

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan segala bentuk aktifitas fisik jasmani dan rohani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Kegiatan olahraga ini dalam perkembangannya dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Menurut Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia Olahraga Prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Di Indonesia terdapat berbagai macam beladiri salah satunya yaitu Shorinji Kempo.

Olahraga kempo adalah merupakan salah satu seni beladiri yang berasal dari jepang menggunakan serangan pukulan (zuki), serangan tendangan (geri), serangan bantingan, serangan tangkisan (uke) dan serangan kuncian (roku). Dengan teknik serangan ini perlu di kuasai mulai dari kohai, menengah maupun lanjutan beladiri ini harus menyatukan perpaduan tekniknya agar dapat dikuasai secara baik. Semua jenis beladiri memiliki tujuan yang sama yaitu dibenarkan secara fisik agar dapat mengalahkan orang lain.

Seorang Atlet Shorinji Kempo harus memiliki Ketrampilan yang baik untuk menjadi seorang atlit selain itu harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelincahan dan daya tahan yang baik Karena didalam beladiri ini tidak hanya kekuatan saja yang dipergunakan tetapi kelincahan saat melakukan gerakan daya tahan saat bertanding

dan kecepatan menyerang yang mengenai sasaran sangat diperlukan dalam beladiri ini. Selain itu Manfaat mempelajari beladiri ini sangat banyak diantaranya dapat mendidik anak disiplin dalam membagi waktu yaitu membagi waktu latihan dan waktu belajar dari sini pun mental anak akan berkembang lebih baik dan dapat mengatur waktu dengan sebaik-baiknya.

Dapat kita lihat dengan adanya klub olahraga beladiri di Indonesia. Seperti; karate, pencak silat, judo, gulat, dan lain sebagainya. Berprestasi dalam bidang olahraga tidak mengenal muda ataupun tua, melainkan wanita juga sudah dapat mempelajari serta mengikuti ajang-ajang dalam perlombaan beladiri yang ada. Seorang atlet kempo dalam mengikuti pertandingan tentunya harus dalam kondisi fisik yang baik untuk menghadapi pertandingan yang dimana membutuhkan waktu yang lama.

Didalam beladiri Shorinji Kempo ada 2 macam pertandingan yaitu Embu dan Randori. Didalam embu ada kategori Embu Beregu dan Embu berpasangan, Embu beregu biasanya berisi 4,6 atau 8 orang, yang kedua yaitu kategori Randori atau Fight satu lawan satu, sama dengan beladiri lain di kategori randori ini menggunakan berat badan dan untuk pertandingannya memukul dan menendang mengenai sasaran. Saat pertandingan berlangsung kenshi atau atlit menggunakan pelindung kepala, pelindung dada atau disebut Do, kemudian menggunakan Pelindung ditangan. Jadi, didalam pertandingan ini hanya boleh memukul dan menendang saja dan untuk sasaran memukul yaitu wajah, dan untuk sasaran menendang tidak boleh menendang kemaluan, arah kepala atau wajah, dan belakang badan.

Pertandingan dapat berjalan dengan baik maka atlet perlu memiliki salah satu keterampilan seperti tendangan *mawashi geri*. Menurut Sepriadi (2018: 56) tendangan *mawashi geri* adalah tendangan yang datangnya dari samping dengan cara memutar pinggul sehingga arah berbelok menjadi menyamping, bentuk dasarnya dari tendangan *mawashi geri* adalah kaki diangkat dan melontarkan kaki ke arah lawan disertai memutar pinggul agar lintasan tendangan memotong sanmai atau tulang rusuk.

Berdasarkan pengamatan penulis pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun, pelaksanaan latihan yang belum kondusif dikarenakan peminat Shorinji Kempo belum begitu banyak, serta jarak tempuh atlet ke tempat latihan begitu jauh, sehingga saat memulai latihan terbatas waktu, selama mengikuti pelatih masih fokus pada keberhasilan atlet saat bertanding, tanpa diketahui apakah teknik *mawashi geri* yang dilakukan sudah baik apa belum. Selain itu, teknik tendangan *mawashi geri* termasuk teknik tendangan dasar yang sering dipakai, karena teknik tendangan tersebut paling cepat dan efektif untuk melakukan serangan saat bertanding. Sehingga peneliti tertarik ingin mengetahui Keterampilan Tendangan *Mawashi Geri* Pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun.

Melakukan teknik tendangan *mawashi geri* pada nomor randori ini bagian kaki yang digunakan adalah bagian punggung kaki dan yang menjadi target tendangan bukan kepala lawan tetapi pelindung yang terdapat dibagian dada hingga pinggang dari lawan. Sehingga teknik tendangan *mawashi geri* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tendangan dari arah samping menggunakan bagian punggung kaki dan

yang menjadi target adalah pelindung yang dipakai oleh lawan dan terletak dibagian dada hingga pinggang lawan.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Analisis Keterampilan Tendangan Mawashi Geri Pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah di jelaskan, maka masalah dapat di identifikasi sebagai berikut:

1. Pelaksanaan latihan yang belum kondusif dikarenakan peminat Shorinji Kempo belum begitu banyak,
2. Jarak tempuh atlet ke tempat latihan begitu jauh, sehingga saat memulai latihan terbatas waktu, selama mengikuti pelatih masih fokus pada keberhasilan atlet saat bertanding, tanpa diketahui apakah teknik mawashi geri yang di lakukan sudah baik apa belum.
3. Keterampilan Tendangan Mawashi Geri Pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun belum pernah dilakukan pengamatan khusus untuk tes keterampilan yang di miliki atlet.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari rumusan masalah yang, maka penulis perlu memberikan batasan masalah agar peneliti lebih fokus dalam penelitian yaitu Keterampilan Tendangan Mawashi Geri Pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat diuraikan permasalahannya adalah; Bagaimanakah Keterampilan tendangan mawashi geri pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun.?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tujuan peneliti adalah: Guna mengetahui keterampilan tendangan mawashi geri pada Atlet Shorinji Kempo Sarolangun.”

1.6 Manfaat Penelitian

1. Dapat membagikan pengetahuan dan pengalaman pada atlet junior kenshi kempo Sarolangun.
2. Penulis sebagai proses pembelajaran diri dalam melakukan penelitian dan sebagai penambah wawasan pengetahuan dan pengalaman.
3. Dapat mengembangkan teori-teori yang hasilnya berguna bagi pelatih, bagi atlet, dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi
4. Dapat mengetahui sejauh mana keterampilan tendangan mawashi geri kempo yang dimiliki oleh atlet
5. Dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi dalam latihan untuk meningkatkan keterampilan tendangan mawashi geri