

Pengaruh Kondisi Fisik Dan Agresivitas Terhadap Performance Olahragawan Pada Pertandingan Karate Nomor Kumite

A. Latar Belakang Masalah

Karate merupakan cabang olahraga beladiri yang mempertandingkan dua nomor yaitu nomor kata dan kumite. Nomor kata adalah jurus mempertandingkan kemampuan seseorang untuk mendemonstrasikan dalam penguasaan ilmu beladiri karate tradisional dengan harmonisasi gerak yang mencerminkan kekuatan, kecepatan dan keindahan. Sedangkan nomor kumite mempertandingkan kemampuan seseorang dalam suatu pertarungan satu lawan satu sesuai dengan peraturan yang berlaku baku berdasarkan badan karate dunia (WKF). Filosofis karate mengajarkan bahwa mengontrol emosi diri sangatlah penting sebelum mengontrol atau menguasai orang lain (lawan dalam pertandingan) dan kecelakaan timbul karena kecerobohan.

Pada nomor kumite, lamanya pertandingan untuk satu pertarungan yaitu tiga menit. Karateka yang dapat mengumpulkan angka lebih banyak dari lawan dinyatakan sebagai pemenang. Jika dalam satu pertarungan terjadi angka yang sama maka diadakan babak tambahan untuk menentukan pemenang.

Suatu kondisi yang menuntut orang untuk saling menyerang dan mengungguli lawan apalagi dengan saling memukul ataupun menendang sudah tentu akan melibatkan emosi yang cenderung sulit untuk dikontrol, meskipun pada sebagian orang dapat mengendalikannya tetapi hal ini sangatlah berat. Olahraga karate nomor kumite yang dalam pelaksanaannya menghadapkan dua orang untuk saling mengungguli lawan sesuai dengan peraturan yang berlaku, memungkinkan munculnya ego atau keakuan dan kebutuhan harga diri yang relatif besar, seperti

tidak mau kalah, dan merasa lebih berpengalaman. Hal inilah yang menyebabkan setiap karateka mempunyai naluri agresif yang relatif tinggi, karena dengan agresivitas tersebut memungkinkan untuk mengumpulkan angka sebanyak-banyaknya.

Pertarungan yang dibatasi oleh waktu menjadikan situasi semakin menekan bagi para karateka yang bertanding, karena dalam waktu yang relatif pendek harus dapat mengalahkan lawan menggunakan teknik pertarungan yang sesuai dengan peraturan. Kondisi ini menyebabkan karateka yang bertanding harus didukung oleh kondisi fisik yang prima, teknik yang sempurna, taktik yang jitu dan kekuatan mental yang tinggi.

Pentingnya kondisi fisik bagi para karateka saat bertanding, baik secara teoritis maupun empiris tidak dapat disangkal lagi. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Harsono (1988:153) bahwa, “Sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stress fisik yang tinggi, maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet.”

Selain kondisi fisik yang memadai, dalam olahraga beladiri karate nomor kumite dibutuhkan pula keberanian untuk menyerang lawan. Hal ini didasarkan pada peraturan bahwa setiap karateka akan memperoleh *advantage* atas inisiatifnya untuk melakukan penyerangan, apalagi jika terjadi skor yang sama. Berkaitan dengan keberanian untuk menyerang atau agresivitas, Saleh (1983:1) menjelaskan, “Cabang-cabang olahraga dimana terdapat sentuhan fisik langsung

memerlukan keberanian menyerang. Sifat agresif mutlak diperlukan oleh setiap atlet olahraga beladiri.” Selanjutnya Setyobroto (1989:57) menjelaskan:

Pemain-pemain yang agresif sangat diperlukan untuk dapat memenangkan pertandingan, seperti dalam sepak bola, tinju dsb., tetapi sifat dan sikap-sikap agresif apabila tidak terkendali dapat menjurus pada tindakan-tindakan berbahaya, melukai lawan, melanggar peraturan dan mengabaikan sportivitas.

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut maka dapat dinyatakan bahwa dukungan kondisi fisik dan agresivitas diperlukan untuk cabang olahraga beladiri, terutama berkaitan dengan penampilan atlet saat pertandingan.

