

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga semakin digemari semua lapisan masyarakat, bahkan olahraga telah menjadi salah satu kebutuhan hidup bagi manusia dalam mencapai kesehatan jasmani. Setiap individu berhak secara bebas memilih aktivitas cabang olahraga sesuai dengan minatnya, dan salah satu olahraga yang banyak diminati di dunia yaitu karate.

Menurut J.B. Sujoto (Teknik Oyama Karate Seri Kihon,2002), istilah Karate yang ditulis dengan huruf Jepang modern yang harfiahnya berarti tangan kosong, mempunyai pengertian sebagai berikut:

- Karate adalah suatu teknik untuk membela diri dengan tangan kosong atau tanpa senjata.
- Karate juga diartikan jiwa yang kosong, bersih, tanpa pikiran buruk atau pamrih, sehingga dengan jiwa yang bersih itu memungkinkan seseorang mempelajari dan memahami karate dengan benar.

Karate jangan dipandang hanya sekedar suatu teknik untuk berkelahi saja, karena pada hakekatnya karate memiliki makna jauh melebihi membela diri. Karate adalah suatu cara menjalankan hidup yang tujuannya adalah memberi kemungkinan bagi seseorang agar mampu menyadari daya potensinya, baik secara

fisik maupun spiritual. Apabila segi spiritual Karate diabaikan maka segi fisik tidak ada artinya.

Selain sebagai olahraga beladiri Karate juga merupakan salah satu cabang olahraga prestasi. Adapun nomor yang dipertandingkan dalam olahraga Karate ada dua yaitu, *Kumite* dan *Kata*. *Kumite* adalah nomor yang mempertandingkan pertarungan satu lawan satu dalam arena/*tatami* yang luasnya 8 kali 8 secara individu maupun beregu dengan waktu dan peraturan yang telah ditetapkan oleh *World Karate Federation (WKF)*. Sedangkan, *Kata* adalah nomor yang mempertandingkan berbagai bentuk hapalan jurus dalam arena/*tatami* yang luasnya 8 kali 8 secara individu maupun beregu (terdiri 3 orang) sesuai kelas umur yang diikuti dan peraturan yang ditetapkan oleh *WKF*. Pada dasarnya setiap *Kohai* (murid) yang berlatih untuk prestasi mendapatkan pengajaran dan latihan yang sama satu dengan lainnya baik itu untuk *Kumite* maupun *Kata*. Seseorang yang dapat melakukan *Kumite* dengan baik belum tentu ia dapat melakukan gerakan *Kata* dengan baik pula, tetapi bila dapat melakukan gerakan *Kata* dengan baik sudah tentu seseorang tersebut dapat melakukan *Kumite* yang baik pula. Karena semua gerakan serangan *Kumite* terdapat di dalam *Kata*, hanya saja *Kata* merupakan rangkaian jurus yang harus diperagakan secara berurutan dengan bentuk dan ritme yang tepat, maka untuk dapat melakukan *Kata* harus memiliki daya ingat yang kuat.

Kata dalam karate dibagi lagi menjadi beberapa bagian yaitu *Kata* dasar, *Sithe Kata*, dan *Tokui Kata*. *Kata* dasar terdiri dari *Taikyoku (shodan, Nidan, dan Sandan)*, *Heian (Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, dan Godan)*, dan *Sithe Kata*

diantaranya adalah *Jion* (sumber: Sujoto, J.B. (1996). Teknik Oyama Karate). Setiap jenis *Kata* sangat penting dan memerlukan perhatian yang sangat khusus saat diajarkan kepada atlet. *Kata* merupakan dasar dari pembentukan atlet pada masing-masing tingkatan sabuknya. *Jion* merupakan salah satu teknik *Kata* yang harus dikuasai setiap *kohai* sebagai prasyarat untuk kenaikan tingkat sabuk dan yang terdapat dalam pertandingan. *Jion* memiliki 47 (empat puluh tujuh) hitungan jurus/gerakan yang harus dikuasai secara berurutan dengan bentuk dan waktu yang tepat.

