau 3.

Kenyataan yang terjadi di tempat latihan atau dipertandingan karateka lebih cenderung untuk menggunakan teknik pukulan dari pada tendangan, ini menandakan bahwa kemampuan karateka masih kurang baik dan kurang percaya diri melakukan tendangan *mawashi geri jodan* karena belum pernah mengukur batas maksimal tendangan.

Hasil observasi karateka *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan melakukan tendangan *mawashi geri jodan* 10 atlit yang pernah bertanding tingkat daerah dan nasional hanya 30% yang bisa melakukan tendangan tepat mengenai samsak dan bisa menjaga keseimbangan. Ada 70% lagi yang ketika melakukan tendangan masih kurang seimbang dan meleset dari sasaran.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan sebanyak tiga kali pada tanggal 1, 15 dan 29 April 2017, pada atlet karate *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan. Berdasarkan pendapat pelatih Bapak Karmantua Hasibuan dipertemuan pertama bahwa berdasarkan hasil wawancara tendangan *mawashi geri* sangatlah diperlukan dalam sebuah pertandingan. Karena tendangan *mawashi geri* adalah teknik dasar yang sering dilakukan dalam pertandingan agar cepat memperoleh poin 3. Ini dibuktikan pada pertemuan kedua dengan melihat atlet karateka kumite bertanding masih cukup banyak kekurangan dalam melakukan gerakannya terutama dalam mengontrol tendangan ke arah sasaran. Setelah itu peneliti melakukan observasi ketiga untuk melihat apakah masih terjadi kesalahan pada tendangan *mawashi geri*. Ini dibuktikan dengan hasil wawancara dengan atlet. Karateka menyatakan bahwa dirinya dalam melakukan tendangan *mawashi geri* masih kurang sempurna terkhusus dalam penguasaan gerakan dan teknik. Dan diperkuat dengan pernyataan pelatih yang mengatakan bahwa kesalahan umum yang sering karateka lakukan adalah teknik gerakan yang kurang sempurna yaitu kuda-kuda ketika mengangkat kaki dan memposisikan berat badan sehingga badan mudah goyang dan tidak seimbang, kemudian kecepatan dan ketepatan kaki ke arah sasaran yang dituju, berikut adalah tahapan tendangan *mawashi geri* ;

Pelaksanaan tahapan melakukan tendangan *mawashi geri*:

1. Persiapan posisi sikap pasang dan angkatan kaki

Kekuatan kuda-kuda kaki adalah penting dalam pelaksanaan yang tepat dari tendangan ini. Pada posisi *kumite* angkat kaki bagian belakang dan sejajar dengan posisi tubuh dan tidak melampaui tubuh garis depan, tumit kaki yang diangkat harus menyentuh bagian belakang paha, tubuh tegak serta lutut kaki pendukung tegak lurus sementara kaki belakang yang diangkat dibengkokkan ke arah target serangan.



**Gambar 1.1 Sikap *Kumite* dan Angkatan Kaki**  
**Sumber: <http://karatepediaindonesia.blogspot.co.id>**

## 2. Melepas tendangan

Untuk tendangan ini menjadi efektif, rotasi pinggul harus sangat cepat. Ketika gerakan pinggul dimulai, kaki lecutkan dengan kecepatan maksimum. Gerak patah ini sangat penting dengan alasan menjaga keseimbangan yang baik, mencegah lawan dari merebut kaki, dan transmisi gelombang kejut yang maksimal kepada lawan. Kekuatan memecut dari tendangan ini tergantung pada kombinasi memutar pinggul dan kaki pendukung harus tertanam kuat pada lantai.



**Gambar 1.2 Melepas Tendangan**  
**Sumber: <http://karatepediaindonesia.blogspot.co.id>**

3. Posisi kembali ke sikap *kumite*

Gerakan kembali (menarik kaki setelah menendang) dilakukan sama pada saat melakukan tendangan dan harus dikontrol dengan baik dan menjaga keseimbangan, bahwa kaki harus ditempatkan kembali pada posisi *kumite* seperti semula.



