

**KONTRIBUSI KECEPATAN REAKSI TANGAN TERHADAP HASIL TUSUKAN
ATLET ANGGAR SUMATERA BARAT**



MASYKUR

2003/43537

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Kontribusi Kecepatan Reaksi Tangan terhadap Hasil Tusukan Atlet
Anggar Sumatera Barat

Nama : Masykur

BP/NIM : 2003/43537

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 3 Agustus 2011

Disetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Argantos, M.Pd
NIP. 19600527 1985031 002

Donie, S. Pd, M.Pd
NIP. 19720717 1998031004

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga

Drs. Yendrizar, M.Pd
NIP. 19611113 1987031004

ABSTRAK

Kontribusi Kecepatan Reaksi Tangan Terhadap Hasil Tusukan Atlet Anggar Sumatera Barat.

OLEH : MASYKUR /43537/2011

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar hubungan antara kecepatan reaksi tangan dengan kemampuan tusukan dalam olahraga anggar Sumatera Barat. Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional yang mengetahui unsur hubungan variabel bebas dengan variabel terikatnya.

Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet anggar Sumatera Barat sebanyak 23 orang. Teknik pengambilan data penelitian ini adalah dengan tes dan pengukuran. Untuk mengukur kecepatan reaksi tangan digunakan tes kecepatan reaksi tangan, mengukur kemampuan tusukan adalah dengan melakukan tusukan selama 30 detik.

Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini didapatkan r_{hitung} 0,9 sedangkan r_{tabel} 0,514 dengan kata lain $r_{hitung} > r_{tabel}$ dimana ini menandakan bahwa : terdapat kontribusi yang signifikan antara kecepatan reaksi tangan terhadap kemampuan tusukan atlet anggar Sumatera Barat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Kontribusi kecepatan reaksi tangan terhadap hasil tusukan atlet anggar Sumatera Barat”. Dan tak lupa pula selawat beriring salam kita sampaikan buat arwah junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kebodohan sampai zaman yang penuh ilmu pengetahuan seperti saat sekarang ini.

Skripsi ini merupakan bagian dari persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana kependidikan. Selama penulisan skripsi ini, Penulis telah banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis dengan tulus dan ikhlas menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs. Syahril B, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan motivasi.
2. Bapak Drs. Yendrizar M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan yang telah membantu kelancaran proses perkuliahan dan kelancaran proses skripsi.
3. Bapak Drs. Argantos M.Pd selaku penasihat akademik, sekaligus sebagai pembimbing 1, yang telah banyak memberikan arahan, motivasi dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

4. Bapak Donie, S.Pd, M.Pd, selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya guna membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Nirwandi M.Pd, Bapak Drs Maidarman M.Pd dan Bapak Drs. Masrun, M.kes, AIFO selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan atas kesempurnanaan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Ketua Pengda Ikasi Sumbar yang telah membantu kelancaran penelitian dan penulisan skripsi.
8. Ayahanda (Alm) dan Ibunda tercinta, yang telah bersusah payah mendidik ananda sehingga ananda dapat menyelesaikan study di Universitas Negeri Padang.
9. Kakanda Kamarul kamar, Syahbanur, Novi
10. Spesial Yeni Roza, beserta keluarga
11. Rekan - rekan Mahasiswa FIK UNP, Khususnya angkatan 2003 yang telah memberikan semangat, perhatiannya, bantuannya, serta semua pihak yang tidak dapat dicantumkan namanya satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, namun penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan bantuan demi kesempurnaan skripsi ini, semoga skripsi ini dapat bermamfaat bagi pembaca.

Padang, Agustus 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Kegunaan Penelitian	5

BAB II LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Teori	6
1. Hakekat Olahraga Anggar.....	11
2. Hakekat Kecepatan Reaksi Tangan.....	13
3. Hakekat Tusukan.....	16
B. Kerangka Konseptual	18
C. Hipotesis Penelitian.....	19

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	20
D. Defenisi Operasional	
1. Kecepatan Reaksi Tangan.....	23
2. Hasil Tusukan.....	23
E. Jenis dan Sumber Data	
1. Jenis Data.....	23
2. Sumber Data.....	24
F. Metoda Penelitian	24
G. Instrumen Penelitian.....	24
H. Teknik Analisis Data.....	26

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	28
1. Kecepatan Reaksi Tangan.....	28
2. Kemampuan Tusukan.....	29
B. Analisis Data.....	31
C. Pembahasan.....	32

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	35

Daftar Tabel

Tabel

1. Daftar nama sampel.....	22
2. Distribusi Kecepatan reaksi tangan.....	28
3. Distribusi Kemampuan tusukan.....	30

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka otot manusia.....	11
2. Tusukan pada olahraga anggar.....	18
3. Kerangka konseptual.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

