

**HUBUNGAN KECEPATAN REAKSI DENGAN KETERAMPILAN  
BERMAIN ANGGAR FLORET PADA ATLET ANGGAR  
PUTRA SUMATERA BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah  
Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**DEWI RANTHI**

**NIM : 85482**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## PERSETUJUAN SKRIPSI

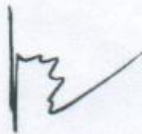
### HUBUNGAN KECEPATAN REAKSI DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN ANGGAR FLORET PADA ATLET ANGGAR PUTRA SUMATERA BARAT

Nama : Dewi Ranthi  
NIM : 85482  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 4 Agustus 2011

Disetujui,

Pembimbing I



Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP. 19580914 198102 1 001

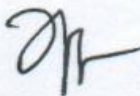
Pembimbing II



Dra. Rosmawati, M.Pd  
NIP. 19610311 198403 2 001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO  
NIP. 19620520 198703 1 002

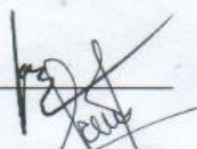

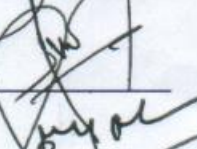


## PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Kecepatan Reaksi Dan Keterampilan Bermain  
Anggar Floret Pada Atlet Anggar Putra Sumatera Barat  
Nama : Dewi Ranthi  
BP/NIM : 2007/85482  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 4 Agustus 2011

### Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Nirwandi, M. Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Rosmawati, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Yaslindo, MS	3. 
4. Anggota	: Drs. Suwirman, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Qalbi Amra, M.Pd	5. 

# **PERSETUJUAN SKRIPSI**

## **HUBUNGAN KECEPATAN REAKSI DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN ANGGAR FLORET PADA ATLET ANGGAR PUTRA SUMATERA BARAT**

Nama : Dewi Ranthi  
NIM : 85482  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 4 Agustus 2011

Disetujui,

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Drs. Nirwandi, M.Pd**  
**NIP. 19580914 198102 1 001**

**Dra. Rosmawati, M.Pd**  
**NIP. 19610311 198403 2 001**

Mengetahui,

**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**

**Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO**  
**NIP. 19620520 198703 1 002**

# **PENGESAHAN SKRIPSI**

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

Judul : Hubungan Kecepatan Reaksi Dan Keterampilan Bermain  
Anggar Floret Pada Atlet Anggar Putra Sumatera Barat  
Nama : Dewi Ranthi  
BP/NIM : 2007/85482  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

**Padang, 4 Agustus 2011**

## **Tim Penguji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>1. Ketua</b>	<b>: Drs. Nirwandi, M. Pd</b>	<b>1. _____</b>
<b>2. Sekretaris</b>	<b>: Dra. Rosmawati, M.Pd</b>	<b>2. _____</b>
<b>3. Anggota</b>	<b>: Drs. Yaslindo,MS</b>	<b>3. _____</b>
<b>4. Anggota</b>	<b>: Drs. Suwirman, M.Pd</b>	<b>4. _____</b>
<b>5. Anggota</b>	<b>: Drs. Qalbi Amra, M.Pd</b>	<b>5. _____</b>

## ABSTRAK

### Hubungan Kecepatan Reaksi Dengan Keterampilan Bermain Anggar Floret Pada Atlet Anggar Putra Sumatera Barat

OLEH : Dewi Ranthi / 2011 :

Penelitian ini berawal dari kenyataan di Pengda IKASI Sumatera Barat bahwa permainan anggar floret pada atlet anggar putra Sumatera Barat dalam tiap-tiap event pertandingan sering mengalami kegagalan. Kegagalan tersebut terjadi akibat terlambat menyusun serangan, terutama pada saat terjadinya serangan balik yang disebabkan buruknya kemampuan kecepatan reaksi atlet.

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat adakah hubungan kecepatan reaksi terhadap keterampilan bermain anggar floret pada atlet anggar putra Sumatera Barat.

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra yang ikut berlatih di Pengda IKASI Sumatera Barat berjumlah 15 orang. Pengambilan data melalui tes kecepatan reaksi dan tes keterampilan bermain anggar floret, teknik pengolahan dan analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Berdasarkan perhitungan korelasi *product moment*, Terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan reaksi dengan keterampilan bermain anggar floret atlet anggar putra Sumatra Barat dengan  $r_{hitung} = 0.871$ ,  $> r_{tabel} = 0.514$ , Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan reaksi tangan dengan kemampuan bermain anggar floret karena di dapat  $t_{hitung} 6.39 < t_{tabel} 1.771$

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Kecepatan Reaksi Dengan Keterampilan Bermain Anggar Floret Pada Atlet Anggar Putra 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.

