

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Shorinji kempo memiliki beberapa jenis teknik Tendangan/*Geri*, salah satunya adalah *mawashi geri* atau tendangan memutar ke depan yang lintasannya berupa jalur setengah lingkaran yang menggunakan punggung kaki. *Mawashi Geri* atau Tendangan samping merupakan komponen utama pada saat pertandingan *embu* dan *randori*. *Mawashi Geri* pada beladiri Shorinji Kempo adalah serangan yang menggunakan tungkai dan kaki Tujuan dari serangan ini mengenai sasaran pada saat pertandingan *embu* dan *randori*. (Carin et al.,2018)

Teknik didalam pertandingan seperti teknik serangan, tangkisan, bantingan, bantingan, dan teknik kunci. Salah satu teknik yang digunakan pada saat pertandingan *embu* maupun *randori* adalah teknik *mawashi geri*, karena selain mudah mendapatkan poin pada saat *randori*, pada saat *embu* juga atlet sering juga melakukan *mawashi geri*, dari setiap rangkaian teknik *embu* atlet pasti melakukan *mawashi geri*. maka salah satu penilaian juri didalam pertandingan *embu* maupun *randori* adalah pada teknik *mawashi geri*. pada pertandingan *embu* teknik *mawashi geri* menjadi nilai tambahan, karena teknik *mawashi geri* ini sering dilakukan pada saat latihan maupun pertandingan. Apabila atlet *embu* sempurna pada saat melakukan *mawashi geri* dikombinasi dengan rangkaian teknik, maka nilainya semakin besar diberikan. Karena juri selain menilai rangkaian teknik yang sempurna dilakukan oleh atlet *embu*, juri pasti menilai dengan teliti teknik *mawashi*

geri. teknik *mawashi geri* ini sering dilakukan oleh atlet embu berpasangan maupun beregu. Begitu juga pada atlet *randori*, yang paling dinilai oleh wasit dan juri adalah pada teknik *mawashi geri*, karena selain memiliki power teknik *mawashi geri* atlet harus sempurna agar mudah dinilai oleh juri.

Teknik *mawashi geri* tidak hanya dinilai pada saat pertandingan melainkan pada saat latihan, para pelatih sering melihat dan menilai teknik *mawashi geri* atlet dari segi teknik dan power. Salah satu yang dinilai oleh pelatih adalah dari segi teknik, yang dimana pada saat melakukan teknik *mawashi geri* atlet terlebih dahulu melakukan kuda kuda *hidari* maupun *byakuren*, kemudian atlet angkat tungkai, kemudian putar pinggul 180 derajat ke samping sambil melontarkan kaki ke sasaran. dan teknik tersebut harus berkali kali di latih oleh atlet, karena teknik *mawashi geri* selain efektif dilakukan pada saat pertandingan, pada saat latihan juga sering dilakukan di setiap *waza* atau jurus pada Shorinji Kempo.

Salah satu tempat pembinaan olahraga Shorinji Kempo adalah di perguruan atau Dojo, salah satunya di Dojo Rawasari. di Dojo Atlet dilatih keterampilan dasar Shorinji kempo serta ditingkatkan kualitas fisiknya sesuai dengan prinsip latihan, atlet seharusnya sudah mampu menguasai teknik dasar Shorinji Kempo, salah satunya teknik *Mawashi Geri* atau Tendangan Samping. Agar *mawashi geri* bisa dikuasai dengan baik. maka atlet perlu menjalani proses latihan yang matang dan teratur.

Namun beberapa atlet di dojo rawasari masih kurang menguasai teknik *mawashi geri* dengan sempurna. Terutama pada atlet yang masih berusia 9-12 tahun, dari segi kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, koordinasi dan teknik

yang terutama dilakukan pada saat latihan *mawashi geri*. Oleh karena itu Penting bagi seorang pelatih Shorinji kempo untuk mengubah model latihan *mawashi geri*, agar atlet bisa menguasai teknik *mawashi geri* dengan baik dan menikmati proses latihan sehingga tidak merasa jenuh. Atlet yang kurang menguasai teknik *mawashi geri* bisa mengakibatkan kekalahan ketika mengikuti pertandingan *randori* maupun *embu*, peneliti menemukan masalah ini pada saat atlet mengikuti Kejurdo DKI Jakarta dengan nomor *embu* beregu pemula, yang dimana atlet tidak lolos pada babak penyisihan. yang menjadi permasalahannya adalah pada *mawashi geri*.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti melihat pentingnya teknik *mawashi geri* dalam pertandingan Shorinji Kempo, maka peneliti membuat “Model Latihan *Mawashi Geri* Pada Usia 9-12 Tahun Shorinji Kempo Dojo Rawasari Jakarta.”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan di atas maka penelitian ini di Fokuskan untuk Pengembangan Model Latihan *Mawashi Geri* Pada Usia 9 – 12 Tahun Shorinji Kempo Dojo Rawasari Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang masalah dan Fokus penelitian yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :
Bagaimana Pengembangan Model Latihan *Mawashi Geri* Pada Usia 9– 12 Tahun Shorinji Kempo Dojo Rawasari Jakarta?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini berdasarkan Rumusan masalah diatas antara lain sebagai berikut :

a. Teoritis

- 1) Menghasilkan produk baru mengenai Model Latihan *Mawashi geri* pada Shorinji Kempo.
- 2) Menambah wawasan bagi pelatih Dojo Rawasari untuk mengetahui model latihan *Mawashi Geri* yang inovatif, yang akan menyampaikan hasil penelitian.
- 3) Digunakan sebagai ucuan bagi peneliti dengan harapan penelitian selanjutnya jauh lebih baik.

b. Praktis

1) Bagi Atlet

Memberi susasana baru bagi atlet yang berusia 9-12 tahun, dan memberi semangat kepada atlet agar mudah memahami dan mengikuti latihan *Mawashi Geri*.

2) Bagi Pelatih

Menambah wawasan bagi pelatih dalam memberi latihan *Mawashi Geri* Shorinji Kempo, agar atlet dapat mengikuti latihan sesuai dengan tujuan yang dicapai.

3) Bagi Peneliti

Mengetahui hasil penelitian, sehingga dapat di terapkan pada saat latihan dengan model yang sudah di buat yaitu Pengembangan Model Latihan *Mawashi Geri* Pada Usia 9– 12 Tahun Shorinji Kempo Dojo Rawasari Jakarta