1.	Data Penelitian.....	38
2.	Uji Normalitas Kecepatan reaksi tangan.....	39
3.	Uji Normalitas Kemampuan tusukan.....	41
4.	Uji Korelasi Sederhana.....	43
5.	Foto alat ukur.....	45
6.	Foto alat – alat anggar.....	46
7.	Foto peneliti dan pelatih.....	47
8.	Foto peneliti dan sampel.....	48
9.	Foto tes kecepatan reaksi tangan.....	49
10.	Foto tes tusukan.....	50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam rangka percepatan pembangunan pemerintah berupaya untuk bisa menciptakan masyarakat yang adil dan makmur sesuai dengan apa yang telah tercantum pada UUD 1945 pembangunan haruslah mencakup segala sektor kehidupan masyarakat, termasuk pembangunan bidang olahraga. Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani kualitas manusia menanamkan nilai moral manusia dan akhlak, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Salah satu cabang olahraga prestasi adalah anggar, merupakan salah satu olahraga beladiri yang sudah berkembang sejak dahulu kala, dimana dan kapan belum dapat dipastikan. Namun olahraga anggar ini amat digemari di negara Prancis dan berkembang dengan pesat. Hal ini dapat dilihat karena banyaknya istilah anggar yang berasal dari bahasa Prancis. Nirwandi (2010 : 17) mengemukakan "Permainan anggar termasuk olahraga yang sudah bertahun-tahun tercantum dalam Olympiade". Permainan anggar masuk ke Indonesia dibawa oleh bangsa Belanda pada tahun 1922, mula – mula permainan anggar ini dimainkan oleh tentara KNIL dan diajarkan kepada bangsa Indonesia yang tujuannya untuk membantu pasukan Belanda.

Prestasi olahraga Sumatera Barat cukup berjaya di kancah Nasional, salah satunya cabang olahraga anggar, pada tahun 1993 Sumbar mendapat medali perunggu pada kejuaraan Nasional di Jakarta yang dipersembahkan oleh atlet Jusmaini, Pada tahun 1994 Jusmaini

kembali merebut medali perunggu dengan putri pada kejuaraan Nasional mahasiswa di Medan, tahun 2004 mendapat medali perunggu dengan putra pada kejuaraan nasional di Jakarta, terakhir pada tahun 2007 mendapat medali perunggu dengan putra pada kejuaraan nasional di Aceh yang didapat oleh Soekaryo.

Prestasi olahraga tidak timbul begitu saja atau secara kebetulan melainkan adanya faktor – faktor pendukung dalam pencapaian prestasi olahraga itu sendiri. Adapun faktor – faktor pendukung tersebut adalah sebagai berikut : faktor bibit atlet, faktor pembina, faktor pelatih, faktor organisasi, faktor dana (bakat kemauan dan tekad sebagainya)

Faktor – faktor penentu prestasi dalam olahraga adalah sebagai berikut :

- 1) aspek medis
- 2) aspek psikologis,
- 3) aspek teknik
- 4) aspek fisik.

Sejalan dengan itu Soekarman (1987 : 27) menyatakan bahwa “ faktor yang mempengaruhi prestasi seseorang dalam olahraga terdiri dari beberapa aspek yaitu : 1). Aspek biologis, yang terdiri dari potensi/kemauan dasar tubuh, fungsi organ – organ tubuh, struktur dan postur tubuh, gizi sebagai penunjang aspek biologis. 2). Aspek Psikologis, yang terdiri dari : intelektual, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan syaraf. 3). Aspek lingkungan yang terdiri dari : sosial, kehidupan sosial ekonomi, interaksi antara pelatih, atlet sesama team, sarana dan prasarana olahraga, cuaca iklim sekitar, orang tua, keluarga dan masyarakat (dorongan dan pengharapan). 4). Aspek penunjang yang terdiri dari : pelatih yang berkualitas tinggi, program yang tersusun secara sistematis, penghargaan dari masyarakat dan pemerintah, dana yang memadai dan organisasi yang tertib. Sajoto (1988 :11)

Jadi peneliti dapat menyimpulkan fisik olahragawan sebagai dasar penunjang pencapaian prestasi puncak, kondisi fisik harus diberikan seirama dengan latihan teknik, taktik dan kematangan bertanding karena pertandingan secara umum membuktikan apakah program latihan yang diterapkan sudah tepat, sehingga melalui hasil pertandingan dapat dievaluasi untuk memperbaiki program latihan yang telah dibuat sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Kemampuan kondisi fisik dalam bentuk pelaksanaannya dapat dikelompokkan dalam latihan kondisi fisik umum dan khusus. Kondisi fisik umum merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan kemampuan gerak tubuh yang terdiri dari komponen kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelenturan yang bentuk latihan harus dapat membenahi otot dan organ tubuh secara lebih bervariasi dari yang khusus.

Dari uraian – uraian diatas jelas bahwa kondisi fisik terdiri dari kekuatan, kecepatan, kelenturan, power, daya tahan, reaksi, koordinasi dan keseimbangan merupakan kondisi fisik yang mempengaruhi kemampuan terhadap peningkatan prestasi atlet anggar. Dengan demikian dalam latihan atlet anggar latihan kondisi fisik harus diberikan secara terencana.

Didalam permainan olahraga anggar tusukan sangat penting dalam melakukan serangan untuk mendapatkan point atau nilai, dalam melakukan tusukan harus didukung oleh kecepatan reaksi tangan sehingga menghasilkan kemampuan tusukan yang tepat dan sempurna sesuai dengan yang diinginkan.

