

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan. Dalam kehidupan modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional pada pasal 27 ayat (4) dan ayat (5) menjelaskan bahwa:

Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan yang melibatkan olahragawan muda potensial dari hasil pemantauan, pemanduan, dan perkembangan bakat sebagai proses regenerasi.

Berdasarkan kutipan diatas jelas olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi tinggi (terbaik) individu. Seiring dengan berkembangnya jaman, banyak orang yang berolahraga tidak hanya ingin mendapatkan kesehatannya saja namun juga ingin sekaligus belajar bagaimana cara membela diri atau mempertahankan dirinya dari para penjahat pada saat-saat tertentu. Untuk itulah mereka yang mempunyai pola pikir semacam itu mempelajari beladiri untuk kebutuhan pribadinya. Salah satu beladiri yang bisa dipelajari dan sudah cukup dikenal di Indonesia adalah olahraga beladiri taekwondo.

Pembinaan dan pengembangan dalam suatu cabang olahraga merupakan bagian dari upaya untuk meningkatkan prestasi olahraga, namun

untuk mencapai hal tersebut perlu suatu perencanaan yang matang melalui sistem pembinaan yang terpadu, sistematis, dan berkesinambungan. Salah satu cabang olahraga yang menjadi perhatian penulis dalam penelitian ini adalah Taekwondo. Taekwondo merupakan salah satu cabang olahraga beladiri yang menggunakan tangan dan kaki dikemas dengan baik menggunakan aturan serta etika kedisiplinan diri, sehingga Taekwondo bermanfaat besar dalam kehidupan bermasyarakat. Taekwondo berasal dari Korea dan bermarkas besar di Kukkiwon Seoul, Korea. Organisasi cabang olahraga Taekwondo di Indonesia ialah Pengurus Besar Taekwondo Indonesia (PBTI).

Sebagai beladiri yang identik dengan penggunaan kaki sebagai alat serangnya, taekwondo memiliki banyak sekali variasi tendangan mulai dari tendangan yang mudah dipelajari dan dikuasai hingga tendangan yang sulit dipelajari dan dikuasai oleh para siswa. *Dwi hurigi* merupakan salah satu contoh teknik tendangan yang cukup sulit dipelajari dan dikuasai. Teknik tendangan ini memerlukan keterampilan khusus dari individu yang bersangkutan serta *fleksibilitas* sendi panggul yang baik. Keseimbangan tubuh juga harus baik, hal ini dikarenakan pengenaan sasaran dari tendangan *dwi hurigi* adalah pada bagian kepala lawan. Ada 5 aspek lain yang perlu diperhatikan di dalam melakukan tendangan *dwi hurigi*. Kelima aspek tersebut adalah kaki tumpu, step, snep, posisi badan, dan gerak akhir (Alfan, A. R., & Waluyo, M. (2014).

Keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat diharapkan dapat memberikan poin yang

tinggi untuk dapat memperoleh kemenangan dalam pertandingan. Ini dikarenakan tendangan *dwi hurigi* merupakan salah satu teknik yang memiliki faktor putaran atau gerakan memutar tubuh dengan rotasi diatas 180 derajat. Dimana teknik dengan faktor ini adalah teknik dengan pemberian poin tertinggi jika mengenai sasaran (4 untuk kepala dan 3 untuk badan). Selain itu tendangan *dwi hurigi* juga memiliki unsur estetika yang tinggi saat dilakukan dalam pertandingan sehingga menjadi hiburan tersendiri bagi yang menyaksikan.

Untuk dapat melakukan tendangan *dwi hurigi* yang baik kondisi fisik atau ketepatan fisik merupakan suatu komponen dasar untuk meraih prestasi olahraga disamping komponen teknik, taktik, dan mental. Ketepatan atau kondisi fisik dalam olahraga antara lain seperti kelentukan, keseimbangan, keseimbangan statis dan keseimbangan yang baik, karena gerakan tendangan *dwi hurigi* yang dilakukan membutuhkan stabilitas dan keseimbangan yang tinggi oleh karena itu komponen kondisi fisik tersebut sangat dibutuhkan untuk memperoleh hasil maksimal dalam melakukan tendangan *dwi hurigi*.

