

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan aktivitas yang wajib dilakukan setiap orang demi menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh. Pada zaman sekarang olahraga telah menjadi kebutuhan yang sangat digandrungi semua kalangan. Bisa dikatakan sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang sangat positif dan nyata bagi peningkatan kinerja masyarakat dalam melakukan aktivitasnya. Selain untuk kebutuhan kesehatan, sebagian kalangan masyarakat menjadikan olahraga sebagai ajang berprestasi. Prestasi yang didapat bisa dikembangkan sebagai investasi masa depan.

Prestasi olahraga merupakan aktualisasi dari akumulasi hasil proses latihan yang ditampilkan atlet sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Untuk berprestasi, atlet dibantu oleh seorang pelatih agar dapat berprestasi, atlet harus melalui suatu proses latihan yang berlangsung selama bertahun-tahun dan banyak hal yang dikorbankan, seperti; tenaga, biaya, dan waktu. Proses meraih prestasi memiliki keterkaitan dari banyak sisi, yaitu fisik yang kuat yang tidak terbentuk dengan mudah nya dalam waktu jangka pendek, efektivitas teknik dikuti dengan taktik yang dilakukan berulang kali agar mendapatkan hasil yang matang dan juga mental yang tidak mudah terbentuk dengan mudah agar menjadi tangguh dan membutuhkan waktu.

Faktanya sebagian besar atlet di Indonesia masih belum menguasai empat hal tersebut. Jika tidak memahami makna dari olahraga yang dilakukannya, maka seorang atlet akan mengalami ketidakseimbangan tubuh dan jiwa. Prestasi yang dicapainya akan menjadi tidak menentu, walaupun suatu saat akan mencapai hasil yang baik atlet akan mudah mengalami penurunan prestasi dan lebih parah lagi apabila kondisi fisik dan mentalnya mengalami penurunan yang lebih tajam. Kesulitan pembinaan prestasi dari faktor atlet biasanya terjadi pada segi fisik antara lain: keterampilan dan kesehatan (kebugaran jasmani), sedangkan dari segi mental antara lain kedisiplinan, motivasi, kreativitas serta kepercayaan diri atlet.

Taekwondo merupakan olahraga beladiri yang berasal dari Korea secara harfiah dapat diartikan sebagai berikut, *Tae* berarti menendang, *Kwon* berarti memukul atau meninju dan *Do* berarti seni. Jadi, kata taekwondo berarti seni menendang dan meninju atau dengan kata lain dapat disebut juga sebagai seni beladiri yang menggunakan tangan dan kaki. Dalam olahraga Taekwondo terdapat aspek-aspek yang mempengaruhi keberhasilan tendangan seperti aspek fisik, teknik, dan mental.

Kategori taekwondo terdiri dari *kyorugi* (Bertarung), *poomsae* (Seni keindahan), *Kyukpa* (Atraksi). *Kyorugi* atau pertarungan merupakan latihan yang mengaplikasikan teknik gerakan dasar atau *poomsae*, dimana dua orang yang sedang bertarung saling mempraktekkan teknik serangan tersebut sebagai teknik pertahanan diri. *Kyorugi* memiliki kemampuan

pertahanan dan penyerangan menggunakan kaki dan lengan atau tangan. Selain itu, *Kyorugi* berhubungan dengan penyerangan dan pertahanan terhadap lawan dan menggunakan teknik yang semestinya. *Kyorugi* merupakan perwujudan *taekwondo* yang sifatnya luas dan lengkap yang meliputi berbagai aspek atau ruang lingkup yang luas. Hal ini disebabkan karena terdapat banyak perubahan gerakan, daya destruktif kuat menggunakan *chagi* (kaki) dan *jiregui* (tangan), teknik gerakan, dan teknik gerakan kaki. *Kyorugi* bebas memilih teknik mana yang mau digunakan namun lebih dominan menggunakan tendangan.

Tendangan dasar pada olahraga beladiri taekwondo ada beberapa diantaranya; *dollyo chagi*, *Ap Chagi*, *Narae Chagi*, dan masih banyak lagi. Tendangan *dollyo* atau yang lebih sering kita sebut *dollyo chagi* dalam bahasa Inggris nya *Round House Kick* dalam Bahasa Indonesia nya, sering juga diartikan, tendangan melingkar (memutar) ke depan. *Dollyo chagi* di dalam beladiri *Taekwondo* adalah salah satu tendangan paling dasar yang diajarkan tingkatan sabuk putih dan merupakan pondasi dari berbagai variasi tendangan tingkat lanjut. Karena seiring berkembang jaman dan gaya bermain tendangan *dollyo chagi* terhadap PSS (*Protector Scoring System*) Yang dimana tendangan tersebut tidak hanya mengandalkan tendangan kencang tetapi akurasi tendangan yang menggunakan sock sensor terhadap body sensor dan headguard sensor dikarenakan kebiasaan yang dilakukan pada saat permainan DSS (*Decision Support System*) hanya menendang sekencang mungkin ke *body* sehingga *body* musuh berbunyi

tanpa mementingkan efektivitas tendangan *dollyo chagi* agar mendapatkan poin seiring dari waktu ke waktu begitu banyak tendangan variasinya, dan tingginya efektivitas tendangan ini di dalam pertarungan atau pertandingan, maka *dollyo chagi* menjadi tendangan yang sangat penting.

