

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pencapaian prestasi olahraga beladiri karate secara maksimal/optimal sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang ada, diantaranya peran para ahli, seperti pelatih, ahli gizi, dan beberapa ahli yang lain serta atlet itu sendiri. Peran pelatih dalam cabang olahraga beladiri karate dapat dilihat dari proses berlatih melatih yang bertujuan untuk mencapai prestasi maksimal atau optimal. Pelatih olahraga beladiri karate dalam melakukan berlatih melatih, bertujuan untuk meningkatkan ranah/aspek kognitif, ranah/aspek psikomotor, dan ranah/aspek afektif atlet. Ranah aspek kognitif merupakan kemampuan yang terkait dengan pengetahuan, misalnya : peraturan pertandingan, teknik dan strategi yang berkembang serta area lapangan olahraga beladiri karate. Ranah/aspek keterampilan merupakan teknik yang harus dikuasai olahraga beladiri karate. Ranah/aspek afektif merupakan kemampuan untuk mengendalikan perilaku sebagai atlet, misalnya: kejujuran, sportif dalam pertandingan, menerima keputusan dari wasit dan sebagainya. Peningkatan tiga ranah/aspek tersebut sangat penting dalam menghadapi pertandingan olahraga beladiri karate dalam mencapai prestasi maksimal/optimal.

Setiap cabang olahraga sangat membutuhkan kemampuan teknik dasar yang baik disamping kondisi fisik yang harus baik pula. Begitu pula untuk cabang olahraga karate, dimana kebutuhan komponen teknik dasar sangat perlu untuk diperhatikan. Giriwijoyo menjelaskan (2010) “keterampilan teknik adalah kemampuan melakukan gerakan-gerakan keterampilan suatu cabang olahraga dari mulai gerak keterampilan yang paling sederhana sampai keterampilan yang tersulit, termasuk gerak tipu yang termasuk ciri cabang olahraga tersebut”. Teknik yang baik, ditunjang oleh kemampuan fisik yang baik, merupakan modal bagi seorang atlet untuk dapat berprestasi lebih baik lagi. Kedua komponen tersebut harus dimiliki secara bersamaan oleh setiap atlet, terlebih bagi atlet yang akan bertanding, baik di kejuaraan daerah maupun pada kejuaraan nasional.

Kondisi fisik merupakan komponen yang penting yang tidak bisa diabaikan dan tidak bisa dihilangkan oleh setiap atlet untuk mencapai prestasi teringinya. Siapa saja atlet yang memiliki kondisi fisik yang baik, memiliki peluang yang besar untuk dapat meraih prestasi terbaik. Menurut Harsono (1988) dalam buku *coaching* menjelaskan, kalau kondisi fisik dalam keadaan prima atau baik, maka :

1. Akan ada peningkatan dalam kemampuan sistem sirkulasi dan kerja jantung.
2. Akan ada peningkatan dalam kekuatan, kelenturan, stamina, kecepatan, dan lain-lain komponen fisik.
3. Akan ada ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan.
4. Akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan.
5. Akan ada respon yang cepat dari organisme tubuh kita apabila sewaktu-waktu respon demikian diperlukan.

Atlet yang memiliki kondisi fisik (fleksibilitas, kecepatan, kekuatan, serta daya tahan) yang baik akan lebih cepat dalam menguasai dan meningkatkan kemampuan tekniknya. Harsono menjelaskan dalam buku *latihan kondisi fisik* (2004) "... kalau kondisi fisik atlet baik, maka dia akan lebih cepat pula menguasai teknik-teknik gerakan yang dilatihkan". Artinya dengan memiliki kondisi fisik yang prima akan memudahkan atlet untuk melatih tekniknya agar lebih baik lagi. Sedangkan atlet yang memiliki kondisi fisik yang kurang baik, cenderung akan mengalami kesulitan untuk mengasah tekniknya agar lebih baik lagi.

Selain kondisi fisik yang harus prima dan baik, yang harus dimiliki seorang atlet, atlet juga diwajibkan untuk memiliki keterampilan. *Keterampilan* adalah kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh dan diperoleh melalui latihan-latihan.

Peningkatan prestasi dalam setiap cabang olahraga merupakan hal yang diperbincangkan dan dipermasalahkan sepanjang hidup manusia, bahkan selama olahraga itu dikenal sebagai kebutuhan hidup. Peningkatan prestasi olahraga bersifat dinamis progresif, artinya; setiap fase waktu selalu berubah dan

cenderung meningkat seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dan hal yang sama juga terjadi pada cabang olahraga karate.

Pencapaian prestasi atlet tingkat pelajar, umumnya hanya dilihat dari apakah atlet tersebut mencapai juara atau tidak, padahal untuk mencapai prestasi yang maksimal, kita harus mengevaluasi kinerja timnya secara keseluruhan dengan mengevaluasi unsur teknik dasarnya. Sebuah tes dikatakan baik apabila memenuhi persyaratan tes. Menurut Nurhasan dan Hasanudin (2014) untuk kriteria penilaian suatu tes dapat dipertimbangkan berdasarkan kriteria teknis dan kriteria perlengkapan. Kriteria teknis meliputi kesahihan (*validity*), keterandalan (*reliability*) dan obyektif, sedangkan kriteria pelengkap meliputi pertimbangan dari aspek ekonomis, mudah dilaksanakan dan norma.

Syarat ini sangat mutlak harus terpenuhi dalam suatu tes. Jika syarat itu tidak terpenuhi maka tes itu kurang layak untuk dipakai. Menurut Hasanudin dan Nurhasan (2014), tes adalah suatu alat prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan. Tes yang valid adalah tes yang menjalankan fungsi ukurannya. Seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan dan Cholil (2014).

