

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Tae Kwon Do adalah bela diri modern yang berasal dari bela diri tradisional Korea. Menurut Yoyok (2002:XV) bahwa: “Taekwondo mempunyai banyak kelebihan, tidak hanya mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian dalam bertarung, melainkan juga sangat menekankan pengajaran aspek disiplin mental”. Dengan demikian, taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang bagi orang yang secara sungguh-sungguh mempelajarinya dengan benar. Taekwondo mengandung aspek filosofi yang mendalam sehingga dengan mempelajari taekwondo, pikiran jiwa dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuhkan dan dikembangkan.

Taekwondo mempunyai banyak kelebihan. Pola gerakannya sangat indah dan sistematis. Selain itu taekwondo tidak hanya mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian dalam bertarung, melainkan juga sangat menekankan pengajaran aspek disiplin mental yang kuat dan etika yang baik bagi orang yang secara sungguh-sungguh mempelajarinya dengan benar.

Sebagaimana dikemukakan oleh Suryadi (2003: xvi) bahwa: Mempelajari Taekwondo tidak dapat hanya menyentuh aspek keterampilan teknik bela dirinya saja, namun harus meliputi aspek fisik, mental dan spiritualnya. Untuk itu, seseorang yang berlatih atau mempelajari taekwondo sudah seharusnya menunjukkan kondisi fisik yang baik, mental yang kuat dan semangat yang tinggi. Namun, hal itu harus mampu ditunjukkan dalam sikap dan tindakan sehari-hari yang baik dan didasari jiwa yang luhur. Dengan begitu barulah seseorang dapat dikatakan berhasil dalam berlatih Taekwondo.

Taekwondo dapat dipelajari oleh siapa saja tanpa tergantung jenis kelamin, umur, dan status sosial. “Saat ini, Taekwondo telah dipraktikkan oleh lebih dari 40 juta orang di seluruh penjuru dunia, angka ini masih terus bertambah seiring

**Andri Setiawan, 2014**

***PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI***  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

perkembangan Taekwondo yang makin maju dan populer.” (Suryadi, 2003: 7). Di Indonesia sendiri taekwondo berkembang sangat pesat. “Kini Taekwondo Indonesia telah berkembang di seluruh propinsi Indonesia dan diikuti aktif oleh lebih dari 200.000 anggota, angka ini belum termasuk yang tidak secara aktif berlatih.” (Suryadi, 2003: 8).

Taekwondo telah dipertandingkan di berbagai pertandingan multi event di seluruh dunia. “Pada Olympic Games 1988 di Seoul, Taekwondo telah dipertandingkan sebagai pertandingan ekshibisi, dan pada Olympic Games 2000 di Sydney telah dipertandingkan sebagai cabang olahraga resmi.” (Suryadi, 2003: 7). Di Indonesia sendiri Taekwondo telah dipertandingkan sebagai cabang olahraga resmi dalam Pekan Olahraga Nasional (PON). Kompetisi olahraga ini pertama di pertandingkan di Indonesia pada PON XI di Jakarta tahun 1984.

Tae Kwon Do yang terdiri dari 3 kata: *tae* berarti kaki/menghancurkan dengan teknik tendangan, *kwon* berarti tangan/menghantam dan mempertahankan diri dengan teknik tangan, serta *do* yang berarti seni/cara mendisiplinkan diri. Maka jika diartikan secara sederhana, Taekwondo berarti seni atau cara mendisiplinkan diri/seni beladiri yang menggunakan teknik kaki dan tangan kosong.

Yoyok (2002:XV) menjelaskan bahwa: Tiga kategori dalam cabang olahraga beladiri Taekwondo adalah *Poomsae*, *Kyukpa*, dan *Kyorugi*.

- *Poomsae* atau rangkaian jurus adalah rangkaian teknik gerakan dasar serangan dan pertahanan diri, yang dilakukan melawan lawan yang imajiner, dengan mengikuti diagram tertentu.
- *Kyukpa* atau teknik pemecahan benda keras adalah latihan teknik dengan memakai sasaran/objek benda mati, untuk mengukur kemampuan dan ketepatan tekniknya. Objek sasaran yang biasanya dipakai antara lain papan kayu, batu bata, genting, dan lain-lain. Teknik tersebut dilakukan dengan tendangan, pukulan, sabetan, bahkan tusukan jari tangan.