Dari hasil pengamatan peneliti selama menjadi atlet *Dojo Kei Shin Kan* SMP Negeri 6 Medan melaksanakan program latihannya tiga kali dalam satu minggu, yaitu pada hari Senin, Rabu, dan Sabtu pada pukul 17.00 s/d 20.00 WIB. Dari tiga kali pertemuan setiap minggu itulah pelatih memberikan program latihan baik itu teknik *Kihon*, *Kumite*, dan juga *Kata* kepada 40 orang atletnya yang terdiri dari beberapa tingkatan sabuk. Pelatih memberikan program latihan dan mengawasi perkembangan dari teknik gerakan atlet-atletnya dengan bantuan dari atlet-atlet senior.

Pelatih memberikan program latihan dengan mempraktekan gerakan-gerakan yang harus dilaksanakan oleh para atlet. Begitu juga dengan berlatih *Kata*, pelatih memperagakan jurus-jurus yang harus dihapal dan dikuasai tekniknya oleh para atlet. Hal ini dilakukan oleh pelatih secara berulang-ulang hingga atlet hapal arah dan teknik dari gerakan tersebut bahkan dari minggu ke minggu dengan waktu yang cukup panjang.

Atlet yang dikatakan telah mampu menguasai teknik *Kata* dengan baik tentunya telah lulus dalam setiap ujian kenaikan tingkat sabuk dan diikuti sertakan dalam suatu pertandingan. Awalnya, diikuti sertakan oleh pelatih dalam seleksi antar dojo dan yang lolos akan diikuti sertakan dalam kejuaraan daerah mewakili perguruan. Saat pertandingan apabila atlet tersebut memperoleh medali barulah dapat dikatakan teknik *Kata* atlet tersebut lebih dari baik, karena saat pertandingan tersebut teknik *Kata* si atlet telah dinilai oleh para juri yang telah memiliki lisensi. Kei Shin Kan dojo SMP Negeri 6 Medan telah banyak mengikut sertakan atletnya di kejuaraan daerah mewakili perguruan. Dari keseluruhan atlet banyak yang memperoleh medali di nomor *Kumite*, hanya 1 atlet yang memperoleh medali pada nomor *Kata*, yaitu Novia Andrina (saat ini telah DAN I). Selain dari Novia atlet lain memiliki kemampuan kurang baik, dikatakan demikian karena hanya atlet yang memiliki kemampuan *Kata* yang baik saja yang diikuti sertakan oleh pelatih dalam seleksi antar dojo untuk mewakili perguruan dalam pertandingan karate ditingkat daerah.

Sampai saat ini pelatih masih tetap menggunakan cara melatih yang lama tanpa menerapkan *Iptek* dalam berlatih Karate. Untuk itu pola pikir pelatih harus dirubah agar mau menggunakan bantuan teknologi dalam upaya meningkatkan kemampuan penguasaan teknik si atlet, khususnya pada teknik *Kata*. Hal tersebut diperkuat lagi dengan pernyataan yang terdapat dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional No.3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 3 berbunyi: “ Bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga yang terkait dengan peningkatan prestasi olahraga dilakukan dengan menggunakan pendekatan ilmu pengetahuan dan

teknologi yang lebih efektif dan efisien”. (sumber: <http://lekokaltim.wordpress.com/2011/04/13/u-u-ri-no-3-tahun-2005-tentang-sistem-keolahragaan-nasional/>)

Sarana ilmu pengetahuan dan teknologi yang efektif dan efisien dalam belajar atau mendalami olahraga yang diminati adalah media visual berupa media gambar dan media *audio-visual* berupa *video*. Media gambar dan media *video* ini dapat membuat *kohai* tidak hanya dapat berlatih dengan pelaksanaan latihan yang nyata nampak dalam peragaan fisik di *dojo* dan harus berhadapan dengan pelatih, tetapi *kohai* dapat berlatih dengan cara yang lain tanpa melakukan gerakan itu secara berulang-ulang. Atlet dapat memperbaiki teknik *Kata Jion* dengan melatih *mental practice* atau daya khayalnya terhadap teknik gerakan yang harus dikuasainya.