Tes yang valid adalah tes yang mengukur apa yang hendak diukur. Suatu pengukuran dikatakan valid, apabila alat pengukuran atau tes benar-benar tepat untuk mengukur apa yang hendak diukur dan sesuai dengan gejala yang diukurnya.

Berdasarkan uraian diatas, dan melihat serta memperhatikan prestasi olahraga karate khususnya pada nomor *kumite* di Indramayu yang kurang menonjol dibandingkan prestasi olahraga beladiri lainnya, maka penulis terpanggil untuk membuat *battery test* atau instrumen test. Pembuatan instrumen tes ini dimaksudkan untuk meningkatkan prestasi beladiri karate pada nomor *kumite*, karena menurut penulis, jika tidak dibuat instrumen test secara sungguh-sungguh, penulis khawatir prestasi beladiri karate di Indramayu tidak akan mengalami peningkatan prestasi atau stagnan. Instrumen test ini juga dimaksudkan supaya baik pemerintah, pelatih dan atlet tidak dirugikan. Dan jika *battrey test* ini digunakan sebagai test awal kepada atlet, maka keuntungannya adalah pelatih

dapat melakukan atau membuat program latihan yang sesuai dengan kemampuan atlet tersebut, sehingga atlet tersebut dapat mencapai *golden age* nya. Dan pemerintah akan diuntungkan, dengan tidak mengeluarkan dana yang terus menerus untuk melaksanakan seleksi atlet.

Dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan adalah anak-anak yang berusia 13–16 tahun. Usia 13-16 tahun merupakan usia atlet yang akan memasuki periode puncak atlet, sehingga nantinya tes ini akan diharapkan sangat valid dan reliabel untuk usia tersebut. Pada usia ini, atlet harus sudah memiliki kondisi fisik dan penguasaan teknik yang baik. Sehingga ketika atlet memasuki masa emasnya, mereka akan lebih siap apabila kondisi fisik dan tekniknya sudah mencapai kebutuhan yang diperlukan. Menurut pengalaman penulis sendiri, pengaruh teknik dasar yang baik, sangat penting dimiliki seorang atlet karena akan menentukan karir atlet di masa mendatang.

Untuk menciptakan atlet karate yang baik dan benar, khususnya *kumite*, harus kita ketahui kebutuhan apa saja yang harus dipersiapkan untuk setiap tahapannya. Pada kenyataannya, sampai saat ini masih belum ada data yang dapat dijadikan patokan ataupun rujukan, apa saja yang harus dipersiapkan oleh atlet karate untuk mencapai prestasi tertingginya, sehingga dibutuhkan data untuk dijadikan rujukan atau referensi pembanding agar dapat diketahui kebutuhan apa saja yang harus dipenuhi oleh atlet karate, karena pada usia tersebut merupakan gerbang bagi para bibit muda untuk memasuki gerbang olahraga karate profesional. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan para pelatih dapat mempersiapkan para atletnya dengan semaksimal mungkin dan juga para atlet dapat mempersiapkan dirinya semaksimal mungkin. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan diatas penulis tertarik untuk meneliti “**Konstruksi Baterai Tes Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Pada Cabang Olahraga Karate**”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka rumusan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berapa besar tingkat validitas butir instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite* ?
2. Berapa besar tingkat validitas baterai instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite* ?
3. Berapa besar tingkat reliabilitas baterai instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite* ?
4. Berapa besar tingkat validitas butir instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite* ?
5. Berapa besar tingkat validitas baterai instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite* ?
6. Berapa besar tingkat reliabilitas baterai instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite* ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dilakukannya penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat validitas butir instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite*.
2. Untuk mengetahui tingkat validitas baterai instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite*.
3. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas baterai instrumen tes kondisi fisik karate pada nomor *kumite*.
4. Untuk mengetahui tingkat validitas butir instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite*.
5. Untuk mengetahui tingkat validitas baterai instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite*.
6. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas baterai instrumen tes teknik dasar karate pada nomor *kumite*.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan penulis dalam penelitian ini adalah mendapatkan manfaat secara teoritis dan secara praktis, yang dipaparkan sebagai berikut :

1. Secara teoritis, untuk memperoleh pemahaman yang pada akhirnya dapat dijadikan sebagai referensi bagi para pelatih maupun atlet untuk dapat mempersiapkan komponen teknik dasar dan kondisi fisik agar dapat menjalani suatu pertandingan dengan baik
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan pembanding dalam memberikan porsi latihan teknik dasar dan kondisi fisik sesuai dengan kebutuhan atlet untuk meningkatkan pencapaian prestasi atlet tersebut.

#### **1.5 Struktur Organisasi Penelitian**

Struktur organisasi berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini struktur organisasi penelitian dirinci sebagai berikut :

- BAB I      Memuat tentang pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur penelitian.
- BAB II      Menerangkan tentang konsep, teori, dan pendapat para ahli terkait dengan masalah yang diteliti dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan.
- BAB III     Berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian termasuk komponen yang lainnya seperti populasi dan sampel, variabel, dan desain penelitian, instrumen penelitian, prosedur pelaksanaan tes, dan analisis data.
- BAB IV     Membahas mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi pengolahan data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisa temuan.

BAB V Menjelaskan tentang kesimpulan dan saran yang memaparkan hasil analisis temuan penelitian.