Selain itu perlu adanya pemberian metode latihan yang benar agar hasil tendangan *dwi hurigi* yang dilakukan bisa maksimal. Dengan metode latihan yang benar, diharapkan atlet tidak lagi mengalami kesulitan dalam berlatih tendangan *dwi hurigi* dan tidak membutuhkan waktu yang sangat lama untuk menguasai sebuah gerakan tersebut.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan terhadap atlet tentang tendangan *dwi hurigi* memperlihatkan bahwa tendangan *dwi hurigi* yang

dilakukan oleh para atlet tersebut masih belum baik meskipun mereka telah berlatih tendangan *dwi hurigi*. Kurangnya keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet terlihat pada saat mengikuti Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Sumatera Barat ke XV, yaitu 18 s/d 28 November 2018 dimana atlet putra dan putri yang diturunkan sangat jarang sekali atlet menggunakan tendangan *dwi hurigi* adapun ada beberapa atlet yang menggunakan tendangan *dwi hurigi* tetapi tidak mengarah pada sasaran yang dituju, hal ini yang menjadi data empiris bahwa tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet belum maksimal dan masih banyak atlet yang ragu-ragu untuk menggunakan tendangan tersebut.

Berdasarkan kenyataan di atas diduga banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* seperti keseimbangan statis yang labil dapat menimbulkan kurangnya kemampuan gerakan kaki pada saat melakukan tendangan, keseimbangan statis dapat mempengaruhi tendangan yang dilakukan, dimana kuat lemahnya tendangan disebabkan oleh keseimbangan statis yang baik, kelentukan juga dapat diduga mempengaruhi keterampilan tendangan yang dilakukan, putaran pinggang dan kaki sangat dipengaruhi oleh kelentukan dimiliki atlet tersebut, teknik, taktik, dan mental yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat sangat memiliki peran dalam melakukan keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet.

Komponen kondisi fisik yang dimiliki atlet sangat menentukan sebuah *skill* yang dimiliki seorang atlet baik dalam bentuk penguasaan teknik salah

salatunya adalah keterampilan tendangan *dwi hurigi*. Selain itu metode latihan yang diterapkan juga ikut mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet, karena dengan program latihan yang tidak maksimal maka atlet tidak dapat menguasai keterampilan teknik tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki. Program latihan yang kurang terencana dan belum khusus untuk melakukan tendangan *dwi hurigi* akan memberikan dampak terhadap keberanian atlet dalam menggunakan tendangan tersebut.

Jadi banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* dalam olahraga beladiri taekwondo, beranjak dari faktor tersebut penulis ingin melakukan sebuah penelitian yang berkaitan dengan hubungan keseimbangan statis dan kelentukan dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Keseimbangan statis mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat.
2. Kelentukan mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat
3. Keseimbangan statis mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat
4. Teknik mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat

5. Metode latihan yang diterapkan juga ikut mempengaruhi keterampilan tendangan *dwi hurigi* yang dimiliki atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas ditemukan banyak variabel yang diduga mempengaruhi masalah dalam penelitian ini. Untuk lebih fokusnya masalah dalam penelitian ini maka dapat dibatasi yaitu;

1. Keseimbangan statis.
2. Kelentukan.

### **D. Perumusan Masalah**

Sesuai dengan pembatasan masalah, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan yaitu;

1. Apakah terdapat hubungan keseimbangan statis dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?
2. Apakah terdapat hubungan kelentukan dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?
3. Apakah terdapat hubungan keseimbangan statis dan kelentukan dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Melihat hubungan keseimbangan statis dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?
2. Melihat hubungan kelentukan dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?
3. Melihat hubungan keseimbangan statis dan kelentuk dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi* atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat ?

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dapat bermanfaat :

1. Bagi Peneliti sendiri untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana Pendidikan Olahraga S1 pada FKIP Universitas Bung Hatta.
2. Pelatih taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam melatih keterampilan tendangan *dwi hurigi* dengan mempertimbangkan tingkat dari masing-masing kondisi fisik yang dimiliki atlet taekwondo.
3. Atlet taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat untuk bahan masukan dalam mengembangkan wawasan ataupun pengetahuan mengenai hubungan keseimbangan statis dan kelentukan dengan keterampilan tendangan *dwi hurigi*.
4. Sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian di masa yang akan datang bagi mahasiswa Konsentrasi Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi Program Studi Bung Hatta maupun pihak lain yang berkeinginan.