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 bermanfaat bagi pembaca.

1. Dr. H. Syahrial B, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan motivasi.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu kelancaran proses perkuliahan dan kelancaran proses skripsi.
3. Drs. Nirwandi, M.Pd selaku Penasehat Akademik selaku Pembimbing 1 dan Ibu Dra. Rosmawati, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan, motivasi dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Yaslindo, MS, Drs. Suwirman, M.Pd, Drs. Qalbi Amra, M.Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan atas kesempurnaan skripsi ini.

5. Bapak / ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Ketua Penda IKASI Sumbar yang telah membantu kelancaran penelitian dan penulisan skripsi.
7. Ayahanda Sultani dan Ibunda tercinta Sri Arsayati, yang telah bersusah payah mendidik ananda sehingga ananda dapat menyelesaikan study ananda di Universitas Negeri Padang.
8. Rekan-Rekan Mahasiswa FIK UNP, Khususnya angkatan 2007 yang telah memberikan semangat, perhatiannya, bantuanya, serta semua pihak yang tidak dapat dicantumkan namanya satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi 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.

Padang, Agustus 2011

Penulis



## DAFTAR PUSTAKA

- Danoesetoedjo, Satoe. 1960. *Pelajaran Anggar Floret*.
- Hos, Fauzan. 1987. *Teori Gerak*. Padang. Padang : FPOK IKIP
- IKASI. 1992. *Majalah Anggar Indonesia*. PB IKASI
- IKASI. 1985. *Beberapa Petunjuk yang Harus Diketahui oleh Pelatih, Wasit, Pembina, Pemain-pemain dan Para Pencinta Anggar*. PB IKASI
- IKASI. 1986. *Memasyarakatkan, Meningkatkan Prestasi Olahraga Anggar*. PB IKASI
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta : Departemen P & K
- Nirwandi. 1995. *Pengetahuan Dasar Permainan Anggar*. Padang : FPOK IKIP
- Hutabarat. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta : Departemen P & K
- Soekarman. 1987. *Dasar Olahraga untuk Pembinaan Pelatih dan Atlet*. Jakarta : PT Inti Indayu Press
- Sudjana. 1988. *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito
- Tono, Suratman. 2010. *Langkah menuju sukses olahraga anggar*. PB IKASI
- Syafruddin. 1992. *Pengantar Ilmu Melati*. Padang : FPOK IKIP
- Umar, Husen. 1998. *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis*. Jakarta : Raja Grafindo
- UU RI. 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta : Menegpora
- Nossek. 1982. *Kondisi Fisik dalam Olahraga*.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pembangunan dalam bidang olahraga prestasi merupakan hal pokok yang dibicarakan baik pada Negara yang sedang berkembang maupun pada Negara yang sudah maju. Indonesia sebagai Negara yang sedang berkembang juga tengah giat – giatnya meningkatkan prestasi setiap cabang olahraga. Hal tersebut dijelaskan dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”. Berdasarkan kutipan ini perlu adanya usaha dan upaya dalam peningkatan prestasi olahraga ke tingkat yang lebih tinggi dan melakukan pembinaan secara berkesinambungan agar prestasi dapat tercapai

Anggar adalah Salah satu cabang olahraga prestasi. Olahraga anggar, merupakan salah satu olahraga beladiri yang sudah berkembang sejak dahulu kala. Olahraga anggar ini amat digemari di Negara Perancis dan berkembang dengan pesat. Hal ini dapat dilihat karena banyaknya istilah anggar yang berasal dari bahasa Perancis. Setoe Danoesetoedjo dalam Nirwandi (1995:17) 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 dan diajarkan kepada bangsa Indonesia yang tujuannya untuk membantu pasukan Belanda.

Sejalan dengan penjelasan penulis diatas, menurut Hutabarat (1988:1) menyatakan, “prestasi olahraga tidak timbul dengan 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, dan faktor lain (bakat kemauan , tekad dan sebagainya)”.