Beberapa kejuaraan karate tingkat nasional menunjukkan atlet-atlet yang mempunyai kondisi fisik yang prima dan bermain agresif dapat memenangkan pertandingan dengan angka mutlak. Hal ini menggambarkan bahwa penampilan (*performance*) atlet saat bertanding ditentukan oleh keberaniannya untuk melakukan strategi menyerang yang didukung oleh kondisi fisik yang memadai. Dengan kondisi fisik yang baik maka karateka dapat bergerak secara dinamis baik saat melakukan serangan maupun saat bertahan. Walaupun demikian, faktor kondisi fisik dan agresivitas bukanlah hal yang paling menentukan untuk dapat tampil sempurna, karena banyak faktor yang turut mempengaruhi penampilan atlet di lapangan, diantaranya faktor fisik ,teknik,taktik dan mental saling mempengaruhi.

Terlepas dari faktor-faktor yang menentukan prestasi olahraga seorang atlet, kondisi fisik dan agresivitas merupakan dua hal yang harus dipenuhi oleh seorang atlet beladiri, khususnya olahraga karate. Tetapi apakah kondisi fisik dan agresivitas memberikan kontribusi yang signifikan terhadap penampilan atlet

beladiri di lapangan perlu dibuktikan secara ilmiah melalui suatu penelitian. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kondisi fisik dan agresivitas dengan penampilan atlet dalam pertandingan karate nomor kumite.

B. Masalah Penelitian

Kondisi fisik dipandang sebagai hal yang fundamental bagi atlet, karena tanpa dukungan kondisi fisik yang prima maka pencapaian prestasi maksimal akan sulit terwujud. Komponen kondisi fisik yang dibutuhkan oleh seorang karateka saat bertanding antara lain stamina, kelincahan, kecepatan dan *power*. Komponen-komponen tersebut dominan dibutuhkan baik pada saat menyerang maupun bertahan.

Agresivitas dipandang sebagai tindakan menyerang terhadap lawan. Agresivitas dalam pertandingan olahraga karate bukan suatu pelanggaran tetapi merupakan suatu tuntutan, karena kemenangan ditentukan oleh pengumpulan angka yang hanya dapat dilakukan dengan cara menyerang lawan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Fromm (1973) dalam Mulyana (2004:21) menjelaskan, “Kata agresif yang mengandung makna harifiah melakukan agresi, dapat didefinisikan dengan arti bergerak ke depan ke arah tujuan tanpa perasaan segan, ragu, ataupun takut.” Hal ini berarti agresi merupakan tindakan menyerang tanpa perasaan segan, ragu ataupun takut. Oleh karena itu dalam pertandingan olahraga karate khususnya nomor kumite, agresivitas sangat dibutuhkan terutama berkaitan dengan pencapaian tujuan mengalahkan lawan melalui pengumpulan angka sebanyak-banyaknya.

Berdasarkan penjelasan di atas timbul pertanyaan apakah dengan kondisi fisik yang prima dan agresivitas yang tinggi merupakan jaminan untuk dapat tampil secara sempurna? Bagaimana dengan atlet yang kondisi fisiknya prima tetapi kurang agresif? Bagaimana pula dengan atlet yang kondisi fisiknya menurun dan agresivitasnya kurang? Pertanyaan-pertanyaan tersebut memberikan dasar bagi penulis untuk merumuskan pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara agresivitas dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dan agresivitas secara bersama-sama dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan arah atau sasaran penelitian yang hendak dituju sesuai masalah penelitiannya. Berkaitan dengan tujuan penelitian, Nasution (1991:27) menjelaskan, "Tiap penelitian harus mempunyai tujuan-tujuan yang harus dicapai, tujuan bertalian erat dengan masalah yang dipilih serta analisa masalah itu." Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ingin mengetahui hubungan kondisi fisik dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.

2. Ingin mengetahui hubungan agresivitas dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.
3. Ingin mengetahui hubungan kondisi fisik dan agresivitas secara bersama-sama dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap hasil penelitian dapat memberikan manfaat atau kegunaan sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi para pembina, pelatih dan atlet olahraga karate tentang pentingnya kondisi fisik dan agresivitas untuk penampilan yang lebih baik pada saat bertanding.
2. Sebagai bahan masukan bagi para pembina, pelatih dan atlet olahraga karate khususnya tentang perilaku agresif dalam arti yang benar yaitu agresivitas tanpa tujuan mencederai orang lain. Dengan kata lain pengertian agresif perlu dipahami sebagai sesuatu yang harus dimiliki oleh setiap olahragawan, khususnya olahraga beladiri.
3. Agar atlet mengetahui dan memahami bahwa perilaku agresif *instrumental* dapat dilakukan sebagai cara memenangkan pertandingan dalam olahraga karate.
4. Sebagai bahan masukan kepada pelatih untuk mengetahui bagaimana mengembangkan perilaku agresif instrumental, untuk meningkatkan penampilan olahraga, dan menjaga dorongan-dorongan agresif *hostile* agar

tetap terkendali supaya tidak menimbulkan kekerasan di luar aturan yang berlaku.

E. Pembatasan Masalah

Pada dasarnya penelitian itu luas, dan untuk menghindari kesalahpahaman konsep, maka masalah yang diteliti perlu dibatasi. Nasution (1991:31) mengemukakan, “Tiap masalah pada hakekatnya kompleks sehingga tidak dapat diselidiki secara tuntas.” Kemudian Surakhmad (1990:36) menjelaskan tentang pembatasan masalah sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kondisi fisik dan agresivitas atlet.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah penampilan atlet karate dalam pertandingan.
3. Variabel atribut dalam penelitian ini adalah atlet putra dan putri.
4. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet putra dan putri olahraga karate Pelatda PON Jawa Barat.

F. Anggapan Dasar

Dalam penelitian diperlukan anggapan dasar yang merupakan suatu pendirian yang tidak diragukan dari kebenarannya oleh peneliti, serta digunakan sebagai titik tolak dalam penelitian mengenai masalah tertentu. Arikunto (1992:15).

Anggapan dasar dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Penampilan (performance) atlet di lapangan akan menentukan prestasi yang dicapai. Semakin baik dan sempurna penampilan atlet, semakin besar peluang baginya untuk mencapai prestasi maksimal. Berkenaan dengan prestasi olahraga, Lutan (1988:17) menyatakan, “Tidak semua atlet akan mencapai prestasi tinggi meskipun dia telah mengikuti latihan berat. Faktor-faktor seperti anatomi, fisiologi dan pernafasan berpengaruh langsung terhadap limit prestasi seseorang.” Kemudian Harsono (1995:6) menjelaskan bahwa atlet-atlet yang mampu menghasilkan prestasi yang impresif hanyalah atlet-atlet yang sebagai berikut:

- a. Memiliki fisik prima
- b. Menguasai teknik yang sempurna
- c. Memiliki karakteristik psikologis dan moral yang diperlukan oleh cabang olahraga yang ditekuninya
- d. Cocok untuk olahraga yang dilakukannya
- e. Sudah berpengalaman berlatih dan bertanding bertahun-tahun

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat dinyatakan bahwa penampilan atlet di lapangan ditentukan oleh banyak faktor antara lain kesesuaian antara tuntutan cabang olahraga dengan kondisi anatomis dan fisiologis atlet, penguasaan teknik, dan pengalaman bertanding.

Faktor kondisi fisik sebagai faktor mendasar menempati posisi penting dalam penampilan atlet. Kualitas kondisi fisik menggambarkan kemampuan kerja dari komponen-komponen fisik yang lazim disebut dengan kebugaran jasmani. Giriwijoyo (1992:15) menjelaskan, “Kebugaran jasmani ialah kecocokan keadaan fisik terhadap tugas yang harus dilaksanakan oleh fisik itu, atau dengan perkataan lain: untuk dapat melaksanakan tugas fisik tertentu dengan hasil baik diperlukan syarat-syarat fisik tertentu sesuai dengan tugas fisik itu.” Kemudian Setiawan (1997:110) mengatakan bahwa “Dalam hal lain kondisi fisik juga berperan untuk meningkatkan kebugaran jasmani agar seseorang mencapai hasil kerja yang lebih produktif.”

Pendapat di atas memberikan kejelasan bahwa dengan kondisi fisik yang prima akan membantu atlet untuk tampil secara efektif dan efisien, sehingga produktivitas kerjanya menjadi lebih baik. Oleh karena itu diduga kondisi fisik mempunyai hubungan yang signifikan dengan penampilan atlet dalam pertandingan.