Efektivitas adalah ukuran yang menyatakan sejauh mana sasaran/tujuan (kuantitas, kualitas, dan waktu) telah dicapai. Maka dari itu jika dilakukannya dengan analisis statistik, maka akan dapat membantu pelatih dalam mengarahkan atletnya dalam pertandingan. Dengan adanya data statistik juga dapat mengetahui seberapa banyak serangan yang digunakan dan teknik apa saja yang efektif menghasilkan poin.

Club Prabu Taekwondo Team sebagai salah satu club yang berasal dari Tangerang. Melalui Kejuaraan *Tangerang Open Competition* yang merupakan kejuaraan tahunan yang diadakan berskala *Nasional Open* yang dapat diikuti oleh peserta dari luar JABODETABEK yang menggunakan sistem eliminasi dimana peserta yang menang akan lanjut bermain ke babak selanjutnya dan yang kalah akan langsung gugur atau tereliminasi. Kejuaraan *Tangerang Open Competition 2021* diikuti oleh 1500 atlet yang berpartisipasi diantaranya provinsi Jawa tengah, Kalimantan Timur, DKI Jakarta, Nusa Tenggara Barat, Lampung, Sumatra Barat dan Jambi. dengan demikian, atlet klub Prabu Taekwondo Team memiliki rasa percaya diri dan motivasi yang tinggi untuk mendapatkan medali emas pada kejuaraan *Tangerang Open Competition 2021*.

Melalui Kejuaraan *Tangerang Open Competition 2021*, Pelatih sangat mengharapkan adanya peningkatan prestasi pada atlet Prabu Taekwondo Team agar bisa melahirkan atlet-atlet baru yang mempunyai potensi yang sangat besar untuk kedepannya. Pelatih menargetkan 75 persen dari 15 atlet *Kyorugi Taekwondo* yang bertanding pada Kejuaraan *Tangerang Open Competition 2021* mendapatkan medali. Pembinaan dilakukan oleh pelatih Prabu Taekwondo Team yang diharapkan dapat melahirkan atlet-atlet yang berpotensi sebagai atlet *elite*, Mendapatkan pelatih yang bisa memperbaiki prestasi Prabu taekwondo team, berusaha memberikan fasilitas penunjang latihan yang baik.

Tetapi ada beberapa kekurangan yang terdapat pada pembinaan atlet Prabu Taekwondo Team, yaitu: dalam pengembangan teknik terhadap atlet Prabu Taekwondo Team sedikit tertinggal. Fasilitas latihan yang kurang memadai mulai dari peralatan, tempat yang kurang memadai sehingga terbentuknya suasana yang kurang kondusif dikarenakan atlet regular dan prestasi di satukan. Pada saat pembinaan, di daerah Banten belum banyak klub pada cabang olahraga taekwondo yang menjalankan tahapan pengembangan atlet jangka panjang atau bisa disebut juga *long term athlete development* sehingga atlet taekwondo banten yang terpilih ke dalam pemusatan latihan daerah belum sepenuhnya menguasai empat aspek untuk meraih prestasi. Antara lain: fisik yang kuat, teknik yang sempurna, efektivitas tendangan sehingga menjadi taktik yang matang dan juga mental yang tangguh. Meskipun ada beberapa atlet yang dapat menguasai aspek

tersebut namun, tidak semua atlet sepenuhnya memahami aspek-aspek tersebut seperti atlet yang menguasai fisik yang kuat terkadang memiliki kekurangan di teknik yang sempurna seperti *dollyo chagi* belum bisa dikatakan tendangan yang baik, dan atlet yang memiliki mental yang kuat terkadang masih kurang dalam menguasai efektivitas di setiap tendangan yang digunakan saat pertandingan. Dari beberapa contoh kasus yang di dapat bisa dikatakan penguasaan ke empat aspek tersebut belum bisa terpenuhi sehingga sulit nya pembinaan secara berlanjut untuk proses pembinaan lanjutan menuju daerah terkadang terhambat.

Melalui *Tangerang Open Competition 2021* adanya harapan bagi pelatih klub Prabu Taekwondo Team sebagai bahan evaluasi yang bertujuan untuk menghasilkan atlet yang memiliki potensi bisa bersaing ditingkat nasional sampai internasional untuk persiapan kedepannya. Dari hasil pengamatan *Tangerang Open Competition 2021*, sebagian besar atlet belum sepenuhnya memahami efektivitas tendangan *dollyo chagi* terhadap PSS (*Protector Scoring System*) Yang dimana tendangan tersebut tidak hanya mengandalkan tendangan kencang tetapi akurasi tendangan yang menggunakan sock sensor terhadap body sensor dan dikarenakan kebiasaan yang dilakukan pada saat permainan DSS (*Decision Support System*) hanya menendang sekencang mungkin ke *body* sehingga *body* musuh berbunyi tanpa mementingkan efektivitas tendangan *dollyo chagi* agar mendapatkan poin sehingga Prabu Taekwondo Team harus puas mendapatkan tiga emas dua perak dua perunggu.

