

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, baik dari aspek fisik, mental, sosial, maupun emosional. Melalui olahraga, seseorang tidak hanya memperoleh kebugaran jasmani, tetapi juga mengembangkan karakter seperti disiplin, tanggung jawab, sportivitas, kerja sama, dan kepercayaan diri. Oleh karena itu, olahraga menjadi bagian penting dalam proses pembinaan dan pengembangan potensi individu, baik dalam lingkungan pendidikan maupun masyarakat. Salah satu cabang olahraga yang memiliki nilai pendidikan, keterampilan, dan prestasi yang tinggi adalah olahraga anggar. Anggar merupakan olahraga bela diri yang menggunakan senjata sebagai alat utama dalam melakukan serangan dan pertahanan sesuai dengan aturan yang berlaku. Olahraga ini menuntut kemampuan teknik, taktik, kecepatan, koordinasi, keseimbangan, konsentrasi, serta kemampuan mengambil keputusan secara cepat dan tepat. Menurut Fédération Internationale d'Escrime (FIE), anggar merupakan olahraga kompetitif yang mempertemukan dua atlet untuk memperoleh poin melalui sentuhan yang sah pada area sasaran lawan menggunakan senjata tertentu sesuai dengan peraturan pertandingan.

Dalam proses pembinaan olahraga anggar, penguasaan teknik dasar menjadi fondasi utama yang harus dimiliki oleh setiap atlet. Teknik dasar anggar meliputi langkah kaki (footwork), serangan (attack), dan tangkisan (parry). Teknik-teknik tersebut harus dikuasai secara bertahap dan berkelanjutan karena menjadi dasar

dalam pelaksanaan teknik yang lebih kompleks pada saat latihan maupun pertandingan. Menurut Bompas dan Buzzichelli (2019), penguasaan keterampilan dasar merupakan tahap fundamental dalam proses pembinaan olahraga karena akan memengaruhi perkembangan kemampuan atlet pada tahap berikutnya. Namun demikian, proses pembelajaran teknik dasar anggar sering kali menghadapi berbagai kendala. Salah satu permasalahan yang banyak ditemukan adalah metode latihan yang cenderung bersifat konvensional, monoton, dan berorientasi pada pengulangan gerakan secara terus-menerus. Kondisi tersebut dapat menyebabkan menurunnya motivasi, minat, serta keterlibatan atlet dalam mengikuti latihan. Atlet yang merasa bosan cenderung kurang aktif, kurang fokus, dan mengalami kesulitan dalam memahami serta menguasai teknik yang diajarkan.

Menurut Hamalik (2017), keberhasilan proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh metode yang digunakan dalam menyampaikan materi. Metode yang kurang menarik dapat mengurangi partisipasi dan motivasi peserta dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan penguasaan teknik dasar tidak hanya ditentukan oleh materi yang diajarkan, tetapi juga oleh strategi pembelajaran yang digunakan oleh pelatih. Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta merupakan salah satu wadah pembinaan olahraga yang berperan dalam mengembangkan potensi atlet, termasuk pada cabang olahraga anggar. Sebagai organisasi olahraga mahasiswa, klub ini memiliki tanggung jawab untuk meningkatkan kualitas keterampilan atlet melalui program latihan yang terencana dan sistematis. Namun, berdasarkan fenomena yang sering ditemukan dalam proses latihan teknik dasar, masih terdapat atlet yang mengalami

kesulitan dalam menguasai gerakan dasar anggar secara optimal. Selain itu, variasi latihan yang terbatas menyebabkan sebagian atlet merasa jenuh ketika mengikuti latihan yang berlangsung dalam waktu yang relatif lama.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui penerapan model pembelajaran berbasis permainan (game-based learning). Model pembelajaran berbasis permainan merupakan pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan unsur-unsur permainan ke dalam proses belajar sehingga kegiatan menjadi lebih menarik, menyenangkan, dan menantang. Menurut Prensky (2007), pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan pengalaman belajar karena peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran. Pendapat serupa dikemukakan oleh Kapp (2012) yang menyatakan bahwa penggunaan unsur permainan dalam pembelajaran dapat meningkatkan perhatian, partisipasi, motivasi, dan retensi belajar.

Dalam konteks olahraga, permainan dapat menjadi media yang efektif untuk melatih keterampilan gerak karena memberikan kesempatan kepada atlet untuk belajar melalui pengalaman langsung. Melalui aktivitas permainan, atlet dapat mengembangkan kemampuan motorik, meningkatkan koordinasi gerak, serta memahami konsep teknik secara lebih mudah dan menyenangkan. Penerapan model pembelajaran berbasis permainan pada olahraga anggar memiliki potensi yang besar untuk meningkatkan kualitas proses latihan. Berbagai teknik dasar anggar dapat dimodifikasi ke dalam bentuk permainan yang menuntut atlet untuk bergerak,

berpikir, dan mengambil keputusan secara cepat dalam suasana yang kompetitif namun tetap menyenangkan. Selain meningkatkan keterampilan teknik, model pembelajaran berbasis permainan juga dapat membantu meningkatkan motivasi, minat, konsentrasi, kerja sama, dan kepercayaan diri atlet selama mengikuti latihan. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta, ditemukan bahwa sebagian atlet masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik dasar anggar secara optimal. Selain itu, model pembelajaran yang digunakan dalam latihan masih didominasi oleh metode demonstrasi dan pengulangan gerakan sehingga variasi latihan menjadi terbatas. Kondisi tersebut berdampak pada tingkat keterlibatan dan antusiasme atlet yang cenderung menurun selama proses latihan berlangsung. Oleh karena itu, diperlukan suatu inovasi dalam proses pembelajaran teknik dasar anggar yang mampu menciptakan suasana latihan yang lebih menarik, efektif, dan sesuai dengan karakteristik atlet.

