

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Olahraga Taekwondo merupakan salah satu jenis cabang olahraga bela diri yang dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON). Perkembangan olahraga Taekwondo di Indonesia pada saat ini dapat dikatakan berkembang sangat pesat. Hal ini dapat dilihat dari banyak diadakannya kejuaraan-kejuaraan baik itu tingkat cabang, tingkat daerah, maupun tingkat nasional. Melalui kejuaraan-kejuaraan tersebut akhirnya dapat terlahir bibit-bibit atlet Taekwondo yang kompeten dan nantinya dapat diikuti untuk bertanding dalam kejuaraan-kejuaraan baik tingkat daerah, nasional maupun internasional.

Mengingat begitu pentingnya olahraga Taekwondo tersebut untuk perkembangan olahraga di Indonesia, maka cabang olahraga tersebut penting untuk dikembangkan dan dilestarikan dengan cara melakukan pembinaan terhadap bibit-bibit terbaru yang kemudian menyalurkannya kepada perkumpulan olahraga untuk mendapatkan pembinaan yang lebih *intensif*.

Terdapat 2 jenis kategori pada pertandingan Taekwondo, yaitu: kategori *poomsae* dan kategori *kyorugi*. Pertandingan kategori *poomsae* adalah pertandingan yang memperagakan rangkaian jurus atau rangkaian teknik gerakan dasar serangan dan pertahanan diri yang dilakukan melawan lawan yang imajiner. Setiap rangkaian gerakan *poomsae* didasari oleh filosofi timur yang menggambarkan semangat dan cara pandang bangsa Korea. Pada pertandingan *poomsae*, nilai yang muncul sebagai hasil akhir adalah hasil dari nilai sempurna yang dimiliki sebelum para atlet memainkan *poomsae* dikurangi dengan nilai kesalahan-kesalahan yang didapati pada saat gerakan *poomsae* tersebut dilakukan. Aspek yang dinilai pada pertandingan *poomsae* ialah *Speed and Power* (Kecepatan dan Kekuatan), *Strength/Speed/Rhythm* (Ritme Gerakan yang dilakukan), *Expretion of Energy* (Penghayatan dan Ekspresi), serta keakuratan/ketepatan sasaran.

Berbeda halnya dengan pertandingan *poomsae*, pertandingan kategori *kyorugi* sendiri adalah pertarungan antara dua *Taekwondoin* di mana mereka saling menyerang dan bertahan untuk mendapatkan keunggulan *score* dengan menggunakan teknik-teknik tendangan maupun pukulan yang diajarkan di

Taekwondo. Dalam melakukan *kyorugi* diperlukan ketahanan fisik, kecepatan aksi-reaksi, fleksibilitas, keakuratan serangan, variasi-variasi tendangan, dan juga mental yang kuat.

Menurut Suharno (1986), Faktor yang mendukung untuk mencapai prestasi yang optimal yaitu :

- 1) Faktor atlet
- 2) Faktor *coach*
- 3) Faktor organisasi
- 4) Faktor sarana latihan
- 5) Faktor lingkungan sekitar
- 6) Faktor Partisipasi

Semua unsur-unsur tersebut sangat berperan penting dan saling berkaitan satu sama lain dalam usaha untuk meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga. Dari hasil observasi yang dilakukan di *Dojang* Atma Jaya Yogyakarta, *Dojang* STIE YKPN, dan *Dojang* UMS, latihan dianjurkan tidak hanya dilakukan pada saat latihan bersama ataupun pembinaan, melainkan *Taekwondoin* juga perlu untuk melakukan latihan secara mandiri untuk mematangkan teknik-teknik yang sudah diajarkan. Salah satu latihan yang sangat penting bagi *Taekwondoin* ialah latihan tendangan. Tendangan sendiri terdapat 4 aspek yang harus dikuasai, yaitu : kecepatan, ketahanan, variasi, dan keakuratan terhadap sasaran. Sampai saat ini sarana latihan mandiri untuk melatih tendangan masih mengandalkan *sandsack*. Hal ini menyebabkan keempat aspek tendangan tersebut tidak tercapai secara maksimal. Hal ini dikarenakan peran *sandsack* lebih spesifik terhadap latihan kecepatan dan ketahanan tendangan. Untuk variasi dan keakuratan tendangan sampai saat ini masih mengandalkan *Kick-Target-Focus (KTF)* dengan bantuan *partner*. Tentunya hal ini menyebabkan kebutuhan latihan mandiri untuk melatih kedua aspek tendangan tersebut tidak terpenuhi. Permasalahan ini merupakan salah satu faktor penyebab sulitnya mendapatkan *poin* pada saat pertandingan.

Berangkat dari permasalahan tersebut, dibutuhkan sebuah alat latihan keakuratan tendangan yang dapat menggantikan fungsi *partner*. Diharapkan dengan adanya alat tersebut, latihan keakuratan dan variasi tendangan juga dapat dilakukan secara mandiri. Selain itu hal ini dapat menambah jam terbang latihan keakuratan dan variasi tendangan yang berujung pada meningkatnya

tingkat akurasi dan variasi tendangan *Taekwondoin* saat melakukan *sparing partner* maupun pada saat pertandingan.

1.2. Rumusan Masalah

Permasalahan yang melatarbelakangi penulisan skripsi ini adalah bagaimana merancang alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo yang dapat diaplikasikan dengan *Kick-Target-Focus* yang mudah ditemui di pasaran sebagai alat latihan mandiri untuk melatih keakuratan dan variasi tendangan Taekwondo.

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk merancang alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo yang diharapkan dapat menjadi solusi latihan mandiri dalam latihan keakuratan tendangan pada Taekwondo.

1.4. Batasan Masalah

Agar pemecahan masalah yang dilakukan tidak menyimpang dari ruang lingkup penelitian yang telah ditentukan, maka akan dilakukan pembatasan sebagai berikut:

- 1) *Responden* merupakan bagian dari pelaku Taekwondo baik murid maupun pelatih di *Dojang* Universitas Atma Jaya Yogyakarta, *Dojang* UMS dan *Dojang* STIE YKPN.
- 2) *Interview* digunakan untuk mendapatkan atribut produk maupun segala hal yang dibutuhkan selama proses penelitian dari *responden* yang sudah ditentukan untuk merancang alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo
- 3) *Software* yang digunakan untuk merancang alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo adalah *Solidworks* 2012, *CATIA* V5 dan *AutoCAD* 2007 sebagai alat bantu untuk merancang alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo.

1.5. Manfaat Penelitian

Perancangan alat latihan keakuratan tendangan Taekwondo ini diharapkan mampu menjadi solusi latihan mandiri dalam melatih keakuratan dan variasi tendangan Taekwondo yang selama ini masih bergantung akan adanya peran *partner*, sehingga diharapkan dapat menambah jam terbang latihan keakuratan

dan variasi tendangan yang berujung pada meningkatnya kemampuan tendangan *Taekwondo*in pada saat pertandingan.