Dari hasil pengamatan pelatih, tujuh atlet yang bertanding diantaranya lima atlet yang menembus partai final dan dua atlet yang menembus partai semi-final berhasil mendapatkan medali 3 emas 2 perak dan 2 perunggu merasa cukup puas dengan hasil yang di raih. Sebagian atlet club Prabu Taekwondo Team hanya memikirkan ingin bertanding saja tanpa mempunyai target yang akan dicapai. Maka dari itu banyak hal yang masih harus diperbaiki baik dari segi pembinaan maupun dari segi atlet salah satunya dengan memperkenalkan peralatan taekwondo yang berkembang dari jaman ke jaman dan pengenalan peraturan atau sistem terbaru *Taekwondo* yang bertujuan untuk atlet dapat berkembang sesuai apa yang di harapkan pelatih maupun asisten pelatih. Dengan taktik bertanding yang baik yang dapat meningkatkan efektivitas tendang *dollyo chagi* yang dapat menunjang prestasi Prabu Taekwondo Team untuk mencapai keberhasilan pada *Tangerang Open Competition 2022* mendatang. Kesalahan yang ada pada saat *Tangerang Open Competition 2021* harus cepat diperbaiki, dan pelatih pun harus mempunyai cara untuk memperkenalkan alat dengan sensor yang akan dipakai serta penggunaannya agar efektivitas pada tendangan *dollyo chagi* dapat digunakan dengan baik pada *Kejuaraan Tangerang Open Competition 2022*.

Hal ini bertujuan agar pelatih paham akan pentingnya pengevaluasi menggunakan data statistik, tidak lagi mengevaluasi hanya sekedar melihat tanpa adanya data statistik yang mengetahui pasti serangan apa yang menghasilkan poin. Hal ini menjadi penyebab prestasi Prabu Taekwondo

Team hanya mendapatkan 3 emas 2 perak 2 perunggu dan hal tersebut menjadi tugas yang cukup berat bagi pelatih dalam mempersiapkan program latihan yang ketat guna pencapaian dalam melahirkan atlet elite yang dapat bersaing di kancah nasional maupun sampai internasional mendatang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut;

1. Berapa banyak persentase keberhasilan tendangan *Dollyo Chagi* menyerang (*attack*) yang dilakukan oleh atlet Kyorugi Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition 2021.
2. Berapa banyak persentase keberhasilan tendangan *Dollyo Chagi* bertahan (*defence*) yang dilakukan oleh atlet Kyorugi Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition 2021.
3. Berapa banyak persentase Tendangan Dollyo Chagi yang poin dengan sumber poin yang di dapatkan oleh atlet kyorugi Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition.

C. Pembatasan masalah

Untuk membatasi masalah yang ada, maka peneliti membatasi masalah sebagai berikut: “Efektivitas Tendangan *Dollyo Chagi* Terhadap Atlet *Kyorugi* Junior Prabu Taekwondo Team Pada Kejuaraan Tangerang Open Competition 2021”

D. Perumusan masalah

Berdasarkan uraian identifikasi dan pembahasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa banyak tendangan *Dollyo Chagi* menyerang (*attack*) yang menghasilkan poin oleh atlet *Kyorugi* Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition 2021
2. Seberapa banyak tendangan *Dollyo Chagi* bertahan (*defense*) yang menghasilkan poin oleh atlet *Kyorugi* Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition 2021.
3. Berapa banyak Tendangan *Dollyo Chagi* yang poin dengan sumber poin yang di dapatkan oleh atlet *kyorugi* Prabu Taekwondo Team pada Kejuaraan Tangerang Open Competition.

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat untuk tim *Kyorugi Prabu Taekwondo Team* sebagai bahan masukan pelatih :

1. Sebagai bahan evaluasi pelatih untuk meningkatkan efektivitas tendangan *Dollyo Chagi* atlet *Kyorugi Prabu Taekwondo Team*
2. Untuk menjadi bahan evaluasi mengenai efektivitas tendangan *Dollyo Chagi* atlet *Kyorugi Prabu Taekwondo Team*
3. Dapat digunakan sebagai pemahaman untuk pelatih dan atlet mengenai teknik tendangan *Dollyo Chagi* terhadap menghasilkan poin dalam pertandingan
4. Dapat dijadikan sebagai acuan pelatih dan lembaga-lembaga yang terkait untuk menerapkan strategi yang lebih baik guna meningkatkan prestasi puncak atlet *Kyorugi Prabu Taekwondo Team*.



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*