Berdasarkan kenyataan tersebut penulis ingin mengungkapkannya secara ilmiah dalam bentuk penelitian apakah ada hubungan kecepatan reaksi dengan kemampuan tusukan atlet anggar IKASI Sumatera Barat yang berlatih di GOR H. AGUS SALIM PADANG Sumatera Barat yang hasilnya dapat memberikan sumbangan yang berarti dalam cabang olahraga anggar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan tusukan dalam olahraga anggar, maka permasalahan dalam penelitian ini diidentifikasi sebagai berikut :

1. Apakah terdapat kontribusi antara kemampuan gerak dengan kemampuan tusukan?
2. Apakah terdapat kontribusi kecepatan reaksi terhadap kemampuan tusukan?
3. Apakah terdapat kontribusi daya tahan dengan kemampuan tusukan?
4. Apakah terdapat kontribusi kelincahan dengan kemampuan tusukan?
5. Apakah terdapat kontribusi sarana dan prasaana dengan kemampuan tusukan?
6. Apakah terdapat kontribusi kecukupan gizi dengan kemampuan tusukan?
7. Apakah terdapat kontribusi kemampuan teknik dan taktik dengan kemampuan tusukan?

C. Pembatasan Masalah

Bertolak dari banyaknya hal-hal yang akan mempengaruhi kemampuan tusukan dan berbagai keterbatasan waktu, biaya, tenaga dan kemampuan serta lebih terarahnya penelitian ini, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Pada penelitian ini masalah yang akan dibatasi adalah :

- Kecepatan reaksi tangan sebagai variabel bebas dan memiliki kemampuan tusukan sebagai variabel terikat

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian dalam latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut

- Apakah kecepatan reaksi tangan memiliki kontribusi terhadap kemampuan tusukan pada olahraga anggar?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

- Seberapa besar kontribusi kecepatan reaksi tangan terhadap kemampuan tusukan pada cabang olahraga Anggar di Pengda Ikasi Sumatera Barat.

F. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat :

1. Penulis, sebagai satu syarat untuk memperoleh Strata satu (S1) Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Memberikan informasi tentang perlunya peningkatan kondisi fisik dan kecepatan reaksi tangan para atlet Anggar Sumbar.
3. Menjadi bahan informasi kepada para Pembina, pelatih dan atlet Anggar tentang kondisi fisik yang harus diperhatikan pada atlet Anggar, sehingga nantinya akan meningkatkan kemampuan atlet anggar.
4. Dijadikan sebagai salah satu bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas lagi.
5. Kepustakaan, sebagai bahan bacaan dalam menambah ilmu pengetahuan.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Teori

Tim Prima Pena (2006 : 32) menyebutkan bahwa anggar adalah olahraga berpedang. Dalam artian global, anggar adalah seni budaya olahraga ketangkasan dengan senjata yang menekankan pada teknik kemampuan seperti memotong, menusuk atau menangkis senjata lawan dengan menggunakan keterampilan dalam memanfaatkan kelincahan tangan. Dalam artian lebih spesifik, anggar adalah satu satu cabang olahraga yang diajarkan di sekolah - sekolah Eropa pada masa lalu dalam melatih keahlian dalam menggunakan senjata tajam yang akhirnya menjadi salah satu olahraga resmi di Olimpiade.

Kemunculan anggar bersamaan dengan kemunduran masa ksatria feodal dan juga kemunculan orang-orang borjuis. Sangatlah penting untuk mengingat bahwa anggar benar-benar bukan merupakan sebuah seni militer. Pertandingan awal olahraga ini dapat ditemukan pada relief yang dipahat di kuil madinet-habu di luxor, mesir. Senjata yang diperlihatkan pada relief yang dipahat tumpul , dan para pemain anggar mengenakan masker. Ukiran tersebut juga memperlihatkan penonton, pendukung pemain dan seorang pencatat nilai. (Faidillah: 6)

Anggar adalah sebuah ilmu pengetahuan, juga di dalamnya terdapat satu tubuh pengetahuan yang teratur yang mendemostrasikan jalannya hukum-hukum umum (seni gerak dalam anggar). Sebagai sebuah rekreasi yang sangat panjang anggar menyediakan pemraktisinya ketenangan, keterikatan, kesenangan, dan penyegaran tubuh, pikiran, dan jiwa. Pada level yang paling sederhana adalah keuntungan-keuntungan fisik dari pelatihan: meningkatkan keseimbangan dan koordinasi, dan beberapa dampak yang lebih luas, kekuatan, fleksibilitas dan ketahanan otot. Tapi anggar juga menghasilkan tubuh yang sehat

dan sebagai tambahannya adalah jiwa yang kuat, meningkatkan konsentrasi, sensitifitas, respon, keputusan. (Faidillah :8)

Dengan berdirinya perkumpulan anggar di Frankfurt pada abad ke-14 maka Bangsa Jerman adalah Bangsa yang pertama kali menjadikan anggar sebagai olahraga. Tuntutan Bangsa Italia bahwa Italia adalah yang pertama menciptakan anggar pada abad ke-15 menjadi batal, mengingat Bangsa Jerman seabad lebih dahulu telah mempergunakan pedang panjang (90 cm), tanpa memakai pelindung tangan. Inilah gambaran kenapa Itali mengklaim bahwa anggar salah satu olahraga yang berasal dari sana, yaitu Sekolah itali yang pertama kali mengembangkan penggunaan ujung senjata secara efektif dan memperkenalkan *rapier* (pedang tipis, ringan dan tajam). Dengan perkembangan gerakan kaki yang lebih halus, termasuk *lunge* (serangan mendadak dan cepat), bergulat dan kontak badan lawan mulai berkurang. Karena *rapier* adalah senjata yang agak panjang, yang kurang efektif digunakan dalam pertempuran jarak dekat, tangan kiri menggunakan *dagger* (belati), yang memberikan pertahanan secara baik sementara *rapier* digunakan untuk mengenai sasaran. (Faidillah :11)

