

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga karate telah diterima dengan baik dikalangan masyarakat yang ada di Provinsi Gorontalo. Hal ini terbukti dengan banyaknya *Dojo* (tempat latihan karate) yang ada di Provinsi Gorontalo. Dari berbagai macam *Dojo* yang ada, selanjutnya para karateka yang aktif di dalamnya sering mengikuti kegiatan seleksi agar bisa masuk dalam Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) cabang olahraga karate yang merupakan salah satu wadah pembinaan prestasi yang dinaungi oleh pemerintah Provinsi Gorontalo.

Karate merupakan salah satu cabang olahraga bela diri yang membutuhkan kecepatan. Dalam karate, kecepatan dibutuhkan guna untuk menunjang performa atlet pada saat mengikuti sebuah pertandingan baik pada kategori KATA (peragaan jurus) maupun *kumite* (tanding). Kecepatan yang dimaksud, dapat berupa kecepatan dalam melakukan serangan pukulan maupun tendangan. Disamping itu, apabila seorang atlet karate memiliki kecepatan yang baik, maka reaksi maupun mobilitas atlet tersebut akan baik pada saat bertanding.

Pada tingkat awal, jurus pertama yang diperkenalkan dalam Karate adalah *Tsuki* (pukulan). Cukup banyak jenis pukulan yang diajarkan, mulai dari pukulan lurus (*choku tsuki*), Pukulan pisau tangan (*Shuto Uchi*), pukulan melebar membentuk huruf “U” (*Yama tsuki*), pukulan tinju ke atas (*Tate Tsuki*) dan lain lain.

Dalam tahap pengenalan pukulan, hal pertama yang diajarkan seorang pelatih adalah bagaimana memukul dengan benar, dimulai dari cara menggenggam, perputaran gerakan, posisi tangan ketika memukul dan juga cara penyaluran tenaganya. Setelah bentuk dari pukulan benar maka masuk ke tingkat berikutnya yaitu meningkatkan kekuatan, kecepatan serta ketepatan dalam mempergunakan pukulan tersebut.

Pukulan merupakan salah satu komponen penting dalam seni beladiri, karena tanpa kemampuan pukulan yang baik otomatis hal yang penting dalam

latihan tidak akan terlaksana dengan baik. Pukulan yang dinilai dalam pertandingan karate adalah pukulan yang mengenai sasaran sesuai dengan peraturan yang berlaku. Dalam upaya mengenai sasaran yang sah, seorang atlet karate harus mengutamakan unsur kecepatan dalam pelaksanaannya.

Kecepatan dalam melakukan sebuah pukulan dalam karate tidak semata dimiliki begitu saja oleh seorang atlet. Hal tersebut selain merupakan hasil dari latihan yang dilakukan, juga ditunjang oleh beberapa hal. Dari berbagai macam komponen yang menunjang seseorang atlet dapat melakukan pukulan dalam karate, salah satu diantaranya adalah seperti panjang lengan yang dimiliki atlet tersebut.

Semakin panjang lengan seseorang yang hendak melakukan teknik pukulan, maka pukulan yang dilancarkan hanya membutuhkan waktu yang relatif singkat untuk mengenai target dibandingkan dengan orang yang lengannya lebih pendek. Disamping panjang lengan, kekuatan otot lengan juga merupakan salah satu faktor yang menunjang cepatnya pukulan seseorang dalam mengenai target pukulan.

Upaya pembuktian uraian tersebut di atas, maka perlu adanya sebuah penelitian guna untuk melihat dan membuktikan secara ilmiah apakah panjang lengan dan kekuatan otot lengan yang dimiliki oleh seseorang dapat menunjang kecepatan pukulan dalam karate.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- a. Beragamnya panjang lengan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo.
- b. Kekuatan otot lengan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo relatif sama.
- c. Belum diketahui hubungan secara pasti antara panjang lengan dan kekuatan otot tungkai dengan kecepatan pukulan dalam karate.

1.3. Batasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dan keterbatasan pada peneliti, maka perlu adanya batasan masalah agar ruang lingkup penelitian ini menjadi lebih

jelas. Adapun permasalahan penelitian yang dimaksud, dibatasi pada upaya untuk menguji hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan dalam karate.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yakni sebagai berikut:

- a. Adakah hubungan antara panjang lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo?
- b. Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo?
- c. Adakah hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo?

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengkaji hubungan antara panjang lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo.
- b. Mengkaji hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo.
- c. Mengkaji hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian terkait dengan upaya mengkaji hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan atlet karate PPLP Provinsi Gorontalo yang dilaksanakan, selanjutnya diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Secara teoritik: Sebagai salah satu acuan ilmiah tentang penjelasan terkait dengan hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan dalam karate.

- b. Secara praktik:
 - 1) Bagi sampel penelitian:

Dapat memberikan tambahan pemahaman tentang bagaimanakah hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kecepatan pukulan dalam karate.
 - 2) Bagi pelatih:

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu acuan dalam melakukan proses evaluasi.