- *Kyorugi* atau pertarungan adalah latihan yang mengaplikasikan teknik gerakan dasar atau *poomsae*, diman dua orang yang bertarung saling mempraktekkan teknik serangan dan teknik pertahanan diri.

Teknik-teknik dasar *taekwondo* harus dikuasai oleh seorang *taekwondoin* agar dapat menjadi seorang atlet yang handal. Teknik-teknik itu diantaranya:

a. Kuda-kuda (*Seogi/Stance*)

Sikap Kuda-kuda terdiri dari kuda-kuda rapat (*Moa Seogi*), kuda-kuda sejajar (*Naranhi Seogi*), sikap jalan kecil (*Ap Seogi*), kuda-kuda duduk (*Juchum Seogi*), kuda-kuda panjang (*Ap Kubi*) dan juga kuda-kuda L (*Dwit Kubi*), kuda-kuda sikap harimau (*Beom Seogi*), kuda-kuda silang (*Dwi Koa Seogi* dan *Ap Koa Seogi*)

b. Serangan (*Kyongkyok kisul*)

Teknik serangan ini terdiri dari serangan melalui pukulan (*Jireugi*), sabetan (*Chigi*), tusukan (*Chireugi*) dan tendangan (*Chagi*). Teknik tendangan (*Chagi*) itupun beragam jenisnya seperti tendangan ke depan (*Ap Chagi*), tendangan mengayun atau cangkul (*Naeryo Chagi*), tendangan melingkar (*Dollyo Chagi*), tendangan ke samping (*Yeop Chagi*), tendangan ke belakang (*Dwi Chagi*), tendangan sodok depan (*Milyo Chagi*), dan tendangan balik dengan mengkait (*Dwi Huryeo Chagi*) dan lain-lain dengan aplikasi teknik lainnya.

c. Tangkisan (*Makki/Block*)

Tangkisan dasar seperti tangkisan ke bawah (*Arae Makki*), tangkisan keatas (*Eolgol Makki*), tangkisan pengambilannya dari luarke dalam (*Momtong An Makki*), tangkisan dari dalam keluar (*Momtong Bakat Makki*), tangkisan dengan pisau tangan (*Sonnal Makki*),

d. Sasaran tubuh (*Keup so*)

Sesuai dengan *competition rules & interpretation permitted area*, daerah sasaran yang diperbolehkan dalam sebuah pertandingan *taekwondo* adalah

1) Badan

Serangan yang dilakukan dengan tangan dan kaki didaerah badan yang dilindungi oleh *body protector* adalah diperbolehkan. Akan tetapi, tidak diperbolehkan di sepanjang tulang belakang.

## 2) Kepala

Daerah ini tidak termasuk daerah kepala bagian belakang dan hanya diperbolehkan dengan serangan kaki.

Dalam pertandingan taekwondo kategori *kyorugi* (tarung) teknik-teknik kaki atau teknik tendangan yang paling dipergunakan. Karena dalam pertandingan *kyorugi* cara memperoleh poin atau angka yaitu dengan menendang. Menurut yoyok (2002:32), menambahkan keunikan taekwondo yaitu:

Teknik tendangan sangat dominan dalam seni beladiri taekwondo bahkan harus diakui bahwa taekwondo lebih ditekankan pada teknik kaki karena sering dipergunakan pada saat latihan ataupun pertandingan. Bagi seorang atlet harus memiliki tendangan dasar, diantaranya teknik tendangan *dollyo chagi* yaitu tendangan yang mempunyai bentuk sabit dan *idan dollyo chagi* yaitu tendangan melingkar yang dilakukan dengan *sliding* atau meluncur dan menggunakan kaki depan untuk menendangnya.