Kapten Cordoba adalah orang yang pertama menggunakan pelindung tangan, Ia adalah Bangsawan Spanyol. Pedang tersebut hingga sekarang masih tersimpan di museum di Madrid. Bangsa Italia merubah cara-cara menggunakan anggar dengan mempergunakan pedang kecil dan membuatnya sebagai alat olahraga yang menanamkan kegesitan reaksi dan juga penajaman pandangan mata. (Faidillah : 13)

Etimologi kata "anggar" berasal dari Bahasa Perancis "*en garde*", bunyinya dalam Bahasa Indonesia "ang-gar" yang berarti "bersiap". Kata "*en garde*" digunakan sebelum permainan anggar dimulai, untuk memberi perintah "bersiap" kepada pemain. Anggar yang dipertandingkan pada olimpiade memainkan tiga nomor , yang dinamakan berdasarkan senjatanya: Floret (*foil*), Sabel (*sabre*), Degen (*épée*). Masing-masing senjata tersebut

memiliki karakteristik tersendiri dan dalam memiliki peraturan tersendiri dalam permainannya (Rouhawk, 2008 : 1).

Seni bela diri Anggar dapat diartikan sebagai permainan beladiri yang menggunakan pedang. Karena sebelum adanya bentuk Anggar seperti sekarang, pedang digunakan pada masa Persi, Yunani, Romawi dan Babilonia. Relief yang terdapat di candi Luxor di Mesir menggambarkan adegan pertandingan Anggar sekitar abad 119 sebelum Masehi, menggunakan pedang sebagai alat. Saat itu, permainan pedang juga sudah menggunakan pelindung muka juga pelindung pada ujung pedang agar tidak mencelakakan orang. Disamping itu, ada seorang yang bertugas mencatat hasil pertandingan yang digambarkan dengan indahny dalam relief tersebut. R.T,Dewitt, Dugan,Ken. (1972)

Bermula dari pedang yang berat dan pakaian perang, berubah menjadi senjata yang ringan dan langsing sehingga mudah cara menggunakannya, termasuk pakaiannya. Pada abad ke-15 muncul sekolah dan perkumpulan Anggar di Eropa yang menelorkan jago-jago seperti Marxbruder dari Frankfurt. Perkembangan olahraga sangat pesat, sehingga pada abad ke-16 tersebut di seluruh Eropa dan resmikan sebagai permainan Anggar. . R.T,Dewitt, Dugan,Ken. (1972)

Dengan penekanan pada keterampilan, jago – jago anggar memadukan dengan gerak tipu olahraga gulat, sehingga tercipta gerakan serangan kedepan (lunge) yang merupakan anggar sebagai seni beladiri, kemudian perkembangan lebih lanjut seorang Perancis bernama Hendri St. Didier menciptakan istilah – istilah pada gerakan anggar yang hingga kini sebagian besar masih digunakan. Dan meskipun bangsa – bangsa lain menggunakan bahasanya masing – masing, namun dalam dunia internasional masih banyak digunakan istilah Hedri St. Didier. Bentuk pedang yang diciptakan oleh Koeningsmarken dari Polandia memberi inspirasi terciptnya jenis senjata Floret, Sabel, dan Degen (Harlins, Craig, 2005:3)

Pada abad ke-17, perubahan pakaian terjadi, yaitu semasa Louis XIV menggunakan model pakaian dari sutera satin, jas panjang brokat dan celana sampai lutut (*breches*) dengan kaos kaki panjang dari sutera dan sepatu bertumit tinggi. Sedangkan penemuan topeng kira-kira pada tahun 1780 oleh seorang master Perancis, *La Boessiere* menyebabkan adanya perubahan dalam teknik beranggar. Istilah-istilah seperti *Remise*, *Counter repaste* *redoublement* bisa terjadi tanpa bahaya yang berlebihan (Jargon-Buster, 2007 : 5).

Sepuluh Karakter seorang atlet anggar perlu memiliki sifat sabar dalam bertanding. Pandai membaca karakter lawan dan juga mampu mengontrol diri dari serangan dan memvariasi serangan terhadap lawan. Selain itu, menurut Selberg (1975 : 12) menyebutkan beberapa hal yang sangat memandu kita bahwa anggar salah satu cabang yang dapat melatih karakter social adalah :

- a. Seragam bermain anggar harus lengkap tertutup
- b. Bagi wanita, dibentuk pelindung dada seaman mungkin sesuai dengan bentuk tubuh
- c. Kedua pemain sebelum dan sesudah bertanding harus saling menghormati untuk saling menjaga sportivitas
- d. Menghormati wasit yang telah memimpin pertandingan
- e. Menghormati penonton yang telah menyaksikan jalannya pertandingan

R.T,Dewitt (1972 : 9) menyebutkan untuk membuat nilai (*point*) : pemain harus melakukan serangan yang tepat pada bidang sasaran yang telah ditentukan untuk tiap jenis senjata seperti yang tersebut di atas dan pada gambar. Namun demikian ada ketentuan hak bagi pemain yang menentukan serangannya yang berhasil yaitu :

1. Untuk Floret dan Sabel pemain yang lebih dahulu mengambil inisiatif untuk menyerang, dia yang berhak, tetapi bila serangannya dapat ditangkis atau dihindarkan, maka haknya sebagai penyerang hilang dan lawannya yang

mempunyai hak. Hal ini bila sampai terjadi keduanya membuat serangan yang tepat, pemain yang berhak itu yang mendapatkan nilai/point.