**Gambar 1.3 Posisi Kembali Kesikap *Kumite***  
**Sumber: <http://karatepediaindonesia.blogspot.co.id>**

Berdasarkan pernyataan dan hasil analisis peneliti bahwa kenyataan yang terjadi di lapangan adalah masih banyak atlet yang kurang dalam penguasaan teknik melakukan tendangan *mawashi geri*. Atlet melakukan gerakan tendangan tidak seimbang, saat melepas dan melakukan tendangan kaki yang menjadi tumpuan tidak kuat dan seimbang. Pelatih juga mengatakan

perlu adanya dilakukan analisis gerakan tendangan *mawashi geri jodan* untuk memperoleh gerakan yang lebih benar dan lebih sempurna.

Berdasarkan analisis peneliti tentang tahapan gerak yang baik untuk melakukan tendangan *mawashi geri jodan* adalah sebagai berikut:



**Gambar 1.4 Sudut Melakukan *Mawashi Geri Jodan***  
Sumber: Analisis Kinovea

Pada gambar terlihat pembanding sedang melakukan *mawashi geri jodan*, pada saat karateka mengangkat kaki mengarah *jodan* dan membentuk sudut berwarna biru  $137^\circ$ , sedangkan antara ujung kaki dan kepala membentuk sudut berwarna oranye  $112^\circ$ , sementara itu disebelah bawah membentuk sudut berwarna hijau  $107^\circ$ . Ini menunjukkan sudut yang harus dimiliki oleh seorang karateka ketika melakukan tendangan *mawashi geri jodan*.

Alasan peneliti mengambil masalah ini adalah bahwasanya *mawashi geri* merupakan salah satu teknik penting dari olahraga karate, karena di dalam suatu pertandingan *mawashi geri jodan* sering digunakan untuk mendapatkan nilai poin *ippon* atau 3. Berangkat dari latar belakang di atas, maka penulis mengangkat judul “Analisis Gerak Tendangan *Mawashi Geri Jodan* Perguruan Karate Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan 2017”

## B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai: Bagaimanakah teknik tendangan *mawashi geri jodan* atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan*? Apakah atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan* belum mengerti teknik tendangan *mawashi geri jodan* dengan baik dan benar? Apakah karateka *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan* telah melakukan gerak tendangan *mawashi geri jodan* dengan prinsip efektif dan efisien? Apakah kebenaran gerak tendangan *mawashi geri jodan* atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan* sudah baik dan benar? Apakah posisi kaki tendangan *mawashi geri jodan* atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan* sudah benar? Apakah posisi tangan tendangan *mawashi geri jodan* atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan* sudah sempurna? Apakah posisi badan ketika melakukan tendangan sudah sesuai dengan standar postur tubuh atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan*?

## C. Pembatasan Masalah Penelitian

Penelitian ini ditujukan hanya pada kebenaran gerak dalam melakukan tendangan *mawashi geri jodan* yaitu sudut pada saat pelaksanaan yang akan dilakukan pada atlet karate *Dojo Kei Shin Kan SMPN 6 Medan*.

#### D. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, adapun yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana menganalisis tendangan *mawashi geri jodan* pada karateka *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan?

