

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Karate merupakan seni bela diri yang berasal dari Jepang. Seni bela diri ini pertama kali disebut “*tote*” yang berarti seperti “Tangan China”. Dengan keberadaan seni bela diri tersebut, bersamaan dengan situasional masyarakat saat itu sedang mengalami dalam keadaan nasionalisme yang tinggi, sehingga sensei Gichin Funakoshi mengubah kanji Okinawa (*tote*: Tangan China) dalam kanji Jepang menjadi ‘karate’ (tangan kosong) agar lebih diterima oleh kalangan masyarakat Jepang. Karate terdiri atas dua kanji, yang pertama adalah ‘kara’ yang berarti ‘kosong’, dan yang kedua adalah ‘Te’ yang berarti tangan, sehingga dua kanji berarti “tangan kosong”.

Olahraga tersebut mendapat perhatian yang cukup tinggi baik dikalangan olahraga pendidikan maupun dalam olahraga prestasi. Untuk mendapatkan prestasi bukanlah suatu hal yang praktis tetapi didapatkan melalui proses dan latihan yang teratur. Menurut Harsono (1988, hlm. 101) mengenai latihan adalah “proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”. Pernyataan tersebut mengungkapkan bahwa, proses yang dilakukan memerlukan waktu yang tidak singkat, karena dalam proses latihannya meliputi empat aspek yang harus dilatih. Sebagaimana Harsono (1988, hlm. 100) menyatakan bahwa, “untuk mencapai hal itu, ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu: a) Latihan Fisik; b) Latihan Teknik; c) Latihan Taktik, dan d) Latihan Mental”. Dengan hal tersebut, untuk meningkatkan prestasi olahraga karate dibutuhkan pelatihan pada keempat aspek tersebut, agar dapat mendukung peningkatan maksimal prestasi atlet.

Aspek latihan teknik selalu berkaitan dengan meningkatkan keterampilan atlet yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak cabang olahraga karate. Sesuai dengan kebutuhan dalam pertandingan karate, seperti memukul, menendang, menangkis, guna dapat terampil melakukan gerakan tersebut harus dilakukan secara berulang-ulang saat latihan. Harsono (1988, hlm. 100) mengungkapkan pentingnya latihan teknik bahwa, “gerak-gerak dasar setiap

bentuk teknik yang perlu diperhatikan dalam setiap cabang olahraga haruslah dilatih dan dikuasai secara sempurna”. Artinya, kebutuhan dalam bertanding penguasaan teknik penting untuk dapat dilatih oleh karena akan menentukan gerak keseluruhan.

Latihan fisik adalah latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik dengan cara meningkatkan kemampuan fungsional organ-organ tubuh. Seperti yang dijelaskan oleh Satriya (2007, hlm. 57) “latihan kondisi fisik memegang peranan penting untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kesegaran jasmani”. Latihan fisik ini tentu juga disesuaikan dengan kebutuhan dalam pertandingan karate yang mana kebutuhan fisik dalam pertandingan karate diantaranya adalah daya tahan agar dapat bertahan sampai akhir pertandingan, kecepatan permainan untuk dapat menangkis (*wan*), menendang (*soku*), dan memukul (*tsuki*).

Latihan taktik adalah latihan bagaimana cara bermain. Dalam permainan karate, kita tentu harus mengerti bagaimana cara bertanding. Pertandingan karate terbagi dalam dua jenis, yaitu tunggal dan beregu. Sehingga setiap atlet harus mengerti bagaimana cara bertanding sesuai dengan jenis pertandingan karate. Agar atlet dapat bertanding dengan optimal, seperti bagaimana cara yang dilakukan untuk bertanding, bagaimana cara yang dilakukan untuk mendapatkan *point*, dan bertahan untuk menangkis serangan lawan. Maka setiap pemain harus mengerti peran dan fungsinya dalam setiap situasi dan kondisi dilapangan. Sehingga benar-benar bersinergi dengan regu ataupun bertanding dengan kategori jenis tunggal dalam suatu pertandingan.

Lutan (2005, hlm. 89) menjelaskan, “latihan taktik bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkan daya tafsir (*interpretive*) pada atlet terutama ketika melaksanakan kegiatan olahraga yang bersangkutan”. Daya tafsir disini adalah pengertian atau pemahaman seorang atlet terhadap peran dan fungsinya tadi. Sehingga dalam menyerang misalnya, ia tau apa yang harus ia lakukan untuk dapat meraih kemenangan. Selain fisik, taktik, dan teknik, mental juga sangat berperan.