Penampilan yang terampil dalam suatu cabang olahraga merupakan hasil kinerja fisiologis, koordinasi yang kompleks dari faktor-faktor tersebut. Sejalan dengan itu Soekarman (1987:27) mengatakan bahwa, “faktor yang mempengaruhi prestasi seseorang dalam olahraga terdiri dari beberapa aspek, yaitu : 1) Aspek Medis, 2) Aspek Psikologis, 3) Aspek Tekhnik, dan 4) Aspek fisik”.

Dari beberapa aspek yang mempengaruhi prestasi olahraga seseorang, aspek fisik merupakan penguasaan yang sangat menentukan tinggi rendahnya prestasi seseorang (Hutabarat 1988:1).

“Faktor-faktor penentu prestasi dalam olahraga adalah sebagai berikut:

- 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 fisiologis, yang terdiri dari : Intelektual, motivasi, kepribadian, kordinasi kerja otot dan syaraf.
  - 3). Aspek lingkungan yang terdiri dari : Sosial, kehidupan sosial ekonomi, interaksi antara pelatih, atlet sesame team, sarana 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 dapemerintah, dana yang memadai dan organisasi yang tertib.
- Sajoto (1988:11)

Olahraga anggar adalah olahraga yang membutuhkan gerakan yang cepat dalam melakukan serangan dan berusaha mendapatkan nilai atau point. Dalam beladiri anggar dibagi dalam tiga jenis senjata : 1) anggar floret, 2) anggar degen, 3) anggar saber (Soekarman 1987). Dalam bela diri 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 dikuasi 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 teknik-teknik tertentu dengan baik dan benar.

Seorang atlet anggar memerlukan kemampuan kondisi fisik yang prima. Untuk itu perlu mempedomani dan melakukan latihan dalam kondisi fisik yang stabil. Peningkatan kemampuan kondisi fisik harus dilakukan melalui penambahan beban secara bertahap. Pemberian beban latihan fisik selalu terkait dengan proses super kompensasi. Hal ini dapat dicapai dengan memfariasi volume, intensitas dan durasi dalam setiap latihan. Fariasi latihan terjadi kapan seorang atlet diberi beban latihan ringan, normal dan berat serta waktu istirahat yang tepat.

Perbandingan beban latihan fisik ini sangat tergantung pada kemampuan awal atlet, pada memberikan fariasi latihan kondisi fisik yang harus diperhatikan : “jika intensitas latihan terlalu tinggi dan volume latihan terlalu banyak akan terjadi *over training*, sebaliknya apabila intensitas dan volume rendah maka akan terjadi *plato* (prestasi stabil tanpa kemajuan) Soekarman

(1987:112). Selanjutnya Nossek (1982:346) mengemukakan bahwa, “untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam suatu cabang olahraga, seseorang harus memiliki kondisi fisik dasar yaitu kekuatan, kecepatan, ketahanan, kelincahan dan kelenturan”.

Kekuatan menurut Syafruddin (1992:25) adalah merupakan kemampuan dasar kondisi fisik. Tanpa kekuatan orang tidak bisa melompat, mendorong, menahan, mengangkat dan lain-lainnya. Dilain hal tanpa kekuatan orang tidak bisa berlari cepat, melompat dan menusuk. Begitu juga dalam anggar, komponen kekuatan perlu menjadi perhatian dalam latihan. Dan Letzelter dalam Fauzan (1987:68) mengemukakan bahwa kekuatan adalah sifat dasar manusia, dengan kekuatan kita dapat mengatasi hambatan, tahanan dengan mempergunakan otot.

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 kecepatan reaksi. Dimana unsur itu akan sangat diperlukan untuk menunjang teknik-teknik dasar seperti teknik tusukan, berarti bagian tangan dan lengan yang sangat diperlukan.

”kecepatan reaksi adalah kualitas yang memungkinkan memulai suatu jawaban kinetis secepat mungkin setelah menerima suatu rangsangan” nossek(1982:35-36) sehingga dalam bermain atau bertanding kemampuan kecepatan reaksi sangat berperan dimana dapat dilihat sewaktu menghindar dan menangkis serangan dari lawan.

kecepatan reaksi yang baik dari atlet mampu mengendalikan keterampilan bermain serta dapat menjadi penentu keberhasilan seseorang dalam meraih nilai penuh karena kecepatan reaksi mempengaruhi gerakan tubuh seperti tangan atau kaki agar bergerak lebih cepat.

