

**HUBUNGAN *MOTOR ABILITY* DENGAN MAWASHI GERI PADA
KARATEKA USIA KADET DOJO PALAPA
SAIYO PADANG PARIAMAN
(Studi Korelasi Pada Dojo Palapa Saiyo Padang Pariaman)**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga (S.Or) Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi*



Oleh
TEGUH BUDIMAN
16089164/2016

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGRI PADANG
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Motor Ability Dengan Tendangan Mawashi
Geri Karateka Usia Kadet Dojo palapa Saiyo
Kabupaten Padang Pariaman

Nama : Teguh Budiman

NIM/BP : 16089164/2016

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

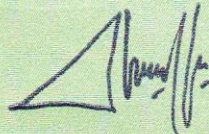
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 29 Agustus 2022

Disetujui oleh:

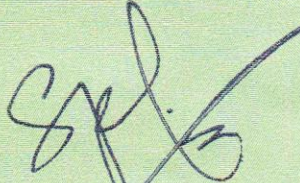
Pembimbing



Alimuddin, S.Or., M.Or.

NIP. 199104152019031015

Kepala Departemen Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd

NIP. 19790704 2009012 004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan Skripsi di depan Tim Penguji Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : **Hubungan Motor Ability Dengan Tendangan Mawashi Geri Karateka Usia Kadet Dojo Palapa Saiyo Kabupaten Padang Pariaman**
Nama : Teguh Budiman
NIM/BP : 16089164/ 2016
Pogram Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 03 Agustus 2022

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Alimuddin, S.Or., M.Or.

1. 

2. Anggota : dr Pudia M Indika M.kes., AIFO-K

2. 

3. Anggota : Septri, S.Si, M.Pd

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Hubungan Motor Ability dengan Mawashi Geri pada Karateka Usia Kadet Dojo Palapa Saiyo Padang Pariaman**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2022
Yang membuat pernyataan



Teguh Budiman
NIM. 16089164/2016

ABSTRAK

Teguh Budiman. 2021. “Hubungan *Motor Ability* dengan *Mawashi Geri* pada Karateka Usia Kadet *Dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman”.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurangnya penguasaan *mawashi geri* yang menyebabkan kemampuan untuk melakukan tendangan didalam pertandingan menjadi sia sia dan tidak masuk dalam kriteria poin sehingga berakibat kepada menurunnya prestasi karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman. Variabel dalam penelitian ini *motor ability* dan *mawashi geri*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *motor ability* dengan *mawashi geri* pada karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karateka *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman yang berjumlah 30 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu karateka usia kadet putra yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan data dilakukan dengan cara tes *motor ability* dan tes *mawashi geri*. Data di analisis dengan rumus korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan uji t.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara *motor ability* (Kekuatan, Kecepatan, Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, dan Kelincahan) dengan *mawashi geri* pada karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman sebesar nilai $r_{hitung} 0,788 > r_{tabel} 0,576$ dan $t_{hitung} 4,045 > t_{tabel} 1,812$.

Kata kunci: *Motor Ability, Mawashi Geri, Karate*

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABLE	iv
DAFTAR GAMBAR	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Olahraga <i>Karate</i>	9
2. <i>Mawashi Geri</i> (Tendangan Melingkar ke Dalam)	13
3. <i>Motor Ability</i>	17
B. Kerangka Konseptual	29
C. Hipotesis.....	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
1. Tempat Penelitian.....	32
2. Waktu Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi.....	32

2.	Sampel.....	34
D.	Jenis dan Sumber Data	35
1.	Jenis Data	35
2.	Sumber Data.....	35
E.	Definisi Operasional.....	35
F.	Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	36
G.	Instrumen Penelitian.....	37
1.	Motor Ability Test.....	37
2.	Tes <i>Mawashi Geri</i>	41
H.	Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		45
A.	Deskripsi Data Penelitian	45
1.	Motor Ability.....	45
2.	<i>Mawashi Geri</i>	46
B.	Uji Persyaratan Analisis Data	48
C.	Uji Hipotesis.....	49
D.	Pembahasan.....	50
E.	Keterbatasan Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		55
A.	Kesimpulan	55
B.	Saran	55

DAFTAR TABEL

Table 1. Populasi.....	33
Table 2. Sampel.....	34
Table 3. Bentuk-bentuk Tes dan Alat Ukur	36
Table 4. Team Wasit Penilai <i>Mawashi geri</i>	42
Table 5. Petugas Pelaksanaan Tes.....	43
Table 6. Distribusi Frekuensi Data <i>Motor Ability</i>	45
Table 7. Distribusi Frekuensi Data <i>Mawashi Geri</i>	47
Table 8. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	48
Table 9. Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> dan Uji t_{hitung}	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pelaksanaan Mawashi Geri	13
Gambar 2. <i>Mawashi Geri</i>	14
Gambar 3. Sikap <i>yoi</i>	15
Gambar 4. Sikap <i>Kumite</i>	16
Gambar 5. Pelaksanaan <i>mawashi geri</i>	16
Gambar 6. Sikap Akhir <i>Mawashi Geri</i>	17
Gambar 7. Bagan Kerangka Konseptual	31
Gambar 8. Lompat Jauh Tanpa Awalan (<i>Standing Broad Jump</i>)	38
Gambar 9. Bentuk pelaksanaan <i>zig zag run test</i>	39
Gambar 10. Lari cepat <i>60yarddash</i>	40
Gambar 11. Pelaksanaan <i>mawashi geri</i>	42
Gambar 12. Histogram Data <i>Motor Ability</i>	46
Gambar 13. Histogram Data <i>Mawashi Geri</i>	48

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya, sesuai dengan tujuannya melakukan olahraga. Olahraga bukan semata-mata aktivitas fisik, tapi mengandung nilai-nilai tertentu yang bisa menyumbang kontribusi nilai-nilai dan budaya masyarakatnya. Secara fungsional olahraga berperan atau berfungsi menyehatkan tubuh, sementara ada dimensi sosial, olahraga berperan dalam menanamkan nilai dan norma-norma kehidupan yang patut diamalkan dalam kehidupan. Implikasi lebih lanjut adalah olahraga dapat memberi kontribusi terbentuknya identitas dan karakter kebangsaan.

Undang-undang No. 3 Tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional, pasal 4 tentang dasar dan fungsi dan tujuan olahraga yaitu:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, disiplin, sportivitas, mempererat persaudaraan dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Olahraga secara umum banyak manfaat yang dapat diketahui semua orang. Melakukan kegiatan olahraga yang teratur dan terukur akan memberi manfaat bagi tubuh kita dan melalui olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani, rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin,

dan sportivitas yang tinggi sehingga manusia terbentuk berkualitas.

Berbagai cabang olahraga yang telah berkembang luas dan pesat ditengah-tengah masyarakat seperti sepak bola, bola voli, bola basket, bulu tangkis, sepak takraw, tenis lapangan, dan berbagai macam cabang olahraga permainan. Sedangkan olahraga yang bersifat beladiri juga sudah sangat berkembang di Indonesia seperti pencak silat, tarung derajat, wushu, karate, dan taekwondo.

Cabang olahraga beladiri, khususnya karate berasal dari jepang, olahraga beladiri karate adalah olahraga beladiri yang mengutamakan kekuatan anggota badan serta kecepatan gerak. Saat ini istilah karate berasal dari dua kata dalam huruf kanji “kara” yang bermakna kosong dan “te” yang bermakna tangan. Karate berarti sebuah seni beladiri yang memungkinkan seseorang mempertahankan diri tanpa senjata”.

Secara umum, kegiatan olahraga terutama karate memiliki bermacam-macam tujuan tergantung dari keinginan pelakunya. Jika seseorang ingin berprestasi pada suatu cabang olahraga karate, maka orang tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga karate berprestasi seperti latihan secara kontiniu, mengembangkan latihan-latihan mandiri, mengembangkan program latihan dan berbagai faktor yang mempengaruhi supaya sebuah latihan tidak berdasarkan rutinitas saja akan tetapi sudah meningkatkan kepada peningkatan seluruh komponen dalam pembinaan olahraga prestasi. Dalam cabang olahraga karate ada dua jenis komponen gerakan yang dipertandingkan yaitu kata dan kumite.

Menurut Wahid (2007:75) 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, pukulan, 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.

Menurut J.B. Sujoto Dinata (2017:14) *Mawashi geri* (tendangan melingkar kedalam) adalah: “serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya kearah dalam, dengan perkenaan pada pangkal jari bagian dalam dengan sasarannya ke atas (kepala), tengah (badan) dan bawah”. Cara melakukan *mawashi geri* adalah pertama angkat lutut (dari sisi luar) setinggi-tingginya kemudian diayunkan dari luar melingkar kedalam dengan cepat dan keras. Dan yang harus diperhatikan dalam melakukan *mawashi geri* adalah menendang dengan keras, cepat dan ditarik kembali keposisi semula. Harus selalu dicegah badan condong kedepan atau ke belakang akan kehilangan keseimbangan dan kekuatan tendangan berkurang

Setelah memperhatikan pendapat diatas tentang penguasaan tendangan oleh karateka tersebut masih banyak penyebab kenapa belum berhasilnya proses latihan selama ini terutama pada *mawashi geri*, antara lain disebabkan karena: 1) terbatasnya sumber-sumber yang digunakan

pelatih untuk mendukung proses latihan, 2) kemampuan gerak karate, 3) motivasi latihan karate, 4) sarana dan prasarana yang masih kurang, dan 5) pendekatan pembelajaran dan latihan yang digunakan.

Secara umum ada dua faktor yang saling berhubungan yaitu faktor internal dan eksternal, faktor secara internal diantaranya adalah minat, persepsi, kognitif, motivasi, gizi dan afektif. Secara eksternalnya sangat banyak faktor yang mempengaruhi diantaranya, penguasaan teknik dasar (*kihon*), rutinitas, ekonomi, dukungan orang tua, kompetensi pelatih dan kondisi fisik. Faktor-faktor tersebut sangat besar hubungannya dalam mempengaruhi penguasaan tendangan *mawashi geri*.

Salah satu faktor eksternal adalah kemampuan fisik yang berhubungan dengan kemampuan gerak (*motor ability*) yang mempengaruhi *mawashi geri* yang baik dalam latihan maupun dalam pertandingan. Muthohir (2004:75) mengatakan bahwa kemampuan motorik (*motor ability*) adalah “kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”.

Menurut Gusril (2017:110) unsur-unsur dasar kemampuan motorik, yaitu: kekuatan, daya ledak, kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi. Berbicara tentang teknik dasar tendangan sama halnya kita membicarakan kemampuan gerak yang dilakukan setiap karateka, teknik dasar tendangan sangat bergantung dari aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari dengan kondisi tubuh yang sudah aktif tentunya komponen gerak (*motor ability*) juga otomatis meningkat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dari salah seorang pengurus di dojo Palapa Saiyo dilihat sangat minimnya kemampuan motorik dalam menguasai mawashi geri serta belum efektifnya melakukan latihan hal ini terjadi dalam pertandingan yang berdurasi 2 menit, dari 9 tendangan yang dilakukan tidak ada satupun tendangan yang memenuhi kriteria poin sehingga tendangan menjadi sia sia dan tidak adanya motivasi yang di berikan kepada atlit dan sangat kurangnya sarana dan prasarana yang membuat atlet tersebut terbatas dalam melaksanakan latihan dari beberapa gejala dan faktor-faktor yang telah di kemukakan di atas.

Bersadarkan pengamatan yang dilakukan penulis, kemampuan tendangan mawashi geri atlet masih kurang. Hal ini dipengaruhi oleh belum memaksimalkan komponen pendukung dalam melakukan tendangan mawashi geri seperti masih banyak atlet saat disuruh melakukan tendangan atlet lambat dan kurang cepat, dan masih ada atlet yang tendangannya kurang kuat. Hal-hal tersebut secara langsung atau tidak langsung akan mempengaruhi hasil tendangan atlet.

Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk perkembangan olahraga beladiri karate di Sumatera Barat, khususnya di *dojo* Palapa Saiyo yaitu mengenai hubungan *Motor Ability* dengan *Mawashi Geri* pada karateka usia kadet *dojo* Lemkari Palapa Saiyo.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Kemampuan motorik yang belum baik
2. Kurangnya penguasaan *mawashi geri*
3. Model latihan yang belum efektif
4. Motivasi dalam latihan karate
5. Saran dan prasarana yang masih kurang.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, memperhatikan banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *mawashi geri*. Agar cakupan penelitian ini lebih jelas, serta karena adanya beberapa keterbatasan peneliti, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah pada *motor ability* sebagai variabel terikat dengan *mawashi geri* sebagai variabel bebas pada karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo.

1. Kecepatan
2. Kelincahan
3. Kekuatan
4. Keseimbangan
5. Koordinasi Mata Kaki
6. Daya Ledak Otot Tungkai

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas maka peneliti merumuskan permasalahannya, sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara *motor ability* dengan *mawashi geri* pada karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah: “Untuk melihat hubungan keberartian antara *motor ability* dengan *mawash igeri* pada karateka usia kadet *dojo* Lemkari Palapa Saiyo”.

1. Untuk Mengetahui Motor Ability
2. Untuk Mengetahui Tendangan Mawashi Geri
3. Untuk Melihat Hubungan Antara Motor Ability Dengan Mawashi Geri

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan maka penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1. Penulis, untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 jurusan Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Atlet, untuk meningkatkan *mawashi geri* yang dimiliki menjadi lebih baik dan benar serta dapat di aplikasikan dalam pertandingan-pertandingan yang diikuti.

3. Pelatih, untuk dapat memberikan metode latihan kepada atlet secara tepat agar dapat menguasai *mawashi geri* dengan baik dan benar.
4. Pengda Lemkari, untuk menjadi bahan acuan dalam meningkatkan prestasi atlet.
5. Sebagai bahan mewujudkan dan pembuka wacana untuk penelitian selanjutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan kepada analisis data dan pembahasan yang dikemukakan dapat diambil kesimpulan yaituterdapat hubungan yang signifikan antara *motor ability* dengan *mawashi geri* karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman, dengan koefisien korelasi $r_{hitung} = 0,788 > r_{tabel} = 0,576$ dan tingkat signifikan dengan harga $t_{hitung} = 4,045 > t_{tabel} = 1,812$.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulismemberikan beberapa saran agar dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam mendapatkan kemampuan *mawashi geri* karateka usia kadet *dojo* Palapa Saiyo Padang Pariaman, yaitu:

1. Kepada pelatih dan pembina olahraga karate agar memperhatikan komponen-komponen *motor ability* dan dalam memberikan metode latihan kepada atlet secara tepat agar atlet dapat menguasai *mawashi geri* secara baik dan benar.
2. Kepada karateka disarankan lebih focus dan semangat dalam berlatih agar dapat meningkatkan komponen dalam *motor ability* untuk menunjang penguasaan *mawashi geri*.
3. Kepada Pengda Lemkari diharapkan dapat memberikan perhatian dan dukungan serta menjadikan bahan acuan dalam meningkatkan prestasi atlet.
4. Kepada para peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat mengkaji faktor-

faktor lain yang berhubungan dan mempengaruhi *mawashi geri*.

DAFTAR PUSTAKA

- Djaali dkk. 2008. *Pengukuran dalam Bidang Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo
- Gusril. 2017. *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Padang: UNPPress
- Gusril. 2008. *Model Pengembangan Motorik pada Siswa Sekolah Dasar*. Padang: UNPPress
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: FPOK UPI
- Hamid, Apris. 2007. *Teknik Dasar Karate, (Kihon)*. Padang: Inkanas Sumatera Barat
- Margono. 2007. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Mutahir, Toho Cholik dan Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud.
- Nugroho S. 2005. *Peran Kinestetik Dalam Pembelajaran Motorik*. Cakrawala pendidikan Th. XXIV No.2.
- Nurhasan. 2003. *Tes Dan Pengukuran: Pengantar, Kegunaan Tes dan Pengukuran, Kriteria Tes*. Surabaya.
- Rini Sukamti, Endang. 2007. *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta : FIK.
- Singer. 2016. *Hubungan Motor Ability Dengan Kemampuan gerak*
- Sujoto J.B 2002. *Teknik Oyama KARATE Seri Kihon*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.