

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Seni beladiri *yongmoodo* berasal dari negara korea selatan, dalam bahasa korea *yongmoodo* terdiri dari tiga suku kata 'YONG' yang berarti naga, 'MOO' yang berarti bela diri, serta "DO" yang berarti cara berlatih dan hidup. adapun di tahun 1976 *yongmoodo* awalnya berasal dari kata *hankido* dan *kukmodo* sebelum berganti nama seperti yang dikenal saat ini yaitu *yongmoodo*. Terciptanya seni beladiri *Yongmoodo* dari suatu program beladiri yang ada di Universitas *yong-in* pada tahun 1953. Pada perkembangan program *yongmoodo* adalah suatu gabungan dari seni beladiri yaitu *judo*, *taekwondo*, *hapkido* dan *Sireum*.

Di Indonesia beladiri *yongmoodo* mulai di perkenalkan pada tahun 2008 oleh prajurit TNI Angkatan Darat. Komando strategis angkatan darat atau Prajurit Kostrad sebagai pasukan khusus yang menjadi tempat awal berdirinya seni beladiri *yongmoodo* di TNI Angkatan Darat, sehingga *yongmoodo* menjadi seni beladiri wajib militer di indonesia Khususnya Angkatan Darat. Perkembangan *yongmoodo* sangat pesat terutama di wilayah DKI Jakarta, namun baru diperkenalkan pada masyarakat luas pada tahun 2012 dan mulai dipertandingan secara resmi dalam eksebisi pada PON 2016 di jawa barat.

Pada pertandingan seni beladiri *yongmoodo* memiliki beberapa kategori pertandingan yang dibagi menjadi tiga kategori yaitu perorangan putra-putri, beregu putra-putri dan kategori seni atau disebut rangkaian teknik gerak (RTG). Katagori pertandingan perorangan seluruh atlet yang bertanding dibagi sesuai kelas-perkelas dimana dalam setiap kelasnya akan disesuaikan dengan berat badan yang sudah

ditentukan. Namun berbeda dengan kategori pertarungan, kategori seni (RTG) tidak ditentukan oleh berat badan karena dilakukan secara beregu terdiri dari 3 atlet dalam pelaksanaannya.

Seni beladiri *yongmoodo* memiliki beberapa teknik dasar seperti pukulan, tendangan, tangkisan, bantingan, cekikan, jatuhan dan kuncian. Namun, teknik yang dominan dilakukan pada saat pertandingan kategori pertarungan putra maupun putri yaitu teknik bantingan. Ada beberapa teknik bantingan dalam olahraga *yongmoodo* diantaranya : *Hanpal Obo Mechigi, Yangpal Obo Mechigi, Batdari Koro Mechigi, Hori Horiyo Koro Mecchigi, Hobok Dari Koro Mechigi, Andwi Cuk Koro Megchigi, Andari Korro Mechigi, Baedae Dwi Jibo Mechigi, Homi Koro Mechigi, Dot Kori Koro Mechigi dan Okkaero Mechigi.*

Teknik bantingan *hanpal obo meichigi* merupakan teknik bantingan yang sering digunakan oleh atlet pada saat pertandingan kategori pertarungan putra ataupun putri disebabkan teknik bantingan *hanpal obo meichigi* memiliki kelebihan mudah dilakukan dan sangat efektif digunakan dalam melakukan serangan maupun bertahan. Saat melakukan teknik bantingan *hanpal obo mechigi* seorang atlet harus melakukannya dengan sempurna agar teknik bantingan yang dilakukan tidak merugikan terhadap atlet itu sendiri sehingga mengalami cedera dan kekalahan dalam pertandingan.

Cabang olahraga beladiri *yongmoodo* tentu membutuhkan kondisi fisik yang baik dikarenakan seni beladiri *yongmoodo* cabang olahraga yang bersifat *body contact*. selain itu untuk menunjang semua gerakan atau teknik yang akan dilakukan pada saat pertandingan berlangsung khususnya dalam teknik bantingan *hanpal obo mechigi* dibutuhkan *power* dan *stability core* yang terlatih sehingga atlet dapat melakukan teknik bantingan yang sempurna guna mendapatkan hasil pertandingan yang maksimal.

Dalam seni beladiri *yongmoodo* seluruh teknik membutuhkan seluruh komponen fisik terutama *power* dan *stability core* sebagai aspek pendukung teknik bantingan *hanpal obo mechigi*. Dari hasil observasi peneliti yang dilakukan masih kurangnya variasi latihan teknik bantingan. Maka dari itu, peneliti ingin mengembangkan model latihan *power* dan *core stability* terhadap teknik bantingan *hanpal obo mechigi* atlet *yongmoodo*in dinas jasmani angkatan darat.

#### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan dari uraian dalam latar belakang diatas memberikan dasar bagi peneliti untuk memfokuskan masalah pada penelitian ini adalah pengembangan model latihan *power* dan *stability core* dalam teknik *bantingan hanpal obo mechigi* di cabang olahraga *yongmoodo*.

#### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

“Bagaimana pengembangan model latihan *power* dan *stability core* terhadap teknik bantingan *hanpal obo mechigi* atlet *yongmoodo*in Dinas Jasmani Angkatan Darat?”

#### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemikiran sebagai berikut:

## 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi pembaca khususnya mengenai pengembangan model latihan *power* dan *core stability* terhadap teknik bantingan *hanpal obo mechigi*.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Pelatih

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kinerja pelatih, mengembangkan kreatifitas pelatih dalam merancang strategi pembelajaran bagi atlet.

### b. Bagi Atlet

pengembangan model latihan ini dapat sebagai sumber untuk meningkatkan kualitas atlet dalam latihan maupun pertandingan dan sebagai bahan variasi latihan.

### c. Bagi Kalangan Akademisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi universitas untuk menambah pengetahuan atau wawasan mahasiswa dalam mempersiapkan profil menjadi pelatih serta menjadi landasan bagi penulis lainnya.

### d. Bagi Satuan Militer

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan acuan untuk berlatih dan meningkatkan kemampuan khususnya dibidang olahraga beladiri *Yongodo* setiap satuan militer.