Namun hasil pengamatan dalam kegiatan bermain yang dilakukan di Pengda Ikasi Sumbar tempat penulis berlatih, dalam melakukan latihan bermain ditemukan kecepatan reaksi tidak mampu mempengaruhi gerakan tangan sehingga tidak dapat melakukan penyerangan dengan cepat pada sasaran serta gerakan kaki tidak bisa mengantisipasi gerakan lawan dengan cara bergerak menghindar kebelakang dengan cepat. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, seperti: kurangnya perhatian pelatih untuk melatih kecepatan reaksi, kurangnya keterampilan dalam bermain anggar floret, kondisi fisik atlet yang kurang mendukung, penyediaan sarana dan prasarana yang kurang memadai, kurangnya motivasi atlet dalam latihan, gizi yang kurang memadai dan tingkat intelegensi atlet.

Berdasarkan kenyataan tersebut penulis ingin mengungkapkan secara ilmiah dalam bentuk penelitian apakah terdapat hubungan kecepatan reaksi dengan keterampilan bermain anggar floret atlet anggar putra sumatera barat

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, ternyata cukup banyak indikator yang mempengaruhi keterampilan bermain anggar floret, diantaranya:

1. Kecepatan reaksi

2. Keterampilan bermain anggar floret
3. Kondisi fisik
4. Sarana dan prasarana
5. Motivasi
6. Gizi
7. Intelegensi

### **C. Pembatasan Masalah**

Bedasarkan identifikasi maka perlu dilakukan pembatasan masalah, maka permasalahan yang akan diteliti adalah :

1. Kecepatan reaksi
2. Keterampilan bermain anggar floret

### **D. Rumusan Masalah**

Bedasarkan pada uraian dalam pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Bagaimana kecepatan reaksi atlet anggar floret Sumatera Barat ?
2. Bagaimana keterampilan bermain atlet anggar Sumatera Barat ?
3. Bagaimana hubungan kecepatan reaksi dengan keterampilan bermain anggar floret pada atlet anggar putra Sumatera Barat ?

### **E. Tujuan Penelitian:**

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui kecepatan reaksi anggar floret atlet anggar putra Sumatera Barat.
2. Untuk mengetahui keterampilan bermain anggar floret atlet anggar putra Sumatera Barat
3. Untuk mengetahui hubungan kecepatan reaksi dengan keterampilan bermain anggar floret pada atlet anggar putra Sumatera Barat.

#### **F. Manfaat 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. Sebagai masukan bagi pembina dan pelatih dalam mengembangkan olahraga anggar sumatera barat.
3. Memberi masukan kepada pembina, pelatih dan atlet anggar tentang kecepatan reaksi
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**

##### **1. Sejarah Olahraga Anggar**

Anggar bukanlah olahraga untuk semua orang, namun siapapun dapat melakukan olahraga anggar. Keuntungan yang dimiliki olahraga anggar dibandingkan kebanyakan olahraga yang lain adalah bahwa olahraga anggar tidak membedakan pemainnya secara fisik (Cheris Elaine dalam Suratman Tono 2010:v)

Anggar adalah simbol dari peralatan perang suatu kerajaan yang mana senjata yang dipergunakan dalam permainan anggar adalah senjata yang dapat melukai tubuh karena terbuat dari baja mirip seperti pedang IKASI (1992:37).

Seorang atlet anggar memerlukan kemampuan kondisi fisik yang prima. Untuk itu perlu mempedomani dan melakukan latihan dalam kondisi fisik yang stabil. Peningkatan kemampuan kondisi fisik harus dilakukan melalui penambahan beban secara bertahap. Pemberian beban latihan fisik selalu terkait dengan proses super kompensasi. Hal ini dapat dicapai dengan memfariasikan volume, intensitas dan durasi dalam setiap latihan, Fariasasi latihan terjadi kapan seorang atlet diberi beban latihan ringan, normal dan berat serta waktu istirahat yang tepat.

Pembinaan kondisi fisik bertujuan untuk mengoptimalkan kemampuan fisik olahragawan. Kemampuan fisik olahragawan sebagai dasar penunjang pencapaian prestasi puncak. Kondisi fisik dalam pembinaan olahraga anggar harus diberikan seirama dengan latihan teknik, taktik dan kematangan bertanding.