2. Untuk Degen : siapa saja yang lebih cepat menyerang atau menusuk dan tepat kesasaran, maka dia yang mendapatkan point/nilai. Bila keduanya tepat, maka keduanya mendapat nilai.

Untuk menentukan pemenang pada permainan Anggar ialah :

1. Pemain yang mendapat point/angka 5 terlebih dahulu.
2. Pemain yang telah leading angkanya dan waktu yang ditentukan telah habis.

Permainan Anggar ini dilaksanakan dengan waktu 5 menit dan angka yang harus dicapai 5. Maka bagi pemain seperti pada butir 2 tersebut dinyatakan menang. Angka yang didapat oleh pemain-pemain ditambah sampai yang menang mendapat angka 5.

Nirwandi (2010 : 1) mengemukakan “Permainan anggar termasuk permainan tua yang sudah bertahun – tahun tercantum dalam olimpiade” ini merupakan suatu bukti bahwa olahraga anggar sudah berkembang dan terorganisir sejak lama dan sudah dipertandingkan antar negara di olimpiade, untuk lebih berkembangnya olahraga anggar didunia, maka dibentuklah induk organisasi anggar didunia pada tahun 1914 dikota Paris yang disebut dengan “Federation d’escrime (FIE)”. Dengan dibentuknya induk organisasi anggar tersebut, maka segala permasalahan anggar didunia ditampung disini, kemudian FIE dalam kongresnya dikota Paris tahun 1914 telah mengeluarkan peraturan pertandingan anggar pertama kali.

Nirwandi (2010 : 3) mengatakan bahwa “Anggar adalah simbol – simbol dari peralatan – peralatan perang suatu kerajaan, dan Indonesia ternyata sudah memiliki dasar – dasar anggar sejak dahulu kala, sejak zamannya Ken arok Indonesia sudah mengenal keris

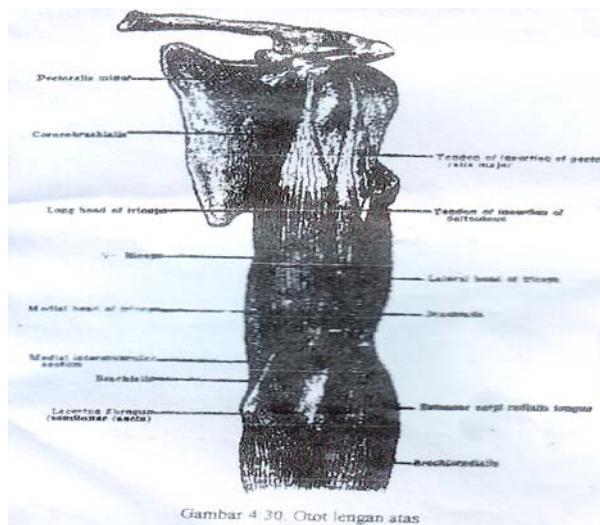
sebagai senjata andalan, bahkan bukan hanya itu, kelewang mandong, rencong dan sebagainya.

Dari penjelasan diatas maka peneliti dasar menyimpulkan bahwa olahraga anggar adalah olahraga yang sangat tua dan ditekuni oleh nenek moyang kita terdahulu, olahraga anggar juga dapat diterima oleh semua lapisan masyarakat terbukti dari keikutsertaan cabang olahraga anggar ini di Olimpiade dan berdirinya sebuah organisasi anggar yang sah.

1. Hakekat Olahraga Anggar

Kondisi fisik yang harus dimiliki oleh atlet atau olahragawan yang berprestasi hendaknya memperhatikan unsur-unsur kondisi fisik yang dimaksud. Seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, koordinasi dan beberapa unsur lainnya. Unsur kondisi fisik yang didukung oleh dua komponen kondisi fisik kekuatan dan kecepatan sering dikatakan kekuatan (*ekslosive power*).

Lebih jelasnya secara umum gambaran otot – otot manusia yang menjadi sasaran dalam peningkatan kondisi fisik dalam cabang olahraga adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka otot manusia. (Buku Anatomi)

Menurut Syafruddin (1992 : 27) secara sederhana daya tahan dapat diartikan dengan "Kemampuan menghadapi kelelahan. Namun secara definitife daya tahan merupakan kemampuan organisme tubuh untuk mengatasi kelelahan yang disebabkan oleh pembebanan dalam waktu yang relative lama". Kemudian Syafruddin (1992 : 50) mengutip Weineck mengartikan "Daya tahan sebagai kemampuan atlet untuk mengatasi kelelahan fisik dan psikis (mental)", dalam arti kata juga dapat dikatakan bahwa daya merupakan kemampuan organisme untuk dapat melakukan pembebanan selama mungkin baik secara statis maupun dinamis tanpa menurunnya kualitas kerja. Tujuan utama dari latihan daya tahan adalah meningkatkan kemampuan kerja paru-paru dan sistem peredaran darah. Ketiga komponen ini merupakan dasar untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan yang lain.

Letzelter, De Wereez/Master dalam Fauzan (1987) mengemukakan daya tahan terutama tergantung dari jumlah otot yang dipergunakan. Daya tahan otot lokal bila sejumlah otot yang relative kecil untuk aktifitas tersebut digunakan atau lebih sedikit dari 1/6 dari otot-otot yang dipergunakan. Contohnya push-up, pull-up. Sedangkan aktifitas gerakan yang mempergunakan lebih besar dari 1/6 jumlah otot-otot yang dibebani disebut dengan daya tahan umum.

