

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Berkaitan dengan pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga di tanah air, sudah sepatutnya pengembangan prestasi olahraga ditumbuh kembangkan sesuai dengan kemajuan teknologi di bidang olahraga. Seorang pelatih yang berkualitas dan menerapkan ilmu pengetahuan secara ilmiah dibidang olahraga kempo yang pada akhirnya dapat melahirkan seorang atlet kempo yang berprestasi tinggi. Prestasi olahraga kempo bukan semata-mata di tentukan oleh kemahiran menguasai teknik saja, akan tetapi juga di tentukan oleh kesiapan yang memadai secara maksimal.

Dalam cabang olahraga shorinji kempo baik embu maupun randhori memiliki esensi yang sama yaitu bertarung, dalam pertandingan attlet kempo memerlukan reaksi yang cepat. Waktu reaksi yang baik sangat penting dalam olahraga beladiri, karena memungkinkan untuk mengidentifikasi lebih awal gerakan tubuh lawan atau serangan untuk mengambil tindakan apa yang akan diambil (Ashley Croft (2009,hlm.30). Waktu reaksi seseorang diambil untuk menanggapi sinyal yang diberikan. Waktu antisipasi merupakan variabel penting bagi atlet untuk dapat mengantisipasi. Waktu antisipasi reaksi adalah kecepatan sederhana atau respon otomatis tidak ada pemikiran tentang tindakan apa yang harus dilakukan (Sethi & Singh,2004).

Semua atlet yang terlibat dalam olahraga team harus memiliki beberapa keunggulan dalam keterampilan motorik. Keterampilan ini harus ditingkatkan dengan pelatihan. Ini adalah fakta bahwa fleksibilitas, kecepatan, kekuatan, dan daya tahan semuanya adalah faktor yang digunakan secara berurutan dalam sisem aerob dan anaerob yang mempengaruhi prestasi olahraga tim dan olahraga individu (Tamer,2000). Agar berhasil dalam pertandingan olahraga, seorang atlet harus menunjukkan kinerja tinggi sehubungan dengan keterampilan fisik dan motorik. Salah satu parameter yang memungkinkan seorang atlet untuk memiliki kinerja seperti itu adalah waktu reaksi (Koc & Kaya,2006). Waktu reaksi di definisikan sebagai waktu yang berlalu antara menerima stimulus langsung dan tidak terduga

dan reaksi yang diberikan kepadanya, namun waktu reaksi berubah berdasarkan faktor – faktor seperti usia, jenis kelamin, kondisi, dan kelelahan (Colakoglu,1993). Keterampilan mata - tangan memiliki peran penting terutama dalam olahraga individu yang memerlukan keterampilan motorik yang tinggi seperti bola tangan, bola voli, basket, badminton, tenis dan beladiri (Menevse,2011). Atlet dengan penampilan yang baik memiliki waktu reaksi yang lebih baik dari pada yang lain (Atan & Akyol,2014). Waktu reaksi sangat besar peranannya pada cabang olahraga yang membutuhkan kecepatan, misalnya dalam olahraga tinju, karate, kempo, ski air, dan atletik nomor sprint. Bahkan lebih penting lagi pada cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan – ketrampilan tertentu, misalnya dalam gerakan-gerakan bola basket, sepak bola, soft ball, tenis meja, tenis dan badminton (Gavkare, Profesor, Fisiologi, Medical, & Latur, 2013).

Pada hasil penelitian terdahulu dalam cabang olahraga beladiri didapatkan kedua pemain ofensif dan defensif sering terhalang oleh reaksi yang lambat karena mereka tidak mampu menunjukkan kecepatan yang diperlukan untuk mengatasi lawan mereka (Gavkare et al., 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Mori, Ohtani, & Imanaka (2002) menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam *choice reaction* (CR) antara kelompok atlet dan pemula. Beberapa penelitian telah melaporkan bahwa atlet elit lebih cepat dari pada pemula dalam waktu reaksi (RT) meskipun perbedaanya kecil (Nougier, Azemar, 1992). Rasch dan Pierson (1963) melakukan penelitian kepada atlet karate dan atlet gulat dalam menanggapi rangsangan ringan dengan menekan tombol, dan tidak menemukan perbedaan waktu reaksi (RT) diantara mereka.