Teknik-teknik tendangan dalam pertandingan taekwondo adalah cara memperoleh angka atau poin. Teknik-teknik tendangan yang legal atau yang sah dan mengenai area badan lawan (*body protector*) dan area kepala (*head guard protector*) adalah poin yang sah. Berbagai teknik tendangan dasar yang terpenting dalam Tae Kwon Do, menurut yoyok (2002:33) adalah:

1. *Ap Chagi* (Tendangan depan)
2. *Dollyo Chagi* (Tendangan serong/memutar)
3. *Idan Dollyo Chagi* (Tendangan meluncur dan melingkar)
4. *Yeop Chagi* (Tendangan samping)
5. *Dwi Chagi* (Tendangan Belakang)
6. *Naeryo Chagi* (Tendangan menurun/mencangkul)
7. *Dwi Huryeo Chagi* (Tendangan melecut belakang)

Diantara teknik-teknik tendangan taekwondo tersebut yang menjadi salah satu pusat permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian adalah mengenai teknik tendangan *idan dollyo chagi*.

Tendangan *idan dollyo chagi* adalah tendangan meluncur dan melingkar yang dilakukan dengan *sliding* atau meluncur dan menggunakan kaki depan untuk menendangnya. Teknik tendangan ini paling dominan dipergunakan oleh para atlet untuk mendapatkan poin atau angka. Karena dengan posisi kuda-kuda atau sikap sparing dalam pertandingan taekwondo kaki yang depanlah yang dekat dengan lawan, hal ini menjadi peluang untuk mendapatkan angka karena kaki depan dapat lebih cepat untuk mengenai area badan lawan maupun kepala lawan.

Untuk melakukan berbagai tendangan taekwondo maka perlu ditunjang oleh komponen-komponen kondisi fisik yang baik seperti kekuatan, kelentukan, daya tahan, kecepatan dan power. Dari kelima komponen kondisi fisik tersebut di atas. Kecepatan merupakan salah satu komponen yang penting dalam pencapaian prestasi. Upaya-upaya atlet dalam meningkatkan prestasi khususnya kecepatan merupakan hal yang strategis.

Dalam cabang olahraga taekwondo, kecepatan merupakan komponen fisik yang esensial dan merupakan faktor penentu terutama saat atlet berada dalam situasi pertandingan. Hal ini didasarkan pada tuntutan pertandingan olahraga taekwondo yang biasanya berlangsung dinamis dan cepat. Kecepatan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan yang berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Dalam taekwondo, kecepatan tendangan ditentukan oleh kemampuan ruang gerak sendi, elastisitas otot dan kekuatan otot tungkai.

Kecepatan dalam cabang olahraga taekwondo seorang atlet sangat dibutuhkan baik dalam tendangan serangan maupun tendangan bertahan, seperti yang dijelaskan Yoyok (2002:32) bahwa: “Untuk melakukan teknik tendangan diperlukan kecepatan, kekuatan dan terutama keseimbangan yang prima”. Selain

Andri Setiawan, 2014

**PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

itu, diperlukan juga penguasaan jarak dan timing yang tepat agar tendangan tersebut menjadi efektif.

Kecepatan dalam melakukan tendangan sangat berpengaruh terhadap memperoleh angka atau *point*, karena tendangan atlet yang melakukan serangan ataupun bertahan jika mempunyai kecepatan tendangan yang baik maka poin dapat diraih dengan mudah. Begitu pun saat melakukan tendangan *idan dollyo chagi*, dengan melakukan tendangan kaki depan yang lebih dekat dengan area poin lawan disertai dengan tendangan yang cepat akan mempermudah atlet untuk mendapatkan poin. Dalam kategori kyorugi senior 16 kelas dipertandingkan, setiap kelas memiliki karakteristik permainan yang sesuai dengan kelas atau berat badan yang dipertandingkan. Kelas ringan dalam pertandingan mengandalkan kecepatannya untuk memperoleh poin, sedangkan dalam kelas berat mengandalkan kekuatan ototnya untuk memperoleh poin.

Berdasarkan pernyataan di atas, pertandingan taekwondo kategori kyorugi senior atau mahasiswa lebih dominan di pertandingan baik Olimpiade, Asean Games, Sea Games, PON dan sebagainya. Atlet senior yaitu memasuki usia *Golden Age* dimana atlet senior sudah memiliki kemampuan tendangan yang baik, begitupun dengan kecepatan tendangan dalam olahraga taekwondo karena kecepatan tendangan ditunjang dari penguasaan teknik tendangan yang sempurna. Teknik tendangan *idan dollyo chagi* lebih dominan di lakukan oleh atlet pada saat pertandingan karena memiliki kecepatan yang lebih baik dari pada teknik tendangan yang lainnya. Maka peneliti tertarik untuk meneliti penelitian yang berjudul “Profil Kecepatan Tendangan *Idan Dollyo Chagi* pada Atlet Tim Taekwondo UPI”.