Dari pendapat di atas jelas bahwa untuk dapat melakukan teknik atlet Anggar yang baik maka unsur kondisi fisik kekuatan otot lengan sangat diperlukan. Sebab kemampuan kondisi fisik pada kekuatan otot lengan merupakan salah satu aspek yang akan banyak mempengaruhi dengan kemampuan atlet anggar sesudah menangkis maupun sebelum melakukan teknik serangan berikutnya, artinya saat melakukan teknik tusukan pada olahraga Anggar yang cepat dan kuat dapat dilaksanakan dengan baik bila memiliki kemampuan melakukan teknik atlet anggar yang di dukung oleh kondisi fisik. Hal itu sangat diperlukan unsur yang menggabungkan kecepatan dan daya ledak pada otot lengan atau dengan kata lain harus memiliki kekuatan otot lengan.

2. Hakekat Kecepatan Reaksi Tangan

Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu secepatnya. Menurut Nossek (1982 : 273) “kecepatan adalah suatu kualitas bersyarat yang memungkinkan seseorang bereaksi dengan cepat”. Jika dirangsang untuk melakukan gerakan secepat mungkin dikatakan Mathews (1981 : 91) bahwa, “kecepatan merupakan suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam keadaan atau waktu yang sesingkat mungkin”.

Kecepatan menurut Letzelter (1978) dalam Fauzan (1987 : 34) secara sederhana kecepatan dapat ditentukan sebagai kemampuan untuk mencari rangsangan secara cepat dan melaksanakan aksi motorik siklis dan asiklis dengan kecepatan yang tinggi dalam interval waktu yang singkat tanpa mengalami kelelahan. Untuk itu kecepatan dapat dibedakan dalam bentuk : Kecepatan reaksi, kecepatan gerakan siklis (kecepatan gerakan yang berulang-ulang), kecepatan asiklis (kecepatan aksi).

Kemampuan kecepatan menurut Jonath dan Krempel, Martin dalam Syafruddin (1992), diartikan sebagai ”Kemampuan yang berdasarkan kelenturan, proses sistem persyarafan dan alat-alat otot untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu”. Jadi kecepatan sangat tergantung dari kekuatan, karena tanpa kekuatan, kecepatan tidak dapat dikembangkan.

Kono dan Oechsen (1986 : 46) juga mengemukakan bahwa kecepatan terdiri dari kecepatan aksi (gerakan) dan reaksi. Kedua bentuk kecepatan itu tidak saling berhubungan atau berkait satu sama lainnya. Sebagai contoh orang yang dapat bereaksi dengan cepat, belum tentu mampu bergerak dengan cepat pula. Dengan demikian kebutuhan latihannya pun berbeda. Kecepatan aksi adalah kecepatan gerakan melejit ke depan, sedangkan kecepatan

reaksi tergantung dari kemampuan penerimaan informasi dan digunakan untuk menentukan atau mengevaluasi gerakan dan serangan lawan.

Selanjutnya dikemukakan bahwa kecepatan reaksi pada hakekatnya dipengaruhi oleh waktu reaksi. Dari waktu, dari akibat, dari rangsangan sampai pada suatu reaksi motorik pertama dan kecepatan aksi ditentukan oleh otot-otot. Waktu reaksi terjadi dari waktu penerimaan rangsangan dan mengantarkan rangsangan menuju sistem pengelolaan sentral untuk pengelolaan informasi dan untuk mengantar rangsangan kembali menuju tubuh. Waktu reaksi dapat diperpendek setahap demi setahap melalui latihan, tetapi ukuran minimal yang tertentu tidak dapat dirubah sama sekali.

Dalam latihan atau pertandingan kemampuan kecepatan reaksi sangat berperan dimana dapat dilihat sewaktu menghindar dan menangkis serangan dari lawan.

Sementara itu, Harsono (1982 : 62) mengemukakan bahwa : “kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau sebagai suatu kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”.

Di sisi lain Bompa (1983 : 156) mengemukakan “kecepatan dari sudut pandang mekanik adalah kecepatan dinyatakan dengan suatu perbandingan (ratio) diantara tempat dan waktu”. Sebab, “kecepatan itu sendiri diartikan sebagai kemampuan untuk bergerak dengan sangat baik dan cepat”. (Javer, 1989 : 78). Lain lagi yang dikatakan oleh Verducci (1985 : 215) bahwa, “kecepatan itu sebagai velocitas tubuh, anggota tubuh atau objek, yang merupakan kecepatan gerak. Dengan kata lain bahwa kecepatan itu dapat diartikan secara bebas yakni, merupakan kemampuan tubuh untuk mengarahkan semua sistemnya dalam melawan beban jarak dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik”.

a. Klasifikasi Kecepatan

➤ Kecepatan Umum (*general speed*)

Kecepatan umum adalah kepastian untuk melakukan beberapa macam gerakan (reaksi motorik) dengan cara yang cepat, persiapan fisik umum maupun khusus dapat memperbaiki kecepatan umum.

➤ Kecepatan Khusus (*special speed*)

Kecepatan khusus adalah kapasitas untuk melakukan suatu latihan atau keterampilan pada kecepatan tertentu, biasanya sangat tinggi. Kecepatan khusus sesuai dengan cabang olahraga. Ozolin yang dikutip oleh Bompa (1990 : 193)

Kecepatan yang diperlukan dalam melakukan tusukan dalam olahraga Anggar, adalah kecepatan yang khusus seperti dikatakan oleh Suparman, S yang dikutip oleh Nirwandi (1956 : 12) bahwa, gabungan gerakan yang dilakukan secara cepat untuk memasukkan tusukan ke bidang sasaran lawan.

Selanjutnya Nossek (1982 : 35) mengartikan secara khusus bahwa, “kecepatan reaksi adalah kualitas yang memungkinkan memulai sesuatu jawaban kinetis secepat mungkin setelah menerima suatu rangsangan”. Lebih lanjut ada penambahan tiga langkah pelaksanaan kecepatan reaksi sebagai berikut:

➤ Pada tingkat rangsang :

Dalam suatu persepsi tanda bersifat pengalaman, pendengaran, peradaban, proprioseptif, vestibular, relasional dan sebagainya.

➤ Pada tingkat pengambilan keputusan :

Kerap kali perlu pilihan perseptif di dalam kepenuhan aneka ragam tanda agar mereaksi terhadap rangsangan yang tepat.

- Pada tingkat pengorganisasian reaksi kinetis :

Diskriminasi atau pilihan perseptif biasanya disertai perlunya menetapkan pilihan diantara berbagai respons kinetis yang dibuat setelah itu. Nossek (1982 : 35-36)

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecepatan

Atlet dapat meningkatkan kecepatan dengan “mempertinggi skill dan kekuatan, namun peningkatannya hanya sampai batas-batas tertentu, sebab faktor genetic yakni otot dan kerja neuromuscular lebih dominan”. (Pate, 1984 : 228).

Seperti dikatakan oleh Stenback (1977 : 251) bahwa, “teknik dalam berolahraga menentukan kualitas kecepatan, misalnya lari cepat ditentukan oleh panjang langkah dan frekuensi langkah”. Juga ditambahkan oleh Olay (1980 : 125) bahwa yang mendukung pada unsur kecepatan adalah, “kekuatan juga merupakan penentu dalam gerak cepat, untuk meningkatkan kecepatan harus dilakukan perbaikan koordinasi antara gerakan sinergis dan antagonis”. Sebab, “kenaikan koordinasi otot akan meningkatkan kecepatan dari gerak khusus”. (Jansen, 1983 : 317). Bahkan, : kecepatan akan semakin tinggi oleh peningkatan kekuatan otot dengan memperbaiki efisiensi mekanika gerak”. (Pate, 1984 : 267). Berdasarkan bentuk gerakan, kecepatan dapat dibedakan atas tiga bagian, yaitu : 1) Kecepatan lari cepat adalah kemampuan organisme untuk bergerak ke depan dengan cepat, 2) Kecepatan reaksi adalah kecepatan bergerak dari sebagian atau keseluruhan organ tubuh dalam merespon stimulus yang ada, dan 3) Kecepatan bergerak artinya melakukan perpindahan badan untuk bergerak sesuai dengan arah tujuan yang diharapkan.

4. Hakekat tusukan pada olahraga Anggar

Anggar jangan dipandang hanya sekedar suatu teknik untuk berperang atau bertanding saja, karena pada hakekatnya Anggar memiliki makna jauh melebihi sekedar ilmu

membeladiri. Oleh karena itu Anggar jangan dipandang hanya sebagai kepandaian olah berkelahi yang semata-mata untuk mengalahkan musuh, tetapi harus diartikan sebagai suatu cara pengembangan diri dalam arti makna fisik maupun spiritual.

Dalam olahraga Anggar banyak dikenal teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh atlet Anggar terutama teknik tusukan, tangkisan, serangan dan teknik gerakan melangkah. Gerakan-gerakan dasar dalam olahraga Anggar harus dikuasai sepenuhnya oleh setiap atlet Anggar yang baru belajar dan juga yang sudah mempelajarinya sejak lama, terlebih lagi harus didukung oleh kondisi fisik yang dapat menunjang pada penguasaan keterampilan teknik tertentu dengan baik dan benar. Sebab pada saat berlangsungnya kegiatan suatu pertandingan, maka teknik-teknik dasar sebagai gerakan-gerakan dasar dalam olahraga Anggar akan selalu diperlihatkan dan dilakukan secara berulang-ulang.

Di dalam olahraga Anggar, “pertandingan dilaksanakan dengan tujuan untuk mengukur kemampuan para peserta, dengan tidak terlalu menekankan pada kemenangan belaka dalam pertandingan, dan menyampingkan latihan teknik-teknik dasar, memilih untuk melakukan pertandingan pada kesempatan yang terlalu awal”. (Danoesetoedjo, 1960 : 33)

Dalam pertandingan Anggar teknik tusukan adalah gerakan yang paling dominan digunakan oleh setiap atlet Anggar (serangan) selama pertandingan berlangsung, walaupun gerakan menangkis, mengelak dan lain sebagainya juga mendukung permainan seorang atlet Anggar.

Teknik-teknik dasar atlet anggar dalam olahraga Anggar, sebagai berikut : 1) cara memegang senjata 2) siap dengan senjata , 3) sikap istirahat 4) sikap sedia 5) langkah ke depan 6) langkah ke belakang 7) langkah menyerang 8) kembali ke sikap sedia 9) langkah melintang 10) gertak 11) memberi hormat”. (S Danoesetoedjo , 1960 : 26).