Waktu reaksi sering diabaikan dalam pemilihan atlet untuk olahraga yang berbeda. Dalam olahraga dan permainan, dimana gerakan atlet dikondisikan oleh sinyal, dengan gerakan lawan, atau dengan gerakan bola, waktu reaksi sangat penting. Pelatih dan atlet mulai menyadari pentingnya waktu reaksi dalam olahraga. Perlu penelitian ilmiah untuk menunjukkan kepada pelatih dan atlet pengaruh waktu reaksi terhadap prestasi olahraga, sehingga akan berguna untuk menyaring populasi atlet. Studi tentang hubungan waktu reaksi terhadap keterampilan motorik dalam olahraga ini tidak baru, tapi di masa lalu tidak banyak perhatian diberikan kepada atlet (Gavkare et al., 2013). Waktu reaksi yang lebih pendek pada atlet bisa

disebabkan peningkatan konsentrasi dan kewaspadaan. Koordinasi otot yang lebih baik, peningkatan kinerja dalam kecepatan dan ketepatan. Waktu reaksi dalam gerakan – gerakan tertentu meningkatkan sebagai hasil dari praktek yang luas dari gerakan – gerakan yang terlibat dalam pertandingan atletik. Oleh karena itu harus ada latihan untuk meningkatkan waktu reaksi bagi para atlet untuk mengembangkan keterampilan motorik halus (Gavkare, Profesor Fisiologi, Medical & Latur, 2013).

Beladiri adalah jenis olahraga tingkat tinggi kompetitif memerlukan reaksi cepat. Kemampuan untuk memahami informasi dengan cepat dan benar menyederhanakan pengambilan keputusan dan memberikan lebih banyak waktu untuk pelaksanaan gerak motorik yang merupakan kebutuhan seorang atlet beladiri guna meningkatkan performa dalam pertandingan baik itu dalam kategori tarung maupun kategori seni (Mori et al, 2002).

Berdasarkan banyaknya uraian diatas, peneliti masih sulit menemukan penelitian tentang waktu reaksi, sedangkan penelitian tentang waktu reaksi dalam cabang olahraga beladiri baru ada pada cabang olahraga karate dan gulat. Pada penelitian – penelitian terdahulu yang berjudul “*Reaction Times and Anticipatory Skills of Karate Athletes*” (Mori et al., 2002), “*Reaction and Movement Time of Experienced Karateka*” (Rasch, PJ & Pierson, 1963) dan “*Covert Orienting to Central Visual Cues and Sport Practice Relations in the Development of Visual Attention*” (Nougier, Azemar, 1992). Penelitian sebelumnya membandingkan antara atlet dan pemula dalam karate, dan antara atlet karate dan gulat. Peneliti belum menemukan adanya penelitian yang membandingkan kemampuan *anticipation reaction time* antara atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo. Sebagaimana rekomendasi dari hasil penelitian yang mengatakan bahwa penelitian tentang waktu reaksi dan cabang beladiri masih terbatas, tampaknya perlu untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk menjelaskan perbedaan dari spesialisasi kelas dalam beladiri (Mori et al., 2002).