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang penulis uraikan di atas, maka menjadi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana profil kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* pada atlet tim taekwondo UPI?

Andri Setiawan, 2014

**PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Bagaimana profil kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* pada setiap kelas dari 16 kelas yang di pertandingkan pada atlet tim taekwondo UPI?

### C. Tujuan Penelitian

Dalam suatu penelitian terdapat suatu tujuan yang ingin dicapai. Penetapan tujuan dalam suatu kegiatan merupakan titik awal untuk melakukan kegiatan selanjutnya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui profil yang jelas mengenai kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* pada atlet tim taekwondo UPI.
2. Untuk mengetahui profil kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* pada setiap kelas dari 16 kelas yang di pertandingkan pada atlet tim taekwondo UPI.

### D. Manfaat Penelitian

Apabila penelitian ini telah selesai dan terbukti berarti, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Secara teoritis penelitian ini dapat dijadikan sumbangan keilmuan, baik untuk atlet, pelatih maupun pembina olahraga sebagai upaya peningkatan prestasi.
2. Secara praktis dapat dijadikan acuan untuk para pembina olahraga maupun pelatih sebagai gambaran untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar tendangan *idan dollyo chagi* pada atlet dalam cabang olahraga taekwondo.

### E. Batasan Penelitian

Untuk menghindari perluasan penelitian dan tidak menyimpang dari permasalahan, maka batasan penelitian ini untuk membatasi penelitian agar lebih spesifik. Adapun batasan-batasannya yaitu:

1. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang menggambarkan mengenai kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* pada atlet Tim Taekwondo UPI.
2. Penelitian deskriptif ini menggunakan tes sebagai cara untuk memperoleh data.
3. Tes dalam penelitian ini adalah meneliti aspek kecepatan dalam tendangan *idan dollyo chagi* dengan mengambil data hasil tes, yaitu pengambilan waktu dalam melakukan 1 kali tendangan.
4. Tes ini menggunakan alat yang berupa kamera yang bertujuan untuk menganalisis waktu pada saat melakukan setiap tendangan.
5. Sasaran tendangan dalam penelitian ini adalah *body protector* atau area poin satu yang sering digunakan dalam setiap pertandingan.
6. Sumber data adalah atlet taekwondo nomor kyorugi kategori senior (17 – 25 tahun) di Tim Taekwondo UPI.
7. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* sebanyak 16 atlet senior nomor kyorugi tim taekwondo UPI.

#### **F. Batasan Istilah**

Untuk menghindari kesalahan arti penggunaan istilah maka penulis perlu penjelasan istilah yang akan ditulis. Dengan adanya batasan istilah penelitian ini diharapkan permasalahan yang akan diteliti tidak terlalu luas. Adapun istilah-istilah yang penulis tetapkan adalah :

1. Menurut CP. Chaplin Profil dalam Aziz (2009:1) adalah suatu penilaian individu untuk memaparkan sifat-sifat obyek sesuai dengan standar tertentu.
2. Tendangan *idan dollyo chagi* menurut Yoyok (2002 : 34) yaitu tendangan melingkar yang dilakukan dengan *sliding* atau meluncur dan menggunakan kaki depan untuk menendangnya.
3. *Kyorugi* atau pertarungan menurut Yoyok (2002:XV) adalah latihan yang mengaplikasikan teknik gerakan dasar atau *poomsae*, diman dua orang

yang bertarung saling mempraktekkan teknik serangan dan teknik pertahanan diri.

4. Taekwondo menurut Yoyok (2002 : 14) ialah olahraga beladiri yang berakar pada beladiri tradisional korea.
5. Kecepatan menurut Harsono (1988 : 216) adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.
6. Tes menurut Arikunto (1995) dalam Nurhasan (2007:3) adalah suatu alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan.

