

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Aktivitas jasmani pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupannya agar kondisi fisik dan kesehatannya tetap terjaga dengan baik. Akan tetapi, di masa sekarang ini menuntut manusia akan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bekerja. Dengan kondisi yang demikian olahraga menjadi sesuatu yang jarang dilakukan. Padahal olahraga sangat dibutuhkan untuk menjaga kesehatan karena kebutuhan akan kesehatan menjadi suatu hal yang sangat penting dan berharga dalam kehidupan manusia. Esensi dari kegiatan olahraga adalah aktivitas bermain yang dilombakan dan dipertandingkan. Olahraga tidak membedakan jenis kelamin, usia, suku, ras, agama, dan golongan. Siapapun diperbolehkan melakukan aktifitas olahraga, asal tidak membahayakan bagi dirinya maupun orang lain. Oleh karena itu dalam olahraga siapapun boleh melakukan dan berpartisipasi melakukan olahraga dengan berbagai peraturan yang dimodifikasi.

Olahraga merupakan kegiatan jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi dalam kehidupan manusia. Kegiatan olahraga ini bisa dijadikan untuk menjaga stamina tubuh dan juga bisa dijadikan untuk meraih prestasi. Saat ini banyak pemuda pemudi Indonesia yang menjadikan olahraga sebagai cita-cita untuk meraih prestasi demi masa depan mereka, misalnya saja adalah olahraga taekwondo. Olahraga ini dapat berfungsi sebagai alat pelindung diri dari serangan dari luar.

Taekwondo adalah seni bela diri yang menggunakan teknik kaki dan tangan kosong (Suryadi, 2003). Taekwondo merupakan salah satu cabang

olahraga yang diharapkan bisa membina generasi muda menjadi pribadi yang sehat dan berprestasi. *Taekwondo* mempunyai banyak kelebihan. Pola gerakannya sangat indah dan sistematis. Selain itu taekwondo tidak hanya mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian dalam bertarung, melainkan juga sangat menekankan pengajaran aspek disiplin mental yang kuat dan etika yang baik bagi orang yang secara sungguh-sungguh mempelajarinya dengan benar. Sebagaimana dikemukakan oleh Suryadi (2003: 16)

Taekwondo sebagai sarana kompetisi, terdapat 2 nomor yang dipertandingkan, yaitu *Poomsae* dan *Kyorugi*. *Poomsae* adalah sistem metode latihan Taekwondo dalam praktek menyerang dan bertahan menghadapi lawan yang imajiner (Suryadi, 2003 : 55). *Kyorugi* adalah latihan yang menggabungkan teknik gerakan dasar atau *poomsae*, dimana dua orang yang bertarung saling mempraktikkan teknik serangan dan teknik pertahanan diri (Suryadi, 2003: 55). Masing-masing peserta akan saling mengadu kekuatan fisik menggunakan teknik-teknik tendangan maupun pukulan yang ada (*sparring*), WT (*Word Tae Kwon Do*) membuat aturan terbaru dalam pemberian poin pertandingan, untuk kategori *kyorugi*. Perubahan peraturan pertandingan dari WT (*Word Tae Kwon Do*), menuntut para atlet untuk meningkatkan performa mereka menjadi atlet yang berkualitas dan profesional.

Dalam olahraga Taekwondo, tendangan merupakan senjata utama dalam melakukan penyerangan untuk mendapatkan poin kemenangan. Salah satu tendangan yang sangat sering digunakan pada saat pertandingan adalah tendangan *dollyo chagi*. Menurut (Suryadi, 2003) tendangan *dollyo chagi* adalah pada dasarnya tendangan ini menggunakan bantalan telapak kaki (*ap chuk*), namun

sangat sering pula menggunakan baldeung (punggung kaki), terutama jika digunakan dalam pertandingan. Variasi tendangan ini antara lain, seperti : I dan *dollyo chagi* (tendangan serong dengan meluncur) dan *dolke chagi* (tendangan serong dengan putaran tubuh 360⁰).

Penguasaan teknik dasar menurut sangat penting dilakukan sehingga dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas. Pelatihan dalam rangka pembibitan sejak dini merupakan usaha untuk melahirkan pemain-pemain yang berkualitas dan profesional. Pada setiap teknik yang diajarkan harus diikuti dengan program latihan yang berkelanjutan agar teknik tersebut dapat dikuasai oleh setiap atlet dan berubah menjadi sebuah keterampilan. Keterampilan yang dimaksudkan adalah kemampuan menggunakan teknik yang dapat digunakan dalam setiap kondisi atau keadaan saat bertanding di lapangan.

Dari hasil observasi peneliti ternyata banyak atlet taekwondo di *Club Mayang Kota Jambi* teknik dalam keterampilan saat melakukan tendangan *dollyo chagi* belum terlihat baik. Hal ini terlihat dari tendangan *dollyo chagi* yang masih kurang tepat sehingga masih bisa selalu mengalami kesalahan. Karena di dalam taekwondo ini keterampilan sangat berpengaruh untuk menghasilkan teknik yang baik di dalam pertandingan. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui keterampilan yang di miliki atlet *Mayang club Kota Jambi*.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang diangkat ke dalam judul “**Analisis Keterampilan tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet Junior Taekwondo Mayang Club Kota Jambi**”

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah adalah suatu proses yang paling penting dalam melakukan sebuah penelitian selain dari latar belakang dan juga perumusan masalah yang ada.

- 1) Keterampilan tendangan *dollyo chagi* yang di pergunakan masih belum baik
- 2) Atlet saat melakukan tendangan *dollyo chagi* masih kaku dan lambat
- 3) Pada saat melakukan tendangan *dollyo chagi* para atlet taekwondo kurang memperhatikan sikap dasar.

1.3 Batasan Masalah

Dari berbagai batasan masalah agar penelitian ini lebih mandalam pengkajiannya. Adapun masalah dibatasi pada “Keterampilan tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet Junior Taekwondo Mayang Club Kota Jambi”

1.4 Rumusan Masalah

Karena kedua bentuk latihan ini merupakan bentuk latihan yang paling baik, sesuai dengan hal tersebut maka rumusan masalah sebagai berikut :
Bagaimana Keterampilan tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet Junior Taekwondo Mayang Club Kota Jambi?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk menganalisis Keterampilan tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet Junior Taekwondo Mayang Club Kota Jambi.

1.6 Manfaat

1) Bagi Atlet

Untuk meningkatkan motivasi para akula muda dalam mengikuti kegiatan latihan taekwondo di Mayang Kota Jambi.

2) Bagi Guru atau Pelatih

Sebagai pedoman pelatih untuk melaksanakan program latihan yang sesuai dengan pendekatan metode dan teori sehingga dapat meningkatkan prestasi olahraga beladiri taekwondo di Kota Jambi.

3) Bagi Peneliti

- a. Sebagai bahan untuk menambah pengetahuan mengenai keterampilan tendangan *Dollyo Chagi*.
- b. Selanjutnya sebagai proses pembelajaran diri dalam meneliti yang secara mendalam.

4) Bagi Pelatih

- a. Dapat di ketahui langsung kemampuan tendangan *Dollyo Chagi* yang di miliki oleh Atlet Junior Taekwondo Mayang Club Kota Jambi.
- b. Sebagai evaluasi dari latihan yang selama di berikan, serta dapat merencanakan untuk program latihan berikutnya.