#### E. Tujuan Penelitian

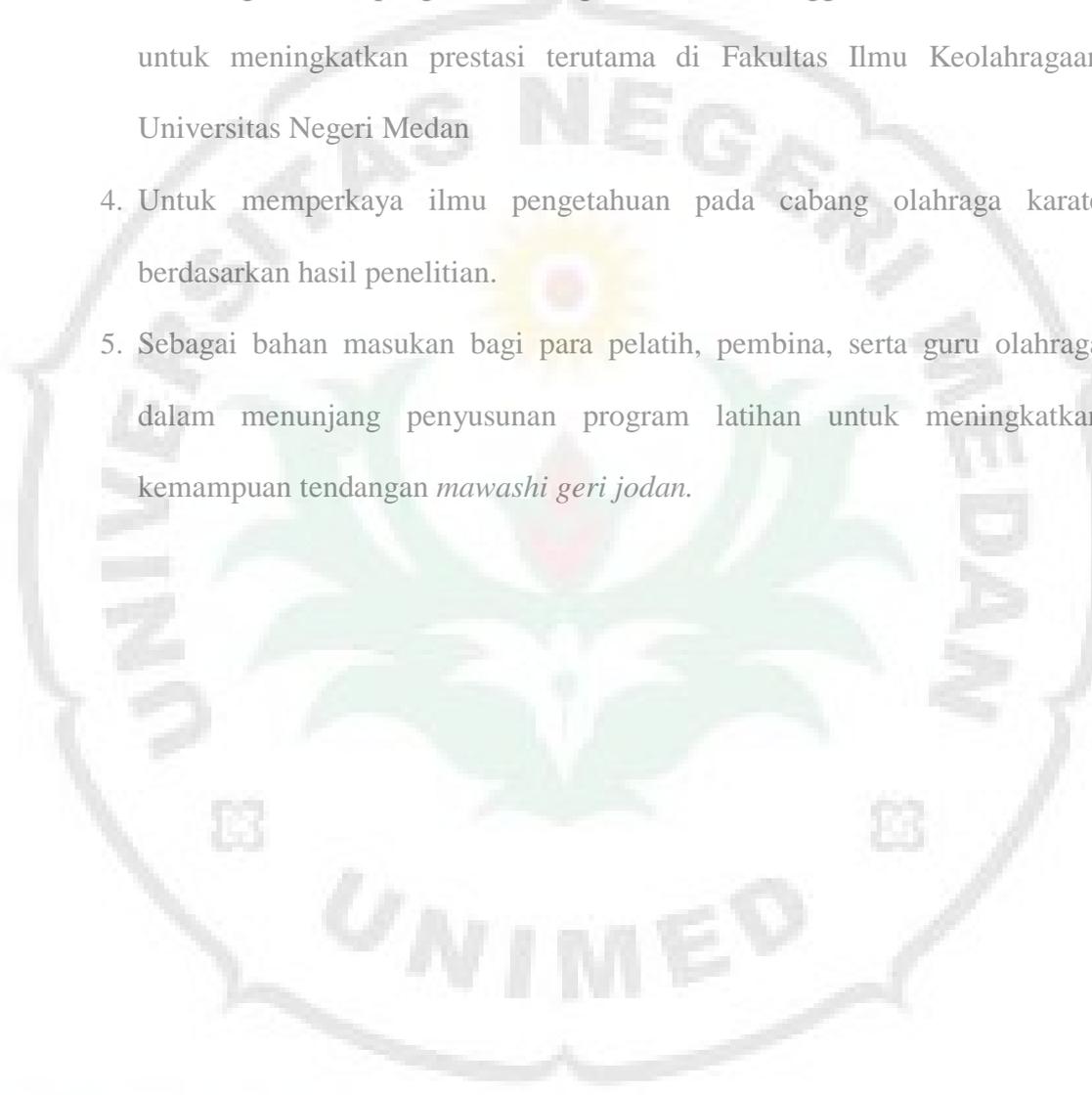
Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui menganalisis kebenaran gerak tendangan *mawashi geri jodan* sesuai dengan kaidah ilmu pengetahuan sehingga dapat diketahui kekurangan dan kelebihan teknik tersebut yang dilakukan oleh karateka *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan.

#### F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yg diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah :

1. Memberikan informasi tentang tendangan *mawashi geri jodan* yang benar sesuai dengan analisis kajian yang ilmiah pada karateka *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan
2. Sebagai sumbangan untuk penyelesaian masalah dalam peningkatan prestasi olahraga khususnya karate pada karateka *Dojo Kei Shin Kan* SMPN 6 Medan

3. Sumbangan ilmu pengetahuan bagi karateka sehingga bisa dimanfaatkan untuk meningkatkan prestasi terutama di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
4. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan pada cabang olahraga karate berdasarkan hasil penelitian.
5. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program latihan untuk meningkatkan kemampuan tendangan *mawashi geri jodan*.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY