HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN TERHADAP KETERAMPILAN *MAWASHIGERI* DALAM KUMITE PADA KARATEKA BINAAN *DOJO* LEMKARI ANGKASA LANUD PADANG

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Oleh:

REZKI KURNIA DINATA
NIM. 14086403

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul	**: Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* Dalam Kumite Pada Karateka Binaaan *Dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang**
Nama	: Rezki Kurnia Dinata
Nim	: 14086403
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2017

Disetujui Oleh

Pembimbing I	Pembimbing II
Dra. Darni, M.Pd.	Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd
NIP.19601225 1984 03 2 001	NIP. 19801103 2005 01 1 003

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs.Zarwan,M.Kes
NIP.196112301988031003

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Mempertahankan Skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul	**: Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* Dalam Kumite Pada Karateka Binaaan *Dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang**
Nama	: Rezki Kurnia Dinata
NIM	: 14086403
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2017

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Darni, M.Pd	1.
2. Sekretaris	: Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd	2.
3. Anggota	: Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO	3.
4. Anggota	: Drs. Zulman, M.Pd	4.
5. Anggota	: Drs. Ali Asmi, M.Pd	5.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rezki Kurnia Dinata

NIM : 14086403

Prodi : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

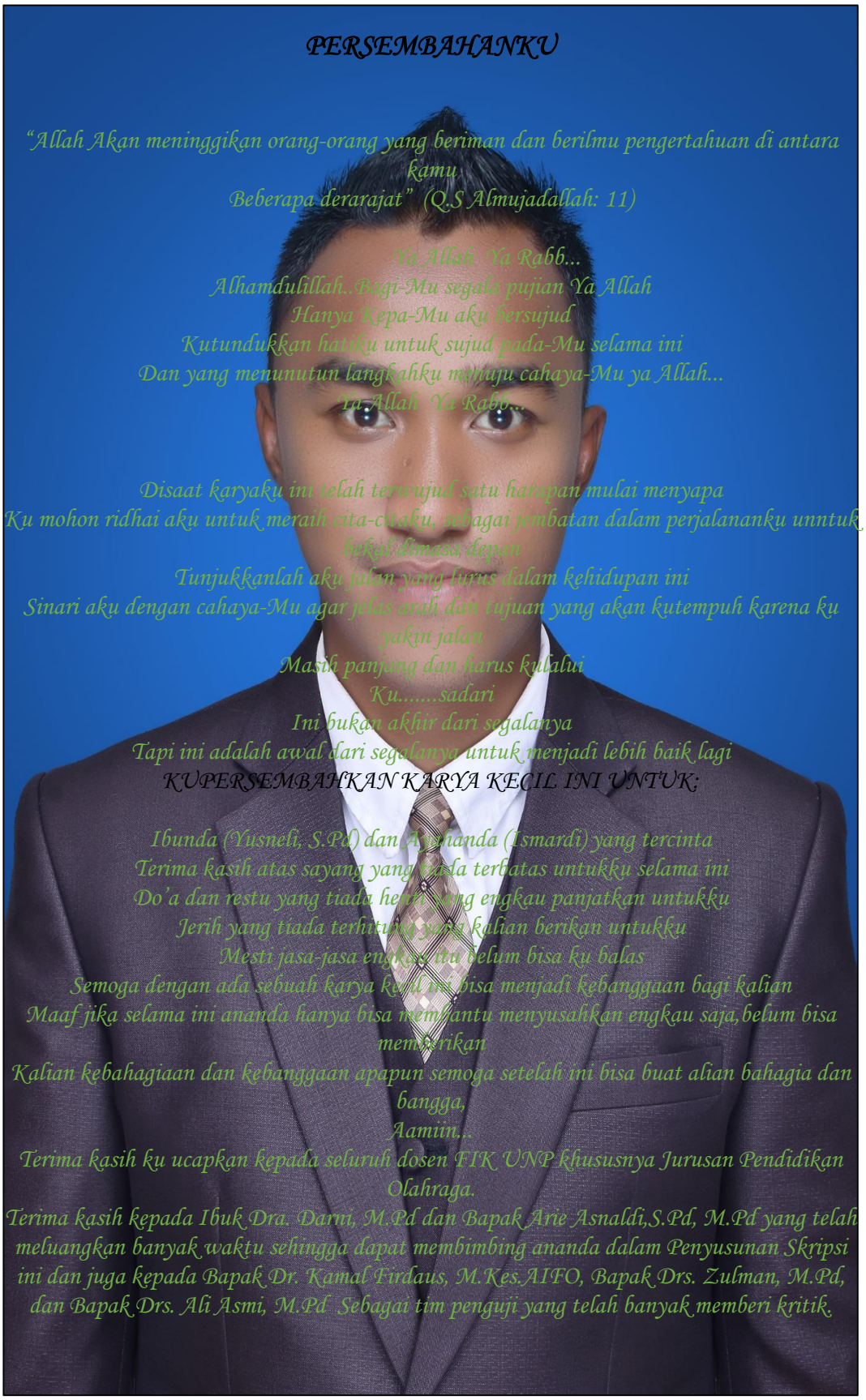
Judul Skripsi :Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* Dalam *Kumite* Pada Karateka Binaan *Dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah.

Padang, Desember 2017

Yang menyatakan

Rezki Kurnia Dinata
NIM. 14086403



PERSEMBAHANKU

"Allah Akan meninggikan orang-orang yang beriman dan berilmu pengertahuan di antara kamu
Beberapa derarajat" (Q.S Almujadallah: 11)

Ya Allah Ya Rabb...
Alhamdulillah..Bagi-Mu segala pujian Ya Allah
Hanya Kepa-Mu aku bersujud
Kutundukkan hatiku untuk sujud pada-Mu selama ini
Dan yang menunutun langkahku menuju cahaya-Mu ya Allah...
Ya Allah Ya Rabb...

Disaat karyaku ini telah terwujud satu harapan mulai menyapa
Ku mohon ridhai aku untuk meraih cita-citaku, sebagai jembatan dalam perjalananku unntuk bekal dimasa depan
Tunjukkanlah aku jalan yang lurus dalam kehidupan ini
Sinari aku dengan cahaya-Mu agar jelas arah dan tujuan yang akan kutempuh karena ku yakin jalan
Masih panjang dan harus kulalui
Ku.....sadari
Ini bukan akhir dari segalanya
Tapi ini adalah awal dari segalanya untuk menjadi lebih baik lagi

KUPERSEMBAHKAN KARYA KECIL INI UNTUK:

Ibunda (Yusneli, S.Pd) dan Ayahanda (Ismardi) yang tercinta
Terima kasih atas sayang yang tiada terbatas untukku selama ini
Do'a dan restu yang tiada henti yang engkau panjatkan untukku
Jerih yang tiada terhitung yang kalian berikan untukku
Mesti jasa-jasa engkau itu belum bisa ku balas
Semoga dengan ada sebuah karya kecil ini bisa menjadi kebanggaan bagi kalian
Maaf jika selama ini ananda hanya bisa membantu menyusahkan engkau saja,belum bisa memberikan
Kalian kebahagiaan dan kebanggaan apapun semoga setelah ini bisa buat alian bahagia dan bangga,
Aamiin...
Terima kasih ku ucapkan kepada seluruh dosen FIK UNP khususnya Jurusan Pendidikan Olahraga.
Terima kasih kepada Ibuk Dra. Darni, M.Pd dan Bapak Arie Asnaldi,S.Pd, M.Pd yang telah meluangkan banyak waktu sehingga dapat membimbing ananda dalam Penyusunan Skripsi ini dan juga kepada Bapak Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO, Bapak Drs. Zulman, M.Pd, dan Bapak Drs. Ali Asmi, M.Pd Sebagai tim penguji yang telah banyak memberi kritik.