Aspek latihan mental merupakan latihan yang diberikan untuk membentuk mental atau karakter seorang atlet. Sebelum masuk kedalam pertandingan, tentu

mental bertanding atlet haruslah terbentuk. Terbentuknya mental tanding karena dibentuk saat berlatih seperti bekerja keras, disiplin, dan kompetitif. Kemudian dalam pertandingan juga dibutuhkan mental bertanding seperti pantang menyerah, penguasaan diri, emosi, dan mental berjuang, sehingga nantinya akan terbentuk mental juara, yang mana mental juara ini akan menentukan atlet layak untuk menjadi juara atau tidak. Menurut Komarudin (2013, hlm. 19) memaparkan bahwa “suatu program latihan yang disusun dan dirancang secara sistematis agar atlet dapat menguasai dan mempraktikkan keterampilan-keterampilan mental yang berguna untuk meningkatkan performa dalam olahraga”. Oleh karena hal tersebut menjadi hal yang tidak dapat dikesampingkan melainkan salah satu hal penting sebagai dorongan dan dukungan untuk atlet karate dapat bertanding dengan optimal. Segala sesuatu yang disusun dengan baik maka akan menunjang prestasi setiap atlet yang akan bertanding sehingga tujuan yang sudah ditetapkan akan mudah untuk bisa dicapai.

Dalam pelatihan karate tentu seorang pelatih harus tahu tingkat kondisi fisik dan kondisi psikologis atlet yang dilatihnya dan tentu harus ada pula acuan kondisi fisik dan kondisi psikologis yang dijadikan pembanding untuk mengetahui apakah tingkat psikologis dan kondisi fisik atlet yang kita latih sudah berada pada kondisi yang baik atau belum. Untuk mengungkapkan permasalahan ini penulis tertarik untuk meneliti profil kondisi fisik dan motivasi atlet karate Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016. Sehingga nantinya penelitian ini dapat mendeskripsikan tingkat kondisi fisik dan motivasi atlet karate Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis ungkapkan, rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana profil psikologis atlet karateputra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016?
2. Bagaimana profil kondisi fisik atlet karateputra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016?

C. TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan yang penulis paparkan adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui aspek psikologis yang berkaitan dengan motivasi atlet karate putra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016.
2. Untuk mengetahui profil kondisi fisik atlet karate putra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016.

D. MANFAAT PENELITIAN

Setiap peneliti pasti memiliki kegunaan, baik secara teoritis maupun praktis. Berikut kegunaan dengan adanya penelitian ini:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan olahraga tentang motivasi dan kondisi fisik atlet karate putra di Jawa Barat.
 - b. Penelitian ini dapat menjadi gambaran tentang motivasi dan kondisi fisik atlet karate putra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016.
2. Secara praktis
 - a. Penelitian ini dapat menjadi acuan tentang psikologis dan kondisi fisik atlet karate putra Jawa Barat.

E. BATASAN PENELITIAN

Agar penelitian ini teratur dan terarah maka peneliti memberikan batasan dalam penelitian ini, yakni:

1. Fokus penelitian ini adalah menggambarkan Profil Kondisi Fisik dan Psikologis yang berkaitan dengan motivasi atlet karateputra Jabar pada PON XIX di Jawa Barat tahun 2016.
2. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif.
3. Instrumen yang digunakan adalah berupa pemberian angket atau kuesioner, interview, dokumentasi, dan tes kondisi fisik.
4. Sampel yaitu Atlet Pelatda Karate Putra Jawa Barat

F. STRUKTUR ORGANISASI SKRIPSI

Struktur organisasi skripsi rincian tentang aturan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi, mulai bab I hingga bab V.

Bab I berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi yang terdiri dari:

1. Latar belakang masalah
2. Rumusan masalah
3. Tujuan penelitian
4. Manfaat penelitian
5. Batasan penelitian
6. Definisi operasional

Bab II berisi uraian tentang kajian pustaka dan hipotesis penelitin. Kajian pustaka mempunyai peran yang sangat penting, kajian pustaka berfungsi sebagai landasan teoritik dalam menyusun landasan penelitian, tujuan, serta hipotesis. Bab II terdiri dari pembahasan teori-teori dan konsep turunannya dalam bidang yang dikaji.

Bab III berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian yang terdiri dari:

1. Waktu, tempat penelitian, populasi, dan sampel.
2. Desain, metode, dan rancangan penelitian.
3. Definisi operasional.
4. Instrumen penelitian.
5. Pengembangan instrumen antara lain; penguji validitas, reabilitas, dan hasil uji validitas dan reabilitas.
6. Teknik pengumpulan data
7. Teknik analisis data, rincian tahapan-tahapan, analisis data, teknik yang dipakai dalam analisis data.

Bab IV berisi penjabaran yang rinci mengenai temuan dan pembahasan penelitian:

Bab ini menyampaikan dua hal utama yakni; (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan

bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

Bab V merupakan simpulan dan saran

Bab ini berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi, yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut. Maka dalam bab ini penulis dapat menyimpulkan hasil penelitian dari awal permasalahan sampai dilakukannya penelitian untuk dijadikan kesimpulan dalam penelitian ini.