

ABSTRAK

MAKNA GERAK *PELURU HAWU* DARI POTRET BIOMEKANIKA

Ryandi Kevin Bunga¹, Anderias J. F Lumba², Andry Sinlaeloe,³

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. ryandibunga@gmail.com

Latar Belakang *Peluru hawu* merupakan tradisi olahraga yang secara turun temurun di pulau Sabu Raijua yang mengedepankan sportifitas dan kedekatan pergaulan bagi kalangan pria, dan menjadi puncak budaya olah raga yang perlu dilestarikan. *Peluru hawu* diselenggarakan setelah upacara pelepasan arwah atau pensucian orang mati *Pemau Domade*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gerakan *peluru hawu* ditinjau dari potret biomekanika. **Metode penelitian** yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif dengan menggunakan metode pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mendeskripsikan gerakan *peluru hawu* ditinjau dari potret biomekanika.

Hasil penelitian dengan menggunakan studi biomekanika kualitatif mengungkapkan bahwa gerakan pada *peluru hawu* memiliki kemiripan dengan olahraga gulat yaitu gerakan membanting dan mendorong.

Simpulann berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan maka gerakan *peluru hawu* melibatkan koordinasi tubuh, distribusi energi, dan keseimbangan yang diwariskan turun temurun. Analisis biomekanika menunjukan bahwa gerakan membanting dan mendorong pada *peluru hawu* memanfaatkan prinsip *kinetik chain* (rantai kinetik) dimana energi di transfer dari kaki, pinggang, hingga lengan untuk menghasilkan kekuatan mendorong dan membanting yang optimal.

Kata Kunci : Gerak, *Peluru Hawu*, Biomekanika

ABSTRACT
MEANING OF MOVEMENT HAWU BULLET FROM
BIOMECHANICAL PORTRAIT

Ryandi Kevin Bunga¹, Anderias J. F Lumba², Andry Sinlaeloe,³

Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and
Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

Email. ryandibunga@gmail.com

Background The hawu bullet is a traditional sport that has been passed down from generation to generation on Sabu Raijua Island that emphasizes sportsmanship and closeness of association for men, and is the pinnacle of sporting culture that needs to be preserved. The hawu bullet is held after the ceremony of releasing the spirits or purifying the dead Pema Domade. The purpose of this study is to determine the movement of the hawu bullet in terms of biomechanical portraits. The research method used in this study is a descriptive qualitative method using data collection methods in the form of observation, interviews, and documentation to describe the movement of the hawu bullet in terms of biomechanical portraits. The results of the study using qualitative biomechanical studies revealed that the movement of the hawu bullet is similar to the sport of wrestling, namely the slamming and pushing movements. The conclusion based on the results of the research and discussion that have been described is that the movement of the hawu bullet involves body coordination, energy distribution, and balance that are passed down from generation to generation. Biomechanical analysis shows that the slamming and pushing movements in the hawu bullet utilize the principle of the kinetic chain (kinetic chain) where energy is transferred from the legs, waist, to the arms to produce optimal pushing and slamming power.

Keywords: Movement, Hawu Bullet, Biomechanika