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang perbandingan kemampuan *anticipation reaction time* antara atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis uraikan, maka masalah penelitian akan diuraikan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Berapa besar kemampuan *Anticipation Reaction Time* antara atlet embu ?
2. Berapa besar kemampuan *Anticipation Reaction Time* antara atlet randhori ?
3. Apakah terdapat perbedaan kemampuan *Anticipation Reaction Time* antara atlet embu dan randhori ?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Mengacu pada latar belakang masalah, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk : mengetahui apakah terdapat perbedaan kemampuan *anticipation reaction time* antara atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, peneliti berharap memperoleh manfaat yang besar baik bagi peneliti sendiri ataupun masyarakat umumnya, diantaranya manfaat dari segi teori, sebagai sumbangan keilmuan bagi pihak pelatih untuk menambah wawasan mengenai pembinaan prestasi shorinji kempo. Manfaat dari segi kebijakan, memberikan arahan kebijakan untuk atlet embu dan randhori pentingnya meningkatkan kemampuan *anticipation reaction time*. Manfaat dari segi praktik, bagi para atlet, pelatih, dan pembina olahraga shorinji kempo dapat meningkatkan prestasi atlet serta dapat mengetahui pentingnya hasil tes *anticipation reaction time* untuk meningkatkan kualitas penampilan embu dan randhori. Manfaat dari segi isu serta aksi sosial, memberikan informasi untuk semua pihak tentang diperlukannya kemampuan *anticipation reaction time* dalam shorinji kempo sehingga dapat menjadi bahan masukan untuk lembaga – lembaga formal maupun non formal.

## 1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penulisan skripsi, peneliti mengurutkan dan menjelaskan sesuai pedoman penulisan karya ilmiah UPI 2018 dengan penjelasan singkat sebagai berikut.

Bab I latar belakang dalam penelitian ini yaitu pentingnya kemampuan *Anticipation Reaction Time* dalam cabang olahraga shorinji kempo. Rumusan masalah untuk mengetahui berapa besar kemampuan *Anticipation Reaction Time* atlet embu, berapa besar kemampuan *Anticipation Reaction Time* atlet randhori dan perbedaan kemampuan *Anticipation Reaction Time* antara atlet embu dan randhori. Manfaat dalam penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan kualitas penampilan embu dan randhori yang berdampak untuk peningkatan prestasi atlet.

Bab II berisi kajian teori tentang *Anticipation Reaction Time* yang didalamnya terdapat tentang pengaruh ART terhadap gerak, pengaruh ART pada olahraga kempo, pentingnya ART terhadap kategori embu pada atlet kempo, pentingnya ART terhadap kategori randhori pada atlet kempo serta penjabaran shorinji kempo yang mencakup embu dan randhori. Dalam penelitian terdahulu yang relevan membahas penelitian terdahulu seperti *Reaction Times and Anticipatory Skills of Karate Athletes*, dll. Bagian posisi teoritis penulis berisi pentingnya kemampuan *Anticipation Reaction Time* untuk melakukan gerakan intensitas tinggi seperti gerakan yang cepat dan eksplosif. Peneliti berhipotesis bahwa terdapat perbedaan kemampuan *Anticipation Reaction Time* antara atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo.

Bab III metode menggunakan uji komparatif dengan memakai pendekatan kuantitatif dan desain kausal kompratatif. Populasinya yaitu atlet Pelatda Kempo Jawa Barat dan sampel berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu sampling jenuh. Instrumen yang digunakan *Digital-Type Speed Anticipation Reaction Tester*. Analisis data menggunakan statistika Induktif uji-T yaitu Independent Sample T-test. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov – Smirnof dan uji homogenitas menggunakan Levene Test.

Bab IV atlet embu memiliki mempunyai kemampuan *Anticipation Reaction Time* sedikit lebih baik dari atlet randhori. Namun secara signifikan tidak terdapat perbedaan kemampuan *Anticipation Reaction Time* pada atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo.

Bab V yaitu tidak terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan *Anticipation Reaction Time* pada atlet embu dan randhori cabang olahraga shorinji kempo. Implikasi penelitian ini yaitu peneliti berharap penelitian ini dapat Bab V

bermanfaat dan bisa berkembang dengan didukung oleh berbagai pihak. Rekomendasi dari peneliti yaitu berharap penelitian selanjutnya bisa mengembangkan dengan menggunakan metode experiment serta menggunakan sampel yang berada di level lebih tinggi.