Dari data-data yang ada tersebut dapat disimpulkan bahwa perlu adanya latihan karate teknik *Kata* (jurus) *Jion* dengan media *video* dengan media gambar untuk atlet karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan* Sumatera Utara Dojo SMP Negeri 6 Medan tahun 2012. Dimana media *VCD* dengan media gambar ini dapat menjadi solusi yang efektif dan efisien dalam meningkatkan kemampuan teknik *Kata Jion* pada atlet.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat dibuat gambaran tentang masalah yang dihadapi. Masalah-masalah yang diteliti dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut: Apakah cabang olahraga Karate telah mengikuti

perkembangan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini? Apakah pelatih Karate pada Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan telah menerapkan penggunaan IPTEK dalam melatih? Apakah *Kata/jurus Jion* yang diajarkan pelatih sudah jelas dan benar? Apakah atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan sudah menguasai *Kata Jion* dengan cepat dan mudah? Apakah sudah pernah diterapkan bentuk latihan teknik *Kata Jion* dengan media *VCD* dan media gambar pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan? Apakah bentuk latihan *Kata Jion* dengan media *VCD* dengan media gambar ini dapat meningkatkan semangat berlatih *Kata* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan? Apakah media gambar dan media *VCD* latihan *Kata* pada cabang olahraga karate ini dapat membantu atlet dalam menguasai teknik *Kata Jion* dengan baik dan cepat? Apakah latihan dengan media *VCD* dan media gambar berpengaruh terhadap kemampuan teknik *Kata* (jurus) *Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan? Manakah dari kedua bentuk latihan media tersebut yang lebih signifikan dalam meningkatkan kemampuan teknik *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo* SMP Negeri 6 Medan?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari interpretasi yang keliru terhadap masalah yang menjadi sasaran penelitian ini maka perlu kiranya dijelaskan pembatasan masalah yang

akan diteliti. Masalah yang menjadi sasaran penelitian ini adalah seberapa besarkah pengaruh latihan dengan menggunakan media *VCD* dengan media gambar terhadap kemampuan *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo SMP Negeri 6 Medan*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang ada, maka dapat dirumuskan masalah yang ada yaitu:

1. Apakah ada pengaruh latihan *Kata* dengan menggunakan media *VCD* terhadap kemampuan *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo SMP Negeri 6 Medan* tahun 2012?
2. Apakah ada pengaruh latihan *Kata* dengan menggunakan media gambar terhadap kemampuan *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo SMP Negeri 6 Medan* tahun 2012?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya diantara latihan *Kata* menggunakan media *VCD* dengan media gambar terhadap kemampuan teknik *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan Sumatera Utara Dojo SMP Negeri 6 Medan* tahun 2012?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mendapatkan jawaban terhadap rumusan masalah penelitian yang telah dikemukakan di atas, adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Kata* dengan menggunakan media *VCD* terhadap kemampuan *Kata Jion* pada atlet Karate

sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan* Sumatera Utara *Dojo* SMP Negeri 6 Medan tahun 2012.

2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Kata* dengan menggunakan media gambar terhadap kemampuan *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan* Sumatera Utara *Dojo* SMP Negeri 6 Medan tahun 2012.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya diantara media VCD dengan media gambar terhadap kemampuan teknik *Kata Jion* pada atlet Karate sabuk coklat Perguruan *Kei Shin Kan* Sumatera Utara *Dojo* SMP Negeri 6 Medan tahun 2012.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program latihan pada cabang olahraga Karate.
2. Membuka cara berpikir para pelatih, pembina, serta guru olahraga bahwa tidak ada salahnya menggunakan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) seperti media gambar dan media VCD dalam proses berlatih dan belajar.
3. Menambah pengetahuan dan memperluas wawasan peneliti dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik *Kata Jion* pada cabang olahraga Karate.
4. Dan sebagai bahan bandingan terhadap penelitian selanjutnya.