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat gambar sebagai berikut :



Gambar 2 : Teknik tusukan pada olahraga anggar. (<http://www.google/myreoyaa-tyaputri.Blogspot.com>)

B. Kerangka Konseptual

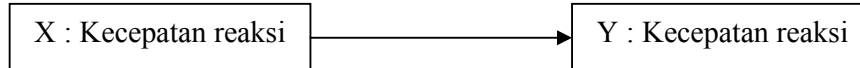
Setiap aktivitas gerak selalu melibatkan fungsi dari elemen-elemen gerak maupun dengan intensitas berbeda sesuai dengan bentuk, jenis dan tujuan gerak yang dilakukan. Ada gerak yang mengutamakan kecermatan dan ada yang mengutamakan kekuatan dan sebagainya. Demikian pula halnya dengan cabang-cabang olahraga yang spesifik akan memerlukan keterlibatan elemen gerak yang spesifik pula.

Dalam olahraga Anggar, yang memiliki teknik dasar gerakan tersendiri, juga memiliki karakteristik kondisi fisik khusus. Salah satu unsur kondisi fisik yang paling dominan yang perlu dimiliki oleh seorang atlet Anggar adalah kecepatan reaksi. Dimana unsur itu akan sangat diperlukan untuk menunjang teknik-teknik dasar seperti teknik tusukan, berarti bagian tangan dan lengan yang sangat diperlukan.

Pada saat bertanding, dituntut kondisi fisik dan keterampilan yang prima dalam mengumpulkan poin atau nilai yang berupa angka. Poin ini dapat dikumpulkan apabila seorang atlet Anggar mampu memasukkan tusukan - tusukan yang cepat dan akurat ke bidang

sasaran (lawan). Salah satu jenis tusukan yang sangat perlu dikuasai oleh seorang atlet anggar dan dapat mengalahkan lawan adalah tusukan lurus ke depan yang salah satunya berbentuk teknik tusukan yang dilakukan setelah melakukan tangkisan dilanjutkan dengan teknik tusukan dengan kaki dan tangan berlawanan arahnya atau lebih dikenal dalam istilah anggar adalah serangan

Dalam melakukan teknik tusukan lurus ke depan, akan dapat dilakukan bila memiliki kondisi fisik yang baik. Pelaksanaan teknik tusukan lurus ke depan memerlukan kecepatan reaksi tangan. Terjadinya teknik serangan disebabkan oleh adanya aksi dan melakukan reaksi, yaitu adanya tusukan untuk ditangkis dan dilanjutkan dengan tusukan ke daerah sasaran lawan. Oleh karena itu, kecepatan reaksi tangan sangat diperlukan untuk menunjang teknik serangan pada atlet Anggar.



Gambar 3 : Kerangka Konseptual

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian dalam tinjauan pustaka dan kerangka berfikir maka dapatlah disusun hipotesis sebagai berikut :

- Terdapat kontribusi yang signifikan kecepatan reaksi tangan kemampuan tusukan serangan para Atlet Anggar Sumatera barat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa, Hasil yang diperoleh dari kecepatan reaksi dengan kemampuan tusukan dalam olahraga anggar terdapat hubungan yang signifikan, ditandai dengan hasil yang diperoleh $r_{xy} = 0,9$ dan $r_{tabel} = 0,514$ dengan nilai koefisien determinansi 81%, dengan arti kata sebanyak 81% kecepatan reaksi memberikan kontribusi terhadap kemampuan tusukan, sisa 19% disumbangkan oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan diatas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan kemampuan tusukan dalam olahraga anggar yaitu :

1. Berdasarkan pada hasil penelitian ini, maka disarankan kepada para pelatih serta para pembina olahraga anggar, untuk memperhatikan unsur-unsur gerak seperti kekuatan kecepatan reaksi dalam meningkatkan kemampuan tusukan atlet anggar.
2. Setiap pelaksanaan pengetesan yang mempergunakan alat tes perlu memperhatikan prosedur pemakaian alat tes agar tidak terjadi kesalahan dalam penggunaan.
3. Diharapkan pada penelitian yang lain agar dapat melihat beberapa faktor lain yang belum diperhatikan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Bompa T O .1993 *Theory and Methodology of Training*. Kedal Hunt Publishing Company.

Debuge, Lowa

Danoesetoedjo, Satoe. 1960 *Pelajaran Anggar Floret*

Hadi, Sutrisno. 1990. *Methodology Reseach*. Yogyakarta, Andi,. Offset

Harlins,Craig. (2005). *What Sports and Martial Arts Comprise Fencing?*.<http://www.fencing.net>

<http://www.google.myreoyaa-tyaputri.Blogspot.com>

Jargon-Buster. (2007). *Competitive Fencing Southern Region*. <http://www.fencing.Org.uk>

K, Faidillah. (2010). *Mengenal Cabang Olahraga Anggar Klasik*. <http://www.staff.uny.ac.id>

Nirwandi. 2010. *Pengetahuan Dasar Olahraga Anggar*. Padang, SUKA BINA Press

Nossek, josef, Mathew. 1982. *General Theory Of Training. Lagos: National institute for*

Sport

R. Garret, Maxwell. Alih bahasa Eddy Marheni. 1988.

Anggar. FPOK IKIP: Padang