

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prestasi Atlet karate Indonesia dapat dibilang baik, pernah mencicipi juara umum kejuaraan dunia yang diselenggarakan WKF tahun 2013, namun diajang yang sama di tahun 2014 Indonesia menurun jauh prestasinya. Prestasi karateka Indonesia cemerlang di gelaran SEA GAMES tahun 2012 di Jakarta dan Palembang, setelahnya Indonesia belum bisa mempertahankan gelar juara umum untuk cabang Karate. Menurunnya prestasi atlet karate Indonesia tidak hanya karena kurang terbinanya atlet – atlet muda namun banyak faktor lain mulai dari metode latihan, sarana dan prasarana, hingga kompetisi yang kurang profesional dan tidak terjadwal. Latihan dalam seni beladiri karate harus memadukan komponen fisik, tehnik, hingga strategi dan taktik. Banyak sekali atlet karate di Indonesia yang kurang paham akan metode latihan dan program latihan, sehingga sering sekali malpraktik yang dilakukan pelatih kepada atlet. Banyak pelatih yang hanya melatih teknik tanpa di dukung oleh latihan fisik, sehingga atlet tidak dapat mempertahankan performa puncaknya secara terus - menerus.

Dalam sebuah pertandingan karate baik kata maupun kumite memiliki esensi yang sama yaitu untuk bertarung, dalam pertarungan atlet karate memerlukan reaksi yang cepat. Pentingnya reaksi bagi atlet karate menurut Ashley Croft (2009:30) menyatakan bahwa *“The time a person taken to respond to a signal. A good reaction time is absolutely essential in karate, as it enables an opponent’s body movements or attack to identified early, allowing decisive or evasive action to be taken if necessary.”* Dari kutipan tersebut dapat diartikan bahwa waktu reaksi seseorang diambil untuk menanggapi sinyal yang diberikan. Waktu reaksi yang baik sangat penting dalam karate, karena memungkinkan untuk mendidentifikasi lebih awal gerakan tubuh lawan atau serangan yang memungkinkan mengambil tindakan

tegas atau mengelak akan diambil jika perlu. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa bagi seorang atlet karate membutuhkan reaksi yang cepat untuk melakukan pergerakan menyerang atau bertahan. Dalam Prestasi Karate berbagai macam komponen fisik sangatlah menunjang.

Komponen Fisik terdapat reaksi, reaksi adalah komponen yang penting bagi atlet Karate dalam kompetisi kata dan kumite. Pelatih Karate di Indonesia selalu mengutamakan komponen reaksi hanya untuk kumite, sedangkan dalam kata kurang di perhatikan. Perbedaan perlakuan tersebut dikarenakan pemahaman karateka di Indonesia masih membedakan karate menurut spesialisasi kelasnya saja. Perbedaan perlakuan dalam pemberian latihan komponen reaksi ini berimbas kepada performa atlet, begitu pula dalam reaksi antisipasi, reaksi ini sangatlah penting dalam olahraga beladiri seperti yang dikemukakan oleh Vayens, dkk (dalam Nuri Leila, 2013) menyatakan bahwa “ *Anticipatory skill plays an important role in successful decision-making.*” , kutipan tersebut menjelaskan bahwa kemampuan antisipasi dalam permainan sangatlah berperan penting dalam pengambilan keputusan. Pernyataan tersebut memberikan penjelasan yang tepat bahwa kemampuan reaksi antisipasi sangat penting dalam sebuah permainan atau pertandingan, hal ini dikarenakan semakin baiknya reaksi antisipasi maka semakin baik pengambilan keputusan ditengah pertandingan atau permainan. Menurut Nuri Laila (2013) “*RT has been considered as a key strategy in competitive sports which require fast reactions such as karate*”, pernyataan tersebut menjelaskan bahwa waktu reaksi adalah kunci dari olahraga yang kompetitif yang membutuhkan reaksi yang cepat seperti karate, tidak hanya dalam kelas kumite atau kelas kata. Pernyataan yang di kemukakan oleh Layton (dalam Nuri Laila 2013) menegaskan bahwa karate sangat membutuhkan waktu reaksi yang sangat baik untuk mendukung performa dilapangan, *whole body reaction time (WBRT)* dan *anticipation reaction time (ART)* sangat diperlukan bagi atlet karate. Banyak tanggapan yang menyepelkan komponen reaksi, terutama tanggapan bahwa atlet kata tidak

memerlukan reaksi dikarenakan tidak berhadapan langsung dengan musuh, sedangkan kata dan kumite adalah satu kesatuan dari karate. Maka dari itu penulis ingin membandingkan kemampuan reaksi seluruh tubuh dan reaksiantisipasi dari kedua atlet karate, kata dan kumite yang di hitung dengan alat *whole body reaction time test* dan *anticipation reaction time test*.