Berdasarkan uraian tersebut, pengembangan model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan menjadi penting untuk dilakukan sebagai alternatif dalam meningkatkan kualitas proses latihan. Model pembelajaran yang dikembangkan diharapkan mampu membantu atlet memahami dan menguasai teknik dasar anggar secara lebih efektif, meningkatkan motivasi serta minat latihan, dan menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Model Pembelajaran Teknik Dasar Anggar Berbasis Permainan pada Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta."

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, penelitian ini difokuskan pada pengembangan model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan yang diterapkan pada atlet Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Pengembangan model ini diarahkan untuk menciptakan proses pembelajaran teknik dasar anggar yang lebih menarik, efektif, dan sesuai dengan karakteristik atlet sehingga dapat meningkatkan keterlibatan serta motivasi atlet selama mengikuti latihan. Teknik dasar anggar yang menjadi fokus dalam penelitian ini meliputi sikap siap (*en garde*), langkah kaki (*footwork*), serangan (*attack*), tangkisan (*parry*), dan serangan balasan (*riposte*) yang dikemas dalam bentuk permainan. Model pembelajaran yang dikembangkan diharapkan dapat menjadi alternatif metode latihan yang lebih variatif dibandingkan metode latihan konvensional yang selama ini digunakan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Research and Development (R&D)* dengan model pengembangan *ADDIE* yang meliputi tahap analisis, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Fokus utama penelitian tidak hanya pada penyusunan model permainan, tetapi juga pada pengujian kelayakan model melalui validasi ahli dan uji coba lapangan sehingga diperoleh model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan yang valid, praktis, dan layak digunakan dalam proses latihan. Dengan demikian, fokus penelitian ini adalah mengembangkan dan menghasilkan model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan yang dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran dalam

latihan anggar di Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

C. Perumusan Masalah

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

- a. Bagaimana mengembangkan model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan yang sesuai dengan karakteristik atlet Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta?
- b. Bagaimana kelayakan model pembelajaran teknik dasar anggar berbasis permainan berdasarkan hasil validasi ahli anggar dan ahli pembelajaran?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi berbagai pihak yang berkaitan dengan pembelajaran dan pembinaan olahraga anggar.

- a. Kegunaan Teoritis
 - Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) serta kepelatihan olahraga anggar.
 - Penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah dalam pengembangan model pembelajaran berbasis permainan pada cabang olahraga anggar maupun cabang olahraga lainnya.
 - Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai

pengembangan model pembelajaran teknik dasar olahraga yang efektif, inovatif, dan sesuai dengan karakteristik atlet.

- Penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan model pembelajaran atau model latihan berbasis permainan dalam bidang olahraga.

b. Kegunaan Praktis

1) Bagi Atlet

- Meningkatkan motivasi dan minat atlet dalam mengikuti proses latihan anggar.
- Membantu atlet memahami dan menguasai teknik dasar anggar dengan cara yang lebih menarik dan menyenangkan.
- Meningkatkan keterlibatan aktif atlet selama proses latihan berlangsung.
- Memberikan pengalaman belajar yang lebih bervariasi sehingga mengurangi kejenuhan dalam latihan.

2) Bagi Pelatih

- Menjadi alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses latihan teknik dasar anggar.
- Membantu pelatih menciptakan suasana latihan yang lebih efektif, inovatif, dan menyenangkan.
- Mempermudah pelatih dalam menyampaikan materi teknik dasar anggar melalui pendekatan permainan.

- Menambah variasi metode latihan yang dapat meningkatkan partisipasi dan antusiasme atlet.

3) Bagi Klub Olahraga Universitas Negeri Jakarta

- Menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pengembangan program latihan anggar yang lebih inovatif dan menarik.
- Mendukung peningkatan kualitas proses pembinaan atlet melalui penggunaan model pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan atlet.
- Menjadi sumber informasi dan referensi dalam penyusunan program latihan yang berorientasi pada peningkatan keterampilan teknik dasar anggar.

4) Bagi Program Studi dan Akademisi

- Menambah referensi penelitian mengenai pengembangan model pembelajaran olahraga berbasis permainan.
- Menjadi bahan kajian ilmiah dalam pengembangan pembelajaran dan kepelatihan olahraga.
- Memberikan kontribusi terhadap perkembangan penelitian di bidang pendidikan olahraga dan kepelatihan anggar.

5) Bagi Peneliti

- Menambah pengalaman dan wawasan dalam mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan pada cabang olahraga anggar.
- Meningkatkan kemampuan peneliti dalam menerapkan metode

Research and Development (R&D) pada bidang olahraga.

- Menjadi sarana untuk mengembangkan kreativitas dalam menciptakan model pembelajaran yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan atlet.