Relationship of Explosive Muscle Limb and Agility and Mawashi Geri Skills In Kumite On Karateka Guided Dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang

Rezki Kurnia Dinata[1], Dra. Darni, M.Pd[2], Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd[3]
Sport Education Majors
Padang State University

ABSTRACT

Problems in this research is still low skills mawashi geri karateka dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang. This study aims to determine the relationship of significance between explosive muscle limb power and agility either individually or together with skills mawashi geri karateka binaan dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang.

The type of research used is correlational. The population in this research is all karateka guided dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang which amounted to 24 people. Sampling using purposive sampling technique that is karateka kumite princess which amounted to 15 people. Data karateka it taken further to test the data hypothesis is processed by product moment correlation formula and multiple correlation.

The result of data processing is obtained there is significant relation of significance between explosive muscle limb power to mawashi geri skills on karateka guided dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang for 88,36%, there is significant relation of significance between agility to mawashi geri skills on karateka built by dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang of 57.45%, and there is significant significant relationship between explosive muscle limb power and agility of mawashi geri skills on karateka built by dojo Lemkari Angkasa Lanud Padang by 12.38%.

Keywords: explosive muscle limb power, agility, and mawashi geri skills

Rezki Kurnia Dinata(2017):Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan dan Keterampilan *Mawashi Geri* Dalam *Kumite* Pada Karateka Binaan *Dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan *mawashi geri* karateka *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keberartian antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama dengan keterampilan *mawashi geri* karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang yang berjumlah 24 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu karateka kumite putri yang berjumlah 15 orang. Data para karateka itu diambil selanjutnya untuk menguji hipotesis data diolah dengan rumus korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil pengolahan data diperoleh terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *mawashi geri* pada karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang sebesar 88,36%, terdapat hubungan keberartian yang sigifikan antara kelincahan terhadap keterampilan *mawashi geri* pada karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang sebesar 57,45%, dan terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan keterampilan *mawashi geri* pada karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang sebesar 12,38%

Kata kunci : daya ledak otot tungkai, kelincahan, dan keterampilan *mawashi geri*

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul“ Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* Dalam *Kumite* Pada Karateka Binaan *Dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang”.Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Papa dan mama tercinta, Ismardi dan Yusneli S.Pd.yang telah banyak membantu saya dalam penyelesaian skripsi berupa doa, moril, materil, dan semangat yang tiada henti setiap harinya agar saya dapat menyelesaikan skripsi saya ini. Abang Pertama Fredi Kurnia Utama, S.Pd,abang Kedua Robi Kurnia Illahi, S.Pd yang In Syaa Allah Secepatnya menyelesaikan Master Pendidikanya,dan yang telah membantu saya dengan doa, motivasi serta dorongan dalam penyelesaian skripsi saya, dan juga adek tercinta Intan Permata Sari yang mudah2 han sukses dalam UN.
2. Dr. H. Syafrizar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin agar peneliti dapat melakukan penelitian.
3. Drs. Zarwan, M.Kes dan Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan ujian skripsi.

4. Dra. Darni, M.Pddan Bapak Arie Asnaldi,S.Pd, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, dorongan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
5. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes AIFO, Drs. Zulman,M.Pd, dan Drs. Ali Asmi,M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Staf Pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Pelatih *dojo* Lembaga Karate-Do Indonesia (Lemkari) Angkasa Lanud Padang yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian ini.
8. Spesial untuk seseorang dihati yang selalu membantu dan memotivasi saya dalam pembuatan skripsi ini,terima kasih dan semoga cepat dapat kerja ya Mutia Amelia Amd☺.
9. Teman – teman, senior dan para karateka yang telah membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian ini.
10. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tidak bias disebutkan satu persatu yang telah memotivasi untuk berpacu dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga kita semua dapat wisuda pada waktu yang sama.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari esempurnaan. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini agar dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin YaRobalAlamin.

Padang, Desember 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI iv

DAFTAR TABEL ..... ….. vi

DAFTAR GAMBAR vii

DAFTAR LAMPIRAN viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 7

C. Pembatasan Masalah 7

D. Perumusan Masalah 8

E. Tujuan Penelitian 8

F. Kegunaan Penelitian 9

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori 10

1. Olahraga Karate 10
2. Mawashi Geri 13
3. Daya Ledak Otot Tungkai 15
4. Kelincahan 17

B. Kerangka konseptual 18

C. Hipotesis 29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian 21

B. Tempat dan Waktu Penelitian 21

C. Populasi dan Sampel 21

D. Jenis dan Sumber Data 23
E. Defenisi Operasional 23
F. Alat dan Pengumpulan Data 24
G. Instrumen Penelitian 24
H. Teknik Analisis Data 30
BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN 32
A. Deskripsi Data Penelitian 32
1. Daya Ledak Otot Tungkai 32
2. Kelincahan 34
3. Keterampilan *Mawashi Geri* 35
B. Pengujian Persyaratan Analisis 37
1. Uji Normalitas 37
C. Pengujian Hipotesis 37
D. Pembahasan 39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 50
A. Kesimpulan 49
B. Saran 49
DAFTAR PUSTAKA 50

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

1. Populasi Penelitian..... 22
2. Sampel Penelitian..... 23
3. Petugas pelaksanaan tes 30
4. Deskripsi Data Penelitian..... 32
5. Distribusi frekuensi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai 33
6. Distribusi frekwensi Variabel Kelincahan 34
7. Distribusi frekwensi Variabel Keterampilan *Mawashi Geri*..... 36
8. Uji Normalitas Data dengan *UjiLiliefors*.....37

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

1. Pelaksanaan *Mawashi Geri* 13
2. Bagan Kerangka Konseptual 19
3. Pelaksanaan Standing Broad jump 26
4. Pelaksanaan Illinois Test 27
5. Pelaksanaan *Mawashi Geri* 29
6. Histogram Data Daya Ledak Otot Tungkai 33
7. Histogram Data Kelincahan 35
8. Histogram Data Keterampilan *Mawashi Geri* 36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Halaman**

1. Data Hasil Penelitian Daya Ledak Otot Tungkai..... 51
2. Data Hasil Penelitian Kelincahan..... 52
3. Data Hasil Penelitian Keterampilan *Mawashi Geri*..... 53
4. Uji Normalitas Data Daya Ledak Otot Tungkai (X1) 54
5. Uji Normalitas Data Kelincahan (X2)..... 55
6. Uji Normalitas Data Keterampilan *Mawashi Geri* (Y)..... 56
7. Data Akhir Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* Karateka *Dojo* Angkasa Lanud Padang..... 57
8. Analisis Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai (X1) Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri* (Y)..... 58
9. Analisis Hubungan Antara Kelincahan (X2) Terhadap Keterampilan *Mawashi Geri*(Y)..... 60
10. Analisis Hubungan Antara Daya ledak Tungkai (X1) dan Kelincahan(X2).... 62
11. Uji Keberartian Koefisien Korelasi Ganda..... 63
12. Pengujian Signifikan Korelasi Ganda Dengan Uji F..... 64

    Dan Perhitungan Koefisien Determinan Kolerasi Tunggal dan Ganda..... 65
13. Luas dibawah lengkungan normal standar dari 0 ke z..... 66
14. Nilai kritis L untuk uji Liliefors..... 68
15. Tabel nilai – nilai "r" PRODUCT MOMENT..... 69

viii

16. Nilai persentil untuk distribusi F bilangan dalam daftar menyatakan probabilitas baris atas untuk p = 0,05 baris bawah untuk p = 0,01 70
17. Nilai persentil untuk distribusi t v = dk..... 76
18. Surat Pengesahan Instrumen *Mawashi geri*..... 77
19. Instrumen Penilaian *Mawashi geri*..... 78
20. Dokumen penelitian..... 80
21. Surat izin penelitian 82
22. Surat balasan penelitian dari *Dojo* Angkasa Lanud Padang..... 83

ix

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu aktifitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaanya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tatapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Sebab olaharaga dewasa ini sudah tren di masyarakat baik itu orang tua, remaja, maupun anak-anak. Karena olahraga ini mempunyai makna tidak hanya kesehatan, tetapi lebih dari itu yaitu sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi.

