

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada umumnya penduduk diseluruh dunia berolahraga setiap hari dengan bermacam-macam tujuan yakni, 1) reaksi atau berolahraga hanya untuk mengisi waktu senggang; 2) pendidikan seperti olahraga disekolah-sekolah yang dibina oleh Guru Pendidikan Jasmani; dan 3) kesehatan yakni sebagai pencegahan agar tidak mudah terserang penyakit.

Diera persaingan ini penulis mengamati bahwa tujuan berolahraga untuk berprestasi sangat di indamkan oleh para penggemar olahraga terlebih pada cabang olahraga Anggar meskipun olahraga ini kurang diminati oleh masyarakat artinya olahraga langkah. Dalam prestasi pada setiap cabang olahraga khususnya cabang olahraga Anggar, bukanlah merupakan suatu hal yang mudah. Sebab dipengaruhi oleh faktor-faktor penting seperti faktor kondisi fisik, kondisi fisik yang baik sangat menunjang aktifitas olahraga dalam rangka pencapaian prestasi yang maksimal.

Salah satu kondisi fisik yang turut mempengaruhi penampilan atlet Anggar adalah kecepatan, dimana seorang atlet anggar membutuhkan gerakan-gerakan yang cepat pada waktu melakukan serangan maupun pertahanan, selain itu pengetahuan teknik dasar Anggar seperti sikap permulaan, sikap sedia (*frey*), kemudian dilanjutkan dengan langkah kaki (*footwork*) maju-mundur yang mutlak harus dikuasai.

Dengan memiliki kecepatan langkah yang maksimal dan teknik serangan yang baik, atlet anggar dapat menyerang lebih cepat dari pada lawan sehingga atlet tersebut dengan mudah dapat memperoleh angka. Demikian sebaliknya atlet anggar akan mengalami kesulitan dalam

memenangkan suatu pertandingan tanpa memiliki kecepatan serangan dan teknik dasar yang sempurna.

Kelemahan yang sering dilakukan oleh mahasiswa Pendidikan Keolahragaan atau atlet anggar yang ada di lingkungan Universitas Negeri Gorontalo adalah kurangnya melakukan serangan parangan secara tiba-tiba, padahal serangan parangan ini sangat efektif efektif untuk melakukan serangan ke arah bagian kepala. Hal ini menandakan siswa atau atlet Anggar kurang menguasai teknik dasar, serta kurang memiliki kecepatan pada otot-ototnya terutama otot lengan dan fungsi kaki yang selalu aktif dalam melakukan serangan.

Beranjak dari masalah-masalah yang telah dikemukakan di atas, untuk meningkatkan kecepatan serang perlu adanya metode latihan yang tepat dan terprogram secara sistematis, sehingga mampu meningkatkan gerakan olah kaki. Dengan adanya kekuatan/olah kaki dapat menunjang kecepatan kaki untuk menyerang dari seorang siswa atau atlet itu sendiri.

Oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk menerapkan metode latihan *Stepping*. Metode latihan ini merupakan latihan untuk meningkatkan gerakan kaki dan juga kelincahan dalam menyerang.

Berdasarkan uraian diatas penulis terdorong untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Langkah Kaki Terhadap Kecepatan Serangan Memarang Jenis Alat Sable Pada Olahraga Anggar Mahasiswa Penjaskes Semester VI Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo“

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah tersebut sebagai berikut:

- 1) Kecepatan memarang dipengaruhi oleh langkah kaki (*footwork*).
- 2) Kurangnya mahasiswa penjaskes melakukan serangan parangan secara tiba-tiba.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan diidentifikasi masalah yang di kemukakan, maka untuk dijelasnya fokus masalah penelitian ini perlu dibatasi pada variabel terikat yaitu latihan langkah kaki (*footwork*) dan variabel bebas yaitu kecepatan serangan memarang.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi Masalah dan Pembatasan Masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah Terdapat Pengaruh Latihan Langkah Kaki Terhadap Kecepatan Serangan Memarang Pada Mahasiswa Penjaskes Semester VI Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini diantaranya dalah untuk mengetahui peningkatan Pengaruh Latihan Langkah Kaki Terhadap Kecepatan Serangan Memarang Jenis Alat Sable Pada Olahraga Anggar Mahasiswa Penjaskes Semester VI Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo

1.6 Mafaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian yang diharapkan adalah sebagai berikut:

- 1) Manfaat Teoritis

- a) Sebagai bahan masukan yang objektif kepada guru dan pelatih mata pelajaran penjaskes guna meningkatkan kualitas mengajar maupun melatih.
- b) Menjadi salah satu referensi guna kemajuan ilmu pengetahuan khususnya pada mata pelajaran penjaskes.

2) Manfaat Praktis

- a) Agar mahasiswa dapat mempelajari dan lebih memahami bagaimana cara melakukan serangan memarang yang baik dan benar.
- b) Menambah pengetahuan penulis pada cabang olahraga Anggar.