

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Shorinji Kempo merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang banyak diminati dan cukup pesat perkembangannya di Indonesia saat ini. Shorinji Kempo adalah salah satu seni beladiri yang berasal dari Jepang berpusat di Kuil Tadotsu Jepang. Shorinji Kempo berasal dari kata *sho* berarti hutan, *rin* berarti bambu, *ji* berarti kuil, *ken* berarti aturan dan kempo berarti jalan hidup.<sup>1</sup>

Menurut buku *tokuhon shorinji Kempo* adalah suatu bentuk Kedisiplinan yang mengembangkan individu. Di Indonesia *shorinji kempo* biasa disebut Kempo saja. Kempo menurut buku Anggaran Dasar Anggaran Rumah Tangga PERKEMI (Persaudaraan Beladiri Kempo Indonesia) berarti ilmu beladiri *shorinji kempo*.<sup>2</sup> *Shorinji Kempo* mulai masuk ke Indonesia sejak tahun 1959 melalui jalur pertukaran pelajar dan mahasiswa. *Shorinji Kempo* di Indonesia mempunyai wadah yang bernama PERKEMI (Persaudaraan Beladiri Kempo Indonesia).

---

<sup>1</sup> Informasi *shorinji kempo.blogspot.com*. Diakses pada tanggal 15 Oktober 2016 pukul 20.15 WIB.

<sup>2</sup>PB.PERKEMI, Anggaran Dasar Anggaran Rumah Tangga PERKEMI Edisi tahun 2008, h. 38

Shorinji Kempo semakin berkembang dan dikenal masyarakat luas karena sosialisasi yang dilakukan lewat berbagai *event* kejuaraan ataupun melalui demonstrasi pada acara-acara tertentu. Kejuaraan Shorinji Kempo sering diselenggarakan di berbagai daerah, baik kejuaraan tingkat kabupaten, provinsi maupun tingkat nasional. Kejuaraan yang paling sering diselenggarakan adalah kategori *randori* (pertarungan), tetapi sering kali sebuah *event* kejuaraan shorinji kempo digabung dengan *randori* (pertarungan) dan *embu* (seni).

Berbicara tentang *randori* atau *fight* (tarung), tidak bias dilepaskan dengan teknik dan taktik yang menyertai baik itu menyerang (*attack*), bertahan (*counter*), maupun gabungan keduanya (*counter-attack*). Banyak teknik-teknik tendangan dalam olahraga shorinji kempo yaitu: *Geri Age*, *Geri Komi*, *Kinteki Geri*, *Mawashi Geri*, *Aokuto Geri*, *Kaeshi Geri* dan masih banyak lainnya. Tidak hanya dibutuhkan teknik dalam bertanding kempo, tetapi dibutuhkan koordinasi mata dan kaki dalam pertandingan shorinji kempo.

### **Karakteristik Pertandingan:**

Adapun karakteristik dalam pertandingan shorinji kempo yang dibagi menjadi dua yaitu:

1. GOHO (Keras) dan JUHO (Lunak)

A). Pertandingan Embu = GOHO + JUHO

B). Pertandingan Randori = GOHO

Karakteristik teknik dasar :

Dalam karakteristik teknik dasar shorinji kempo yang lebih dominan kepada GOHO (keras) yaitu:

- Zuki (pukulan)
- Geri (*tendangan*)
- Uke (*tangkisan*)

Adapun jenis-jenis pukulan, tendangan dan tangkisan yang sering dipergunakan dalam pertandingan shorinji kempo sebagai berikut:

- Jenis-jenis pukulan (zuki): Jodan Zuki, Chudan Zuki, Kumade Zuki, Kagi Zuki, Me Uchi, Furi Zuki, Torite Uchi.
- Jenis-jenis tendangan (geri): Geri Age, Geri Komi, Kinteki Geri, Mawashi Geri, Sokuto Geri, Kakato Geri, Kaeshi Geri.
- Jenis-jenis tangkisan (uke): Uwa Uke, Uchi Uke, Nio Uke, Sita Uke, Harai Uke, Juji Uke, Soto Uke, Age Uke, Oshi Uke, Soto Oshi Uke.