Manfaat olahraga secara umum banyak keuntungan yang di dari kegiatan berolahraga untuk diketahui semua orang. Dengan melakukan kegiatan olahraga yang teratur dan terukur akan memberi keuntungan bagi tubuh kita dan melalui olahraga dapat membentuk manusia yang segat jasmani, dan rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin, sportivitas yang tinggi sehingga pada akhirnya manusia terbentuk berkualitas.

Dalam olahraga terdapat berbagai aspek yang bisa mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas, maju dan mandiri serta mengangkat harkat dan martabat bangsa. Disamping itu, olahraga pada saat sekarang ini menjadi suatu kebutuhan untuk mencapai kebugaran jasmani, olahraga juga dikembangkan untuk pencapaian prestasi masing-masing cabang olahraga yang dibina dan dikembangkan.

Berbagai cabang olahraga yang telah berkembang luas dan pesat ditengah-tengah masyarakat seperti sepa bola,bola voli, bola basket, bulu tangkis, sepak

takraw, tenis lapangan, dan berbagai macam olahraga permainan. Sedangkan olahraga yang bersifat beladiri juga sangat berkembang di Indonesia seperti pencak silat, tarung derajat, wushu, karate, dan tae kwon do.

Cabang olahraga beladiri, khususya karate berasal dari negara Jepang sangat cepat berkembang di Indonesia. Hal ini ditandai dengan banyaknya organisasi olahraga beladiri karate yang telah berdiri yaitu lemkari, Inkado, Inkai, Inkanas, gokasi, amura, goju kai, dan masih banyak lagi perguruan karate. Dalam olahraga karate banyak tingkatan yang harus dilalui karateka yang di mulai dari sabuk putih, kuning, hijau, biru, coklat, dan terakhir sabuk hitam. Kata karate berasal dari dari dua kata yaitu “kara” dan “te” yang secara harfiah kara berarti kosong sedangkan te berarti tangan jika digabungkan akan membentuk kata “ tangan kosong”.

Jadi karate dapat diartikan menjadi olahraga beladiri dengan tangan kosong yang memaksimalkan gerakan seluruh tubuh untuk melakukan pembelaan dalam bentuk hindaran (tangkisan) maupun melakukan serangan. Menurut Hamid (2007:3) “karate adalah olahraga yang keras dan jika menguasai teknik-teknik karate dengan baik, teknik tersebut bisa merupakan senjata yang berbahaya bila digunakan sembarangan tanpa ada rambu-rambu pembatas, karena itu olahraga karate selain di latih fisik berupa teknik-teknik serangan atau tangkisan, seorang karateka di tuntut untuk memenuhi etika yang berlaku pada olahraga karate”.

Secara umum, kegiatan olahraga terutama karate ini memiliki bermacam-macam tujuan tergantung dari keinginan pelakunya. Jika seorang ingin berprestasi

pada suatu cabang karate, maka orang tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga karate berprestasi seperti latihan secara kontinyu, mengembangkan latihan-latihan mandiri, mengembangkan program latihan dan berbagai faktor yang mempengaruhi supaya sebuah proses latihan tidak berdasarkan rutinitas saja akan tetapi sudah meningkatkan kepada peningkatan seluruh komponen dalam pembinaan olahraga prestasi. Dalam cabang olahraga beladiri karate ada dua jenis komponen gerakan yang dipertandingkan yaitu *kata* dan *kumite*.

Menurut Wahid dalam Asnaldi (2016:3) menyatakan bahwa *kumite* adalah pertarungan dua orang yang saling berhadapan dan menampilkan teknik-teknik sedangkan *kata* adalah jurus yang merupakan perpaduan dari semua teknik dasar yaitu tangkisan, tinjuan, sentakan dan hentakan serta tendangan yang dirangkai sedemikian rupa dalam satu kesatuan dalam bentuk yang pasti. Kata menjadi syarat mutlak yang harus dikuasai oleh karateka karena menentukan untuk kenaikan tingkat dan pembinaan berkelanjutan dalam menuju prestasi yang lebih baik.

Dan karate merupakan cabang olahraga adu fisik. Dalam belajar beladiri karate bukan hanya dititik beratkan pada kemampuan fisik dan keahlian semata tetapi juga memperhatikan etika dalam membentuk watak dan kepribadian seseorang. Maka peneliti berkesimpulan bahwa olahraga karatemerupakan cabang olahraga yang dapat mendidik secara baik dan membina mental seseorang menjadi lebih dewasa serta berguna bagi bangsa dan negara.Kota Padang memiliki banyak perguruan karate yang terdiri dari 15 perguruan karate salah

satunya adalah Lemkari di kota Padang memiliki *dojo* yang terdiri dari 11 *dojo* hal ini di perjelas oleh Komtek Lemkari Padang Sensei Ramli Malik yang menjelaskan bahwa perguruan Lemkari adalah salah satu perguruan tertua di kota Padang yang banyak melahirkan banyak atlet-atlet mulai regional, nasional, bahkan sampai internasional, dan salah satu dojo Lemkari tertua yang ada dikota Padang adalah*dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.

Berdasarkan pencermatan dan tinjauan yang peneliti lakukan di dojo Karate Angkasa Lanud Padang terlihat sebagian besar sebagian besar karateka masih memiliki tendangan *mawashi geri*yang kurang baik, karena seharusnya *Mawashi Geri* dilakukan dengan cara menendang dengan sasaran kepala bagian samping diatas telinga dengan teknik yang benar dan *Mawashi geri* dapat dikatakan sebagai tendangan yang baik dan benar serta dapat menghasilkan poin apabila *mawashi geri*punggung dan mengenai kepala dengan control atau tendangan mengenai tipis di bagian kepala tetapi tendangan tersebut jarang sekali yang menghasilkan poin oleh karateka dojo Angkasa Lanud Padang hal ini di perjelas oleh pelatih dojo Angkasa lanud Padang Senpai Drs. Safwan, M.Pd karateka masih mengalami kesulitan melakukan *mawashi geri* dengan cepat, fokus dan lincah, karena untuk untuk memperoleh *mawashi geri* yang baik dan benar juga membutuhkan kondisi fisik yang baik dari seorang karateka. Kekuatan,kecepatan, kesimbangan,daya ledak otot tungkai, kelincahan dan kelentukan, adalah faktor kondisi fisik yang mempengaruhi untuk mencapai *mawashi geri* yang sempurna.

Syafruddin dalam Asnaldi(2016:6) menyatakan komponen dasar kondisi fisik ditinjau dari konsep maskular yang meliputi ; daya tahan (*endurance*),

kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*). Daya ledak otot tungkai dan kelincahan yang baik sangat dibutuhkan dalam tendangan ini.

Berdasarkan observasi peneliti terhadap karateka dojo Angkasa Lanud Padang pada saat pertandingan,*mawashi geri*yang dilakukan karateka sering gagal dilakukan sehingga tidak dapat membantu memperoleh poin dan memperoleh hasil pertandingan yang maksimal, dalam hal yang dimaksud masih banyak karateka melakukan gerakan tendangan mengenai pantat atau siku lawan (tidak tepat sasaran) dan juga saat melakukan tendangan ini banyak terjadi kesalahan, diantaranya seperti saat tendangan baru akan dilakukan pada saat pertandingan lawan sudah mengetahuinya dan mejauhi serangan atau tendangan.

Selanjutnya berdasarkan observasi dan pendapat ahli diatas dalam pelaksanaan *mawashi geri*tersebut sangat tidak relevan hal ini dapat kita lihat bahwa dalam melakukan gerakan menggunakan sebelah kaki dan tungkai ternyata karateka melakukan dengan kaki bagian dalam sehingga peneliti melihat gerakan tendangan dilakukan bertenaga dan orientasi dari garis gerakan yang dilakukan tidak lurus.

MenurutJ.B.Sujoto dalam Adha (2015:13) *Mawashi geri*(tendangan dalam) adalah:“serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah dalam,dengan kenaanya pangkal jari bagian dalam dengan sasarannya ke atas(kepala), tengah (badan) dan bawah”. Sedangkan pelaksanaan *mawashi geri* dalam kumite secara teknik dasar (kihon) berbeda dengan

pelaksanaanya dengan kuite yang dilakukan dalam pertandingan, dimana pelaksanaan kumite dasar (kihon) dimulai dengan perintah aba-aba “yoi” (siap) dan diikuti dengan instruksi selanjutnya berbanding dengan pelaksanaan kumite pertandingan yang dilakukan dengan gaya bebas sesuai dengan peraturan dan juga pengawasan yang diatur oleh wasit.

Dalam penelitian ini peneliti melihat pelaksanaan gerakan *mawashi geri* melakukan kumite berdasarkan realita diatas. *Mawashi geri* kumite membutuhkan kelincahan karena kelincahan sangat besar perananya dalam menghasilkan poin disuatu gerakan, kelincahan gerakan dan kontruksi otot yang menghasilkan daya ledak otot tungkai yang baik

Dan berdasarkan gejala yang peneliti dapatkan dari pelatih dojo Angkasa Lanud Padang pada tahun 2011-2014 prestasi karateka dojo ini pernah meningkat pernah meraih 1 medali emas, 2 medali perak dan 5 medali perunggu, tetapi dari tahun 2014 sampai sekarang prestasi karateka dojo ini menurun dengan hanya membawa 2 medali perunggu saja di nomor kumite pada kejurda karate se-Sumbar.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mudah-mudahan dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dan juga berdampak positif untuk perkembangan olahraga beladiri *karate* di Sumatera Barat khususnya dikota Padang, dan di *dojo* Angkasa lanud Padang yaitu untuk mengetahui daya ledak otot tungkai, kelincahan terhadap keterampilan*mawashi geri* karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi berbagai macam masalah yang dapat mempengaruhi *mawashi geri* ini, yaitu :

1. Daya ledak otot tungkai tendangan
2. Koordinasi mata-kaki tendangan
3. Kekuatan tendangan
4. Kecepatan tendangan
5. Kelentukan tendangan
6. Keseimbangan tendangan
7. Kelincahan tendangan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas yang begitu banyak variabel yang mempengaruhi *mawashi geri.* Dan untuk lebih fokusnya penelitian, maka peneliti membatasi pada masalah :

1. Daya ledak Otot Tungkai
2. Kelincahan

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas maka peneliti merumuskan permasalahannya, sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan keberartian antara daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *mawashi geri*dalam kumite karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang ?
2. Apakah terdapat hubungan keberartian antara kelincahan terhadap

keterampian *mawashi geri* dalam kumite karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang?

3. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *mawashi geri*dalam kumite karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Untuk melihat hubungan keberartian daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *mawashi geri* pada karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.
2. Untuk melihat hubungan keberartian kelincahan terhadap keterampilam*mawashi geri* pada karateka binaan*dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.
3. Untuk mengetahui hubungan yang berarti antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan *mawashi geri* pada karateka binaan *dojo* Lemkari Angkasa Lanud Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang di kemukakan di atas,di harapkan penelitian ini berguna untuk :

1. Peneliti untuk memperoleh gelar Sarjana Srata Satu pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.

2. Atlet untuk meningkatkan *mawashi geri* yang dimiliki menjadi lebih baik dan benar dan juga bisa di aplikasikan didalam pertandingan-pertandingan yang diikuti.
3. Pelatih dalam memberikan metode latihan kepada atlet secara tepat agar atlet dapat menguasai *mawashi geri* secara baik dan benar.
4. Pengda Lemkari untuk bahan acuan dalam meningkatkan prestasi atlet.
5. Sebagai bahan mewujudkan dan pembuka wacana untuk penelitian selanjutnya.