Karena pertandingan secara umum adalah sarana untuk melihat sejauh mana hasil pembinaan yang dilakukan untuk 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. Martin dalam Syafruddin (1992:98) mengemukakan "Kondisi fisik umum merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan kemampuan gerak tubuh yang terdiri dari komponen kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelenturan yang bentuk-bentuk latihan harus dapat membenahi otot dan organ tubuh secara lebih bervariasi dan lebih global dari yang khusus".

Dari uraian-uraian di atas 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.

## 2. Keterampilan Bermain Anggar Floret

Danoe Setoedjo (1960:60), mengemukakan : “ Permainan anggar termasuk permainan tua yang sudah bertahun-tahun tercantum dalam olimpiade “. Induk Organisasi Anggar adalah Federationale Internationale d’Escreme (FIE) yang dibentuk pada tahun 1914 dan berpusat dikota Paris.

Anggar adalah symbol dari peralatan perang kerajaan yang mana senjata yang digunakan dalam permainan anggar adalah senjata yang dapat melukai tubuh karena terbuat dari besi baja mirip seperti pedang, (Suratman Tono 2010). Sedangkan Floret merupakan salah satu jenis senjata yang digunakan dalam melakukan keterampilan bermain anggar.

Selain itu adapun tata cara permainan floret menurut PB.IKASI (1986) tentang cara memberi tauche /hit (kena) atau mendapatkan point adalah sbb:

“1) tiap serangan harus ditangkis atau dielakkan, 2) bila senjata lawan tertangkis maka dilakukan satu serangan langsung, 3) pada serangan ganda (*compound*) lawan dapat menyentuh senjata pada salah satu gerakan ancaman, maka hak beralih kepada lawan “(membalas), 4) pada suatu serangan ganda (*compound*), maka lawan dapat membuat suatu stophit / arret. Akan tetapi arret tersebut harus benar-benar dengan cukup waktu sebelum gerakan terakhir dari penyerangan semula (befor the final).

Bedasarkan uraian diatas, olahraga anggar dapat digolongkan kedalam jenis olahraga beladiri yang membutuhkan ketangkasan, atau gerakan cepat serta reaksi dan kelincahan dari pemainnya dengan kata lain, olahraga ini membutuhkan kemampuan yang sangat khusus sekali. Maka dari itu agar dapat menjadi pemain anggar yang berhasil, baik dalam

mempelajari gerakan-gerakan teknik ataupun keterampilan lainnya perlu dilatih dan dikembangkan unsur-unsur kondisi fisik yang sesuai dengan olahraga anggar itu sendiri.

Selain itu dalam permainan anggar dibutuhkan pula kemampuan untuk menganalisa dan memperhitungkan gerakan-gerakan yang akan dilakukan lawan, kemudian dapat memutuskan dengan cepat gerakan-gerakan apa yang dilakukan sesuai dengan situasi yang dihadapi, serta melakukan gerakan tersebut secepat mungkin.

Danoesetoedjo (1960:64) menyatakan bahwa “ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam permainan anggar diantaranya adalah melakukan gerakan itu dengan teknik yang baik serta dilakukan dengan secepat-cepatnya”. Dapat pula dikatakan bahwa seorang pemain anggar harus dapat mengontrol kecepatan gerakan sesuai dengan kecepatan reaksi dari lawan, “seorang pemain anggar yang pandai akan mampu mengatur kecepatannya secara hati-hati cocok dengan kecepatan reaksi lawan” (PB.IKASI 1992)

Bedasarkan uraian-uraian diatas untuk menjadi seorang pemain anggar yang terampil sangat diperlukan sekali kemampuan yang spesifik sesuai dengan tuntutan permainan anggar, terutama sekali kecepatan reaksi terhadap keterampilan bermain anggar floret. Sehingga dapat menjadi penentu keberhasilan atlet atau seseorang dalam memperoleh angka atau nilai dalam bermain.

### 3. Kecepatan Reaksi

Menurut Nossek (1982:273) “kecepatan adalah suatu kualitas bersyarat yang memungkinkan seseorang bereaksi dengan cepat”.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.

Husen Umar (1998:46) juga mengemukakan bahwa kecepatan terdiri dari kecepatan aksi (gerakan) dan reaksi. Kedua bentuk kecepatan itu tidak saling berhubungan atau berkait satu sama lainnya

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

Sedangkan menurut Syafruddin (1992:57) juga berpendapat bahwa: “Kecepatan reaksi merupakan proses klaten (tersembunyi) yang terjadi dalam tubuh manusia yang tidak dapat diamati. Kecepatan reaksi dapat dilakukan dari masuknya rangsangan sampai terjadinya gerakan.

Jenith dan Krempet dalam Syafruddin (1992:56-58) mengemukakan bahwa : “ Kecepatan reaksi adalah taktik secara cepat “  
Artinya : Kecepatan reaksi pada hakekatnya merupakan kemampuan untuk menjawab rangsangan akustik, optic dan rangsangan tatil secara cepat.

Rangsangan akustik maksudnya adalah rangsangan melalui pendengaran, seperti bunyi suara atau lonceng dalam permainan anggar. Sedangkan rangsangan Optik maksudnya adalah rangsangan yang diberikan melalui penglihatan (mata), misalnya : seorang pemain anggar bereaksi dengan memperlihatkan gerak tangan dan mengikuti serta menjalankan arah gerak tangan yang diberikan tersebut (maju mundur, kesamping kiri dan kanan) dan bisa juga melalui rangsangan cahaya dan lain-lain. Yang dimaksudkan dengan rangsangan Tatil adalah : rangsangan yang diberikan melalui kulit, misalnya rangsangan melalui sentuhan kulit. (Syafuruddin, 1992:58-59).

Pada cabang olahraga permainan kecepatan reaksi lebih banyak terjadi disebabkan rangsangan secara optic (penglihatan) sedangkan pada nomor nomor lain pada atletik banyak dibutuhkan kecepatan reaksi melalui rangsangan Akustik (pendengaran). Bahkan ada cabang olahraga yang membutuhkan kedua-duanya (akustik dan optic) dan ada kemungkinan juga dibutuhkan reaksi melalui sentuhan atau rabaan (static) disamping akustik dan optic karena adanya perbedaan kecepatan reaksi yang dibutuhkan dalam setiap cabang olahraga khususnya pada keterampilan bermain anggar floret yang menurut kecepatan reaksi lebih banyak.

Dalam hal ini, Syafuruddin (1992 ; 60-61) membedakan kecepatan reaksi tersebut atas :

#### 1) Reaksi Sederhana

Adalah suatu reaksi yang menurut suatu rangsangan tertentu atau dengan kata lain reaksi yang ditimbulkan oleh suatu signal tertentu, misalnya bunyi tembakan pistol, atlet telah berkonsentrasi penuh dan siap mengantisipasi gerakan yang akan dilakukan.

## 2) Reaksi Kompleks

Beda halnya dengan reaksi sederhana. Pada reaksi kompleks atlet atau seseorang tidak dapat mengantisipasi suatu gerakan yang akan dilakukan secara pasti oleh karena banyak kemungkinan gerakan yang akan terjadi yang harus diantisipasi sebelumnya, misalnya dalam permainan anggar, atlet harus mengantisipasi arah rangsangan yang diberikan lawan. Oleh sebab itu olahraga anggar sangat membutuhkan reaksi yang kompleks ini terutama sekali dalam keterampilan bermain anggar.

Berdasarkan uraian diatas bahwa kecepatan reaksi pada hakekatnya dapat diartikan secara bebas yakni, merupakan kemampuan untuk menjawab semua rangsangan yang sangat dibutuhkan dalam setiap cabang olahraga terutama pada keterampilan bermain anggar

## B. Kerangka Konseptual

Nossek (1982:346) mengemukakan bahwa, “untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam suatu cabang olahraga, seseorang harus

memiliki kondisi fisik dasar yaitu kekuatan, kecepatan, ketahanan, kelincahan dan kelentukan”.

Kekuatan menurut Syafruddin (1992:25) adalah merupakan ”kemampuan dasar kondisi fisik. Tanpa kekuatan orang tidak bisa melompat, mendorong, menahan, mengangkat dan lain-lainnya. Dilain hal tanpa kekuatan orang tidak bisa berlari cepat, melompat dan menusuk”. Begitu juga dalam anggar, komponen kekuatan perlu menjadi perhatian dalam latihan, Letzelter dalam Fauzan (1987:68) mengemukakan bahwa ”kekuatan adalah sifat dasar manusia, dengan kekuatan kita dapat mengatasi hambatan, tahanan dengan mempergunakan otot”.

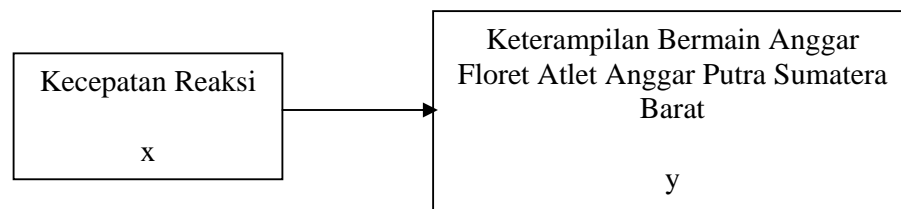
Dalam olahraga Anggar, yang memiliki teknik dasar gerakan tersendiri, juga memiliki karakteristik kondisi fisik khusus. Salah satu unsur kondisi fisik yang paling dominan yang perlu dimiliki oleh seorang atlet Anggar adalah kecepatan reaksi. Dimana unsur itu akan sangat diperlukan untuk menunjang teknik-teknik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

Sedangkan kaitan antara kecepatan reaksi dengan keterampilan bermain anggar floret, dapat dijelaskan sebagai berikut : olahraga anggar adalah olahraga yang membutuhkan gerakan yang cepat dalam melakukan serangan dalam berusaha mendapatkan nilai atau point. Disamping itu seorang pemain anggar harus dapat mengontrol diri dengan baik, terutama dalam mengontrol kecepatan gerakan sesuai dengan kecepatan reaksi dari lawan.



Selanjutnya kecepatan reaksi yang baik dari atlet mampu mengendalikan keterampilan bermain serta dapat menjadi penentu keberhasilan seseorang dalam meraih nilai penuh karena kecepatan reaksi mempengaruhi gerakan tubuh seperti tangan atau kaki agar bergerak lebih cepat. Misalnya, dalam keterampilan bermain bila kecepatan reaksi harus mempengaruhi gerakan tangan sehingga dapat melakukan penyerangan dengan cepat pada sasaran dan apa bila kecepatan reaksi yang bagus juga mempengaruhi gerakan kaki sehingga dapat mengantisipasi gerakan lawan dengan cara dapat bergerak menghindar kebelakang dengan cepat. Jadi dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara kecepatan reaksi dengan nilai keterampilan bermain anggar floret atlet anggar sumatera barat.

Oleh karena itu, maka kecepatan reaksi tangan dan kaki sangat diperlukan untuk menunjang keterampilan bermain anggar floret



*Gambar 1 : kerangka konseptual*

### **C. Hipotesis Penelitian**

Bedasarkan kajian teori dan kerangka konseptual diatas, dapat diajukan hipotesis dipenelitian ini adalah sebagai berikut :

Terdapat Hubungan Yang Berarti Antara Kecepatan Reaksi Dengan Keterampilan Bermain Anggar Floret Pada Atlet Anggar Putra Sumatera Barat.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tes pengukuran daya tahan otot lengan dengan menggunakan tes sasaran bergerak yang dilakukan terhadap sampel sebanyak 15 orang. Di dapat skor tertinggi 70 dan skor terendah 30. Pada pengukuran kecepatan reaksi ini didapat standar deviasi 11,46, mean 48, modus 50 dan median 50.
2. Tes keterampilan bermain anggar floret dilakukan dengan cara bermain, tes ini dilakukan dengan cara bentuk permainan sunguhan atau dalam situasi bertanding. Dari tes dan pengukuran didapat skor tertinggi 64 dan skor terendah 33, menghasilkan mean 47.533, standar deviasi 8.408, dan median 48.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan reaksi (X) terhadap keterampilan bermain anggar floret pada atlet anggar putra Sumatera Barat (Y), yang diperoleh  $r_{hitung} = 0.871$ , dan  $r_{tabel} = 0.514$ , karena  $r_{hitung} < r_{tabel}$ .

## **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang diharapkan dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan kemampuan kecepatan reaksi dalam olahraga anggar :

1. Berdasarkan pada hasil penelitian ini, maka disarankan kepada pelatih serta para Pembina olahraga anggar untuk memperhatikan unsur-unsur gerak seperti kecepatan reaksi dalam keterampilan bermain anggar floret.
2. Setiap pelaksanaan pengetesan yang mempergunakan alat tes perlu memperlihatkan 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.
4. Dalam penelitian ini karena sample penelitian masih terbatas maka disarankan kepada peneliti lain, yang ingin meneliti hal yang sama agar memperbanyak sampelnya.