Olahraga karate khususnya nomor kumite menuntut atlet untuk saling berhadapan, menyerang dan mengumpulkan angka kemenangan dengan penerapan strategi sesuai dengan peraturan yang berlaku. Dalam hal ini terjadi kontak fisik secara langsung, sehingga kedua atlet yang berhadapan akan mengalami tekanan yang bukan saja dari dalam diri juga dari luar yaitu lawan. Waktu yang terbatas menyebabkan kedua atlet berusaha saling menyerang dan bertindak agresif karena agresivitas dibutuhkan dalam olahraga beladiri.

Beberapa anggapan muncul berkaitan dengan agresivitas, antara lain pertahanan yang terbaik adalah dengan melakukan serangan, peluang memperoleh skor dengan menyerang cenderung lebih besar, dan inisiatif menyerang memberikan keuntungan (*advantage*) jika terjadi skor yang sama, karena aturan pertandingan menyatakan jika sampai pada babak tambahan skor tetap sama, maka karateka yang memiliki inisiatif menyerang dinyatakan sebagai pemenang. Oleh karena itu diduga agresivitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan penampilan atlet dalam pertandingan karate nomor kumite.

G. Hipotesis

Berdasar pada latar belakang masalah, permasalahan penelitian dan anggapan dasar maka hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara agresivitas dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dan agresivitas secara bersama-sama dengan penampilan atlet dalam pertandingan olahraga karate nomor kumite.

H. Metode Penelitian

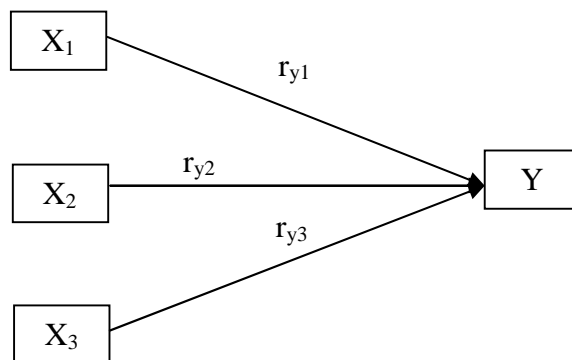
Dalam setiap penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan

pengumpulan dan analisis data. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Tentang metode deskriptif dijelaskan oleh Sudjana dan Ibrahim (2001:64) sebagai berikut:

Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Dengan perkataan lain, penelitian deskriptif mengambil masalah atau memusatkan perhatian kepada masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilaksanakan.

I. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1
Design Penelitian

Keterangan:

X₁ : kondisi fisik atlet

X₂ : agresivitas atlet

X₃ : penguasaan teknik

Y : penampilan atlet dalam pertandingan karate nomor kumite

r_{y1} : hubungan kondisi fisik dengan penampilan atlet

r_{y2} : hubungan agresivitas dengan penampilan atlet

r_{y3} : hubungan penguasaan teknik dengan penampilan atlet

$Y = a + bx_1 + cx_2 + dx_3$: korelasi linier multiple dengan persamaan regresi

J. Populasi dan Sampel

Dalam menyusun sampai dengan menganalisis data sehingga mendapatkan gambaran sesuai dengan yang diharapkan maka diperlukan sumber data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut populasi dan sampel penelitian. Sudjana dan Ibrahim (2001:84) menjelaskan, “Populasi maknanya berkaitan dengan elemen, yakni unit tempat diperolehnya informasi. Elemen tersebut dapat berupa individu, keluarga, rumah tangga, kelompok sosial, sekolah, kelas, organisasi dan lain-lainnya.” Arikunto (2002:102) menjelaskan, “Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian.” Sedangkan yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi. Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian tempat diperolehnya informasi yang dapat berupa individu maupun kelompok. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet karate Pelatda Jawa Barat sebanyak 20 orang.

Dalam penelitian ini semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian, karena jumlah anggota populasi terbatas. Oleh karena itu penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan sampel total.

K. Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian diperlukan alat yang disebut instrumen. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan dalam penelitian terutama berkaitan dengan proses pengumpulan data. Mengenai instrumen penelitian dijelaskan oleh Arikunto (2002:121) bahwa, “Instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan sesuatu metode.” Berkaitan dengan penelitian ini, maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) tes

kondisi fisik untuk mengukur kondisi fisik atlet, 2) angket tertutup mengenai perilaku agresif *hostile* dan *instrumental* yang disusun dengan mengacu pada pengertian dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif, dan 3) penyekoran angka yang dikumpulkan atlet selama pertandingan karate nomor kumite.