2. JUHO (Lunak)

Dalam karakteristik teknik bantingan shorinji kempo yang lebih dominan kepada JUHO (Lunak) yaitu:

- Tai Sabaki (bentuk elakan tubuh)
- Nuki (melepas)
- Nage (teknik jatuh)
- Gote (teknik melipat/melepas)
- Gatame (teknik mengunci)

Adapun jenis-jenis pukulan, tendangan dan tangkisan yang sering dipergunakan dalam pertandingan shorinji kempo sebagai berikut:

- Jenis-jenis Tai Sabaki : Furimi, Fussemi, Khussin, Kaisin, Ten Shin, Irimi, San So Ku, Zen Ten Kan, Han Ten Kan, Ukemi.
- Jenis-jenis Nuki : Kote Nuki, Yori Nuki, Maki Nuki, Juji Nuki, Sode Nuki, Johaku Nuki, Oshi Nuki, Nidan Nuki, Kiri Nuki.
- Jenis-jenis Nage: Ura Sae Nage dan Ipon Sae Nage.
- Jenis-jenis Gote : Gyaku Gote, Okuri Gote, dan Maki Gote.
- Jenis-jenis Gatame :Tatte Gasho Gatame, Yubi Gatame, Ura Gatame, Tembin Gatame, Kanuki Gatame, Ryu Gatame

Adapun nomor-nomor pertandingan yang dipertandingkan dalam beladiri shorinji kempo sebagai berikut:

1. EMBU (kerapihan teknik didalam gerakan)
  - Teknik dasar : GOHO + JUHO
  - Jenis Keterampilan : Keterampilan tertutup (keterampilan yang dilakukan pada lingkungan statis)
  - Embu dibagi 2 : a. Embu Berpasangan (Putra, Putri, dan Campuran)  
b. Embu Beregu (Putra, Putri, dan Campuran)
2. RANDORI (perkelahian bebas dengan peraturan beladiri kempo)
  - Teknik dasar : GOHO
  - Jenis Keterampilan : Keterampilan terbuka (keterampilan yang dilakukan pada lingkungan yang berubah-ubah)
  - Randori dibagi 2 : a. Putra  
b. Putri

Koordinasi yang merupakan kesesuaian antar gerak tubuh yang dilakukan dengan mata dan kaki dalam penguasaan teknik dengan benar, agar dalam penguasaan teknik yang benar mendapatkan kecepatan tendangan tersebut. Serta dapat memudahkan teknik-teknik yang lebih sulit dan dalam gerakan tersebut dapat menghemat pengeluaran energi.

Selain koordinasi mata dan kaki dalam olahraga kempo ini dibutuhkan kekuatan karena menunjang semua aspek selain teknik-teknik yang sesulit apapun. Dengan adanya kekuatan juga mampu melakukan tendangan sebanyak mungkin tanpa pengeluaran energi yang banyak dan disertai teknik yang benar.

Selain koordinasi dan kekuatan, kecepatan juga merupakan salah satu kemampuan yang diperlukan dalam olahraga shorinji kempo. Dengan demikian kecepatan yang baik maka atlet akan dapat melakukan tendangan khususnya *mawashi geri* dengan maksimal.

Permasalahan yang ada selama ini yaitu pada tendangan *mawashi geri* dengan kurang adanya kecepatan tendangan dalam pertandingan dan tendangan tersebut yang dilakukan tidak maksimal karena kurang *power* sehingga hanya menyentuh pada *body protector*.

Berdasarkan pengamatan dilapangan, *atlet randori Shorinji Kempo* Universitas Negeri Jakarta dalam melakukan tendangan khususnya *mawashi geri* masih kurang baik. Oleh karena itu peneliti akan meneliti hubungan antara koordinasi mata dan kaki dengan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri* pada *atlet randori Shorinji Kempo* Universitas Negeri Jakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka permasalahan yang perlu di identifikasikan sebagai berikut:

1. Komponen fisik apa saja yang menunjang kecepatan tendangan *mawashi geri*?
2. Komponen fisik manakah yang paling dominan bekerja dalam melakukan kecepatan tendangan *mawashi geri*?
3. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?
4. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?
5. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?

### C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka peneliti membatasi permasalahan yaitu “hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri* pada atlet *randori* Shorinji Kempo Universitas Negeri Jakarta.

### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?
2. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?
3. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata dan kaki dengan kekuatan otot tungkai secara bersamaan terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*?

## E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Menjawab pertanyaan dari identifikasi masalah.
2. Dapat memberikan manfaat bagi para pelatih dalam menerapkan program latihan yang benar serta teknik-teknik yang benar.
3. Sebagai bahan evaluasi dalam mengembangkan latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan kecepatan tendangan *mawashi geri* dengan metode yang tepat.
4. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata dan kaki terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*.
5. Untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*.
6. Untuk mengetahui hubungan koodinasi mata dan kaki dengan kekuatan otot tungkai terhadap kecepatan tendangan *mawashi geri*.
7. Sebagai awal penelitian untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut.