

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga anggar merupakan salah satu olahraga tertua di dunia, hal ini terbukti dipertandingkannya cabang anggar pada olimpiade pertama di Athena Yunani. Di Indonesia olahraga anggar tidak populer seperti halnya permainan sepakbola, bulu tangkis, bola voli, pencak silat, karate, taekwondo, dan cabang olahraga lainnya. Meskipun tidak populer di kalangan masyarakat, akan tetapi menunjukkan suatu peningkatan, hal ini terbukti dengan semakin banyaknya atlet dalam mengikuti kejuaraan baik yang sifatnya regional maupun nasional.

Dengan semakin berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi, semakin meningkat pula prestasi atlet dalam cabang olahraga anggar. Di sepanjang perkembangan berbagai model bentuk latihan mengalami perubahan dan pembaharuan hal ini tidak berdasarkan hanya pada pengalaman model latihan yang alami, akan tetapi berdasarkan pada perkembangan riset di bidang olahraga yang semakin luas dan komplek. Oleh sebab itu para pelatih yang tidak mengetahui dan mengikuti perkembangan tersebut akan merasa tertinggal. Pelatih yang hebat dan berhasil akan selalu menerapkan praktek pelatihannya berdasarkan pada ilmu, dan keterampilan olahraganya, karena tinggi rendahnya prestasi atlet tergantung pada tinggi rendahnya pengetahuan yang dimiliki pelatihnya. Seperti dijelaskan Harsono (1988:7) yaitu "Prestasi maksimal seorang atlet hanyalah

mungkin tercapai apabila pelatihnya benar-benar menguasai segala seluk-beluk latihannya”.

Pada dasarnya seorang atlet berprestasi tidak dilahirkan tetapi diciptakan melalui proses berlatih yang mencakup aspek fisik, teknik, taktik dan mental. Proses latihan inilah yang harus dilakukan oleh seorang atlet. Demikian pula halnya dengan atlet-atlet cabang olahraga anggar. Penekanan latihan pada masing-masing atlet tidak selamanya harus sama, sebab akan selalu disesuaikan dengan kebutuhan, tetapi setiap aspek selalu berkaitan.

Berdasarkan ke empat aspek tersebut penulis berusaha untuk menganalisis suatu bentuk teknik serangan , dimana jenis serangan tersebut merupakan bagian dari teknik dasar pada permainan anggar. Penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur terpenting pada permainan anggar, oleh sebab itu latihan untuk mempermahir teknik-teknik tersebut diberikan kepada atlet. Pengertian dasar tentang latihan teknik menurut Harsono (1988:100) adalah sebagai berikut :

Latihan teknik adalah latihan yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan memperkembang kebiasaan-kebiasaan motorik atau perkembangan neuromuscular. Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting oleh karena akan menentukan gerak keseluruhan, oleh karena itu gerak-gerak dasar setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga haruslah dilatih dan dikuasai secara sempurna.

Dengan diberikannya latihan teknik dasar kemampuan motorik setiap gerakan dapat menentukan kesempurnaan gerakan, akan tetapi menganalisa suatu gerakan perlu diberikan sehingga tidak terjadi gerakan-gerakan yang salah yang

akan selalu melekat pada diri atlet, jika sudah melakukan gerakan-gerakan salah tersebut akan lebih sulit untuk diperbaiki (Handycap Habits).

Penguasaan teknik dasar pada permainan anggar mencakup masalah, serangan, tangkisan, serangan balasan, footwork. Pada penelitian ini penulis berusaha untuk menganalisis suatu bentuk teknik serangan- dimana pada permainan anggar berbagai jenis serangan dapat dipergunakan untuk memperoleh nilai dan hal ini tergantung dari kebiasaan atlet dalam proses latihannya. Jenis serangan tersebut diantaranya adalah ballestra, one step lunge jump, direct attack, redoubleman, renewattack. Dari berbagai bentuk serangan tersebut penulis berusaha untuk membandingkan dua jenis serangan yaitu jenis serangan ballestra dengan one step lunge jump terhadap kecepatan hasil serangan terutama pada permainan anggar jenis senjata sabel. Unsur kecepatan dirasakan penting dalam permainan anggar disamping unsur utama dalam permainan anggar adalah ketepatan, pada jenis senjata sabel unsur ketepatan tidak terlalu penting bila dibanding kecepatan. Pendapat ini dituturkan oleh Drs. Ramlan tanggal 17 Maret 2000, bahwa :

Dalam permainan anggar unsur ketepatan tusukan adalah yang terpenting terutama untuk jenis senjata degen dan floret, tetapi pada jenis senjata sabel, karena sifatnya memang memarang (sabetan) maka unsur kecepatanlah yang terpenting disamping arah sasarannya yang lebih luas bila dibandingkan dengan arah sasaran pada jenis senjata floret.

Kedua jenis serangan tersebut memiliki karakteristik yang berbeda tergantung dari faktor kebiasaan, bentuk tubuh dan sebagainya. Usaha-usaha untuk memperoleh kesempurnaan teknik tersebut sudah barang tentu dapat secara

bersamaan dikuasai oleh seorang atlet pada saat kompetisi. Dengan adanya berbagai jenis serangan diusahakan atlet benar-benar mampu melaksanakan teknik serangan tersebut pada situasi tertentu dalam pertandingan.

Perbedaan kedua jenis serangan tersebut penulis tertarik untuk meneliti masalah tersebut dengan tema " PERBANDINGAN ANTARA SERANGAN BALLESTRA DENGAN ONE STEP LUNGE JUMP DALAM OLAHRAGA ANGGAR ".

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis kemukakan penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat perbedaan yang berarti antara jenis serangan ballestra dengan one step lunge jump dalam olahraga anggar ?
2. Dari kedua jenis serangan tersebut manakah yang memiliki pengaruh lebih efektif terhadap hasil serangan pada permainan anggar.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin penulis harapkan dalam penelitian ini adalah mencakup masalah yang berkaitan dengan jenis serangan pada permainan anggar. Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah tingkat pembuktian tentang serangan yang lebih efektif antara ballestra dengan one step lunge jump

D. Kegunaan Penelitian

Apabila penelitian ini berhasil diharapkan dapat berguna dan bermanfaat, khususnya bagi penulis dan pembaca. Penulis mempunyai beberapa harapan pada penyusunan skripsi ini, harapan-harapan tersebut ialah :

1. Sebagai bahan informasi kepada para pelatih dan pembina tentang jenis serangan yang lebih efektif dalam permainan anggar.
2. Apabila hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang positif maka teknik dasar serangan tersebut perlu diberikan penekanan dalam proses latihan.

E. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis membahas penelitian pada masalah-masalah yang akan diteliti agar ruang lingkupnya menjadi terarah dan mencapai sasaran. Adapun ruang lingkup yang akan diungkap dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Meneliti tentang perbedaan jenis serangan antara ballestra dengan one step lunge jump.
2. Lokasi penelitian dilakukan di FPOK UPI
3. Metode yang dipergunakan adalah metode deskriptif.
4. Sampel yang dipergunakan adalah mahasiswa FPOK UPI pada perkuliahan anggar.

F. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari kesimpang-siuran dari istilah-istilah dalam penelitian ini maka penulis perlu menjelaskan istilah-istilah yang dipergunakan dalam penelitian ini. Adapun istilah-istilah yang dipergunakan adalah sebagai berikut :

Latihan, menurut Harsono (1988:101) sebagai berikut, " Latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya ".

One step lunge jump, yang dimaksud one step lunge jump adalah satu langkah (step) ke depan dilanjutkan dengan melompat ke arah sasaran sambil melakukan tusukan atau parangan (sabetan).

Ballestra, menurut Brian Pitman (1988;24) adalah " Serangan yang dilakukan dengan melangkahkan kaki ke depan secara relaks dan mendarat secara bersama.

G. Anggapan Dasar

Bertitik-tolak pada latar belakang masalah bahwa jenis serangan dalam anggar terdiri dari berbagai cara. Hal ini dapat dilakukan tergantung pada situasi pertandingan. Oleh sebab itu atlet perlu menguasai secara mahir jenis-jenis serangan tersebut. Sesuai dengan rumusan masalah yang penulis ajukan tentang jenis perbedaan serangan kaitannya dengan aktifitas hasil serangan, yaitu jenis serangan ballestra dengan serangan one step lunge jump. Kedua jenis serangan tersebut memiliki efisiensi dan efektifitas yang berbeda, hal ini dikarenakan perbedaan unsur gerakannya. Jika di analisis serangan ballestra merupakan satu jenis

serangan yang sangat sederhana yang merupakan bagian dari salah satu teknik dasar yang perlu diberikan atlet pemula. Sedangkan jenis serangan one step lunge jump merupakan salah satu jenis serangan yang terbaru yang banyak dipergunakan oleh atlet-atlet tingkat dunia. Dalam serangan ini unsur kekuatan tungkai sangat menentukan sekali terhadap kejauhan serangan, karena unsur penolak lebih nampak dibandingkan dengan serangan ballestra.

Perbedaan serangan one step lunge jump dengan serangan ballestra adalah sebagai berikut :

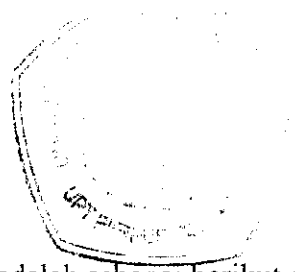
- Serangan One Step Lunge Jump.

Dimulai dengan sikap anggar kemudian melangkah ke depan satu kali dan secara berkesinambungan kaki depan melakukan tolakan serangan secara cepat. Dalam serangan ini kaki yang mendarat terlebih dahulu adalah kaki kanan, sehingga membentuk sikap serangan.

- Serangan Ballestra.

Dimulai dengan sikap anggar kemudian kedua kaki melompat ke depan secara bersamaan, dan setelah kedua kaki tersebut mendarat tanpa saat berhenti langsung melakukan gerakan serangan secara cepat dan membentuk sikap serangan.

One step lunge jump memiliki keuntungan karena ada geseran awal sehingga mampu bereaksi terhadap perubahan arah yang lebih cepat hal ini sependapat dengan Pete Rotella (1984:184) menjelaskan sebagai berikut :
“Kadang-kadang lebih berfaedah bagi olahragawan untuk tetap bergerak perlahan-lahan daripada benar-benar berhenti dan mulai bergerak lagi”.



Dan Pete Rotella pun menjelaskan (1984:185) adalah sebagai berikut :

Kecepatan yang mendorong suatu benda apabila diperhitungkan tanpa memandang sudut lepas, langsung mempengaruhi jarak yang akan ditempuh benda tersebut. Benda yang di dorong dengan kekuatan horizontal yang lebih besar akan menempuh jarak yang lebih jauh sebelum gaya berat menariknya ke bumi. Gerakan yang tidak berhenti dahulu akan menghasilkan kecepatan daya dorong yang kuat.

Dalam pola gerakan serangan one step lunge jump membutuhkan tenaga yang cukup besar karena dalam gerakan ini memiliki prinsip memindahkan titik berat badan secara berkesinambungan. Seperti yang dikatakan oleh Drs.Pung Sunarto dalam wawancara dengan penulis sebagai berikut:

Pada gerakan one step lunge jump banyak mengeluarkan tenaga kalori yang cukup besar karena memindahkan dua kali berat badan pada saat melakukan serangan secara beruntun.

H. Hipotesis

Berdasarkan anggapan di atas maka dengan ini penulis merumuskan hipotesis sebagai berikut , terdapat perbedaan yang berarti antara serangan ballestra dengan one step lunge jump terhadap efektifitas hasil serangan pada permainan anggar.