Berdasarkan dari hal tersebut penulis tertarik meneliti tentang **”PERBANDINGAN *WHOLE BODY REACTION TIME* DAN *ANTICIPATION REACTION TIME* ANTARA ATLET KATA DAN KUMITE CABANG OLAHRAGA KARATE”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *whole body reaction time* dan *anticipation reaction time* antara atlet kata dan kumite ?
2. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *anticipation reaction time* antara atlet kata dan kumite ?
3. Apakah *whole body reaction time test* dan *anticipation reaction time test* atlet kumite lebih baik daripada atlet kata?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah penelitian yang akan dilaksanakan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui perbedaan kemampuan *whole body reaction time test* atlet kata dan kumite.
2. Mengetahui perbedaan kemampuan *anticipation reaction time test* atlet kata dan kumite..
3. Mengetahui hasil *whole body reaction time* dan *anticipation reaction time* atlet kumite lebih baik daripada atlet kata.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, peneliti berharap memperoleh manfaat yang besar baik bagi peneliti sendiri ataupun masyarakat pada umumnya, diantaranya :

a) Manfaat Teoritis.

Penelitian ini sebagai sumbangan keilmuan bagi pihak pelatih untuk memperkaya wawasan mengenai pembinaan prestasi karate.

b) Manfaat praktisi

1. Para atlet, pelatih, dan pembina olahraga karate dalam meningkatkan prestasi atlet.
2. Bagi atlet, pelatih, dan Pembina olahraga karate dapat mengetahui pentingnya hasil tes *whole body reaction time* dan *anticipation reaction time* untuk meningkatkan kualitas penampilan kumite dan kata.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Dalam setiap skripsi pasti terdapat sistematika penulisan dalam penyusunannya. Adapun sistematika/struktur organisasi dari penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut.

1. BAB I : Pendahuluan

Dalam BAB I ini di jelaskan secara singkat mengenai topik atau isu yang akan diangkat dalam penelitian dengan judul “ Perbandingan ” dengan struktur BAB Pendahuluan :

- a. Latar Belakang Penelitian
- b. Rumusan masalah penelitian,
- c. Tujuan penelitian,
- d. Manfaat signifikansi penelitian, dan
- e. Struktur organisasi skripsi.

2. BAB II : Kajian pustaka landasan teoritis

Dalam BAB II ini di jelaskan secara mendalam mengenai topik dan permasalahan yang diangkat dalam judul ”Perbandingan *Whole Body*

Reaction Time Dan Anticipation Reaction Time Antara Atlet Kata Dan Kumite Cabang Olahraga Karate”

3. BAB III : Metode penelitian

Dalam BAB III ini menjelaskan alur penelitian dari mulai pendekatan penelitian yang diterapkan, instrument yang digunakan, tahapan pengumpulan data yang dilakukan, hingga langkah – langkah analisis data yang di jalankan. Adapun struktur BAB III sebagai berikut:

- a. Desain penelitian,
- b. Partisipan,
- c. Populasi dan sampel,
- d. Instrument penelitian,
- e. Prosedur penelitian,
- f. Analisis data

4. BAB IV : Temuan dan pembahasan

Dalam BAB IV ini menjelaskan temuan – temuan berdasarkan hasil pengolahan data dan analisa data yang sesuai dengan rumusan masalah penelitian, dan pembahasan temuan yang telah di peroleh untuk menjawab pernyataan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

5. BAB V : Simpulan, implikasi, rekomendasi

Dalam BAB V memaparkan kesimpulan hasil analisi temuan dari penelitian dan memberitahukan hal – hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil temuan penelitian. Simpulan menjawab semua rumusan masalah penelitian. Dalam BAB ini memaparkan implikasi dan rekomendasi untuk para pengguna hasil penelitian, para pelaku olahraga, dan kepada peneliti yang berminat untuk melakukan penelitian selanjutnya.