

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan olahraga di Indonesia secara umum dalam pelaksanaannya di tingkat Daerah maupun di tingkat Nasional sudah berlangsung secara sistematis dan berkesinambungan. Melalui pembinaan prestasi olahraga di tanah air dapat meningkatkan citra dan mengharumkan nama bangsa di forum internasional.

Salah satu dari sekian banyak olahraga tersebut adalah cabang olahraga karate, yaitu seni beladiri yang berasal dari Jepang. Karate adalah sebuah teknik yang memberi keleluasaan pada setiap orang untuk menggunakan kepala tinju atau mempertahankan diri dengan tangan kosong.<sup>1</sup> Karate sendiri mempunyai bermacam-macam aliran, namun yang dianggap dikancah internasional hanya empat, yaitu *shotokan*, *goju-ryu*, *shito-ryu* dan *wadokai*.

Pada penerapannya, karate tidak terlepas dari beberapa teknik yang harus dikuasai oleh para karateka (sebutan bagi seseorang yang mengikuti karate), sangat disayangkan jika ada beberapa pelatih yang mengirimkan atletnya hanya karena dekat dengan pelatih, bukan atas dasar penguasaan teknik dan disiplin individu yang kuat pada atlet itu sendiri. Salah satu teknik

---

<sup>1</sup> Dody Rudianto, Seni Beladiri Karate, (Jakarta: Golden Terayon Press: 2010) hal. 3

karate yang terkadang menjadi kendala para siswa SD Elfatih adalah dari segi tendangan. Padahal tendangan sudah harus dikuasai ketika mereka mengenal teknik dasar dalam karate. Sebenarnya hal ini merupakan materi yang wajib mereka kuasai sebelum mereka memperoleh materi berikutnya. Seputar beberapa teknik dalam pertandingan. Ada teknik dasar pokok dalam karate yang harus mereka kuasai, yaitu tendangan *mae-geri* yang paling mendasar dan selanjutnya yang memiliki tingkat kesulitan yang lebih rumit dan bervariasi.

Hal-hal inilah yang harus diperhatikan oleh para siswa terutama yang masih pada pengembangan ekstrakurikuler karate SD Elfatih, karena pembentukan teknik-teknik gerakan dasar kaki *mae-geri* mereka terbentuk sesudah mereka memasuki taraf pengembangan teknik yang lebih sulit. Pada penerapannya sendiri, dasar tendangan dapat berkembang menjadi beberapa teknik tendangan yang lain. Dalam *kumite* pada cabang olahraga karate, kita akan mengenal beberapa tendangan yang merupakan bentuk lanjutan dari *kihon*, antara lain: *mae-geri*, *mawashi-geri*, *ushiromawashi-geri* dan *kiyange*. Salah satu teknik tendangan dalam karate yang peneliti angkat yaitu Teknik Tendangan *mae-geri*, karena tendangan ini jarang digunakan dalam pertandingan pada nomor *kumite* khususnya, tendangan *mae-geri* sendiri lebih banyak di gunakan dalam nomor kata yaitu keindahan gerakan. Pada kenyataannya banyak dari para karateka yang masih mengalami kendala atau masalah dalam melakukan teknik tersebut dengan benar,

terutama di SD Elfatih masih harus banyak mendapatkan latihan mengenai teknik melakukan tendangan yang benar. Selain dari penguasaan teknik yang benar, Siswa SD Elfatih juga harus mempelajari teknik untuk mendapatkan hasil yang baik, termasuk pada saat peluncuran gerakannya dan kudakudanya, karena pada nomor *kata* harus memperhatikan beberapa aspek *point* (nilai) dari wasit, salah satunya adalah melakukan pukulan dan pergerakan kaki, disamping aspek lainnya yaitu teknik yang benar, *spirit* (semangat) pada saat melakukan gerakan, *zanchin* (bentuk) akhir dari teknik yang dikeluarkan, dan *power*.

Bagi para siswa SD Elfatih *mae-geri* memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi, bagi mereka karena harus memperhatikan beberapa aspek yang telah disampaikan tadi di atas untuk mendapatkan *point* dari wasit, namun hal ini dapat dilatih secara bertahap, maka peneliti menggunakan latihan metode bermain karena latihan metode bermain dapat memperbaiki gerakan dasar tendangan dan dengan metode ini tahapan gerak *mae-geri* dapat dicerna oleh siswa SD Elfatih serta melatih teknik dasar mereka dalam Tendangan *Mae-geri* pada cabang olahraga karate.

Berdasarkan uraian di atas menjadi ketertarikan bagi peneliti untuk menuangkannya dalam masalah yang berjudul, "Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Tendangan *Mae-geri* Melalui Metode Bermain pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang Banten

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, maka peneliti memfokuskan penelitian pada peningkatan teknik dasar tendangan *mae-geri*. Dengan itu peneliti akan menggunakan Metode Bermain pada siswa SD Elfatih Kota Serang Banten.

## **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang ada dalam masalah di atas, peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

Apakah Metode Bermain dapat meningkatkan teknik dasar tendangan *mae-geri* pada siswa SD Elfatih Kota Serang Banten?

## **D. Kegunaan Penelitian**

Hasil-hasil yang diperoleh dari Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk hal-hal sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui peningkatan teknik tendangan *Mae-geri* siswa SD Elfatih dengan metode bermain
2. Sebagai alternatif perkembangan kemampuan siswa berdasarkan potensi yang dimiliki dengan metode bermain
3. Untuk memperkaya pengetahuan para pelatih dan pembaca seputar teknik tendangan *mae-geri* dengan metode bermain