

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kick boxing merupakan salah satu olahraga tarung modern yang berkembang saat ini. Peranan teknik serangan dalam pertandingan *kick boxing* sangat menentukan *point* pertandingan, teknik pukulan atau tendangan yang dilakukan secara cepat dan tepat sasaran yang sulit diantisipasi oleh lawan akan lebih cepat untuk mendapatkan *point*. Tetapi jika teknik pukulan atau tendangan pada serangan yang dilakukan secara kurang cepat, tepat, lambat sehingga dapat dengan mudah diantisipasi lawan maka tidak akan mendapatkan *point*, bahkan serangan pukulan atau tendangan tersebut akan menguntungkan pihak lawan untuk mencuri *point*.

Dengan perkembangan cabang olahraga *kick boxing* yang belum banyak diketahui oleh masyarakat sekitar, *kick boxing* merupakan olahraga beladiri yang dikembangkan dari cabang olahraga karate, *muay thai*, *taekwondo* dan tinju. Meskipun belum lama berkembang dan pada saat ini PON XXI di Aceh-Sumatra Utara merupakan pergelaran pertama *Kick boxing* di PON, sehingga sudah saatnya *Kick boxing* di ketahui oleh masyarakat sekitar seluruh Indonesia.

Dalam torehan sejarah *Kick boxing* di Asean Games Vietnam dan Kamboja Atlet Pelatnas Indonesia telah menyumbang perolehan medali emas dari total lima atlet *kick boxing* yang bertanding. Dari hasil

pertandingan di SEA Games 2021 Indonesia total medali yang didapat pada atlet putri dan putra *Kick boxing* adalah 2 emas, 1 perak, dan 1 perunggu. Perolehan medali ini lebih baik dari SEA Games 2019, kemudian pada Sea Games Kamboja perolehan atlet *Kick boxing* lebih banyak dan lebih baik. Kemudian di kancah kejuaraan *Asia Championship* yang digelar

tahunan juga Indonesia cukup bersaing ketat dengan puncak tertinggi adalah adanya *World Games 2025* di Chengdu dimana cabang olahraga *Kick boxing* tampil pertama kalinya pada pagelaran *World Games*. Untuk bisa berpartisipasi pada event *World Games* tidak semua atlet bahkan negara mampu menjadi peserta dikarenakan adanya seleksi kualifikasi bagi atlet yang ingin berlaga pada *World Games* berdasarkan kuota negara per kelompok benua. Pada ajang *Asian Championship Kamboja 2024* yang

dilaksanakan di Kamboja pada bulan Oktober 2024 dimana ajang tersebut menjadi sarana kualifikasi menuju *world games chengdu 2025* dan kelas yang dipertandingkan untuk kualifikasi adalah K1 dan *Point Fighting* (PF) untuk cabang *Kick boxing*. Kursi yang diperebutkan adalah hanya Juara 1 dari kelas K1 dan PF. *Kick boxing* Indonesia untuk kelas PI -60 kg K1 mendaftarkan atlet terbaik dari NTT yaitu Susanti Ndapataka yang mendapatkan juara 1 dan akhirnya mencatatkan dalam sejarah cabang *Kick boxing* Indonesia dimana prestasi ini kali adalah capaian yang luar biasa karena berhasil menjadi

perwakilan Indonesia untuk ASIA pada *World Games Chengdu 2025*. Pertandingan yang diikuti 17 peserta dari 17 Negara di ASIA untuk memperebutkan kursi kualifikasi yaitu Juara 1 kelas K1 PI -60kg yang pada saat pertandingan seluruh atlet menampilkan Teknik terbaik mereka, stamina terbaik mereka dan strategi pertandingan yang telah disiapkan demi menjadi Juara. Teknik khusus yang menjadi andalan bagi atlet sangat diperlukan guna mendapatkan point atau menjadi ancaman bagi lawan sehingga bisa mendapatkan kemenangan. Menurut WAKO Rules, (2018), mengatakan bahwa Olahraga *Kick boxing* merupakan salah satu cabang bela diri yang bertanding satu lawan satu untuk melakukan serangan dengan cara menendang menggunakan kaki yang disebut kick dan memukul

memakai tangan boxing serta menggunakan pelindung kepala, tangan, kaki untuk melindungi diri dari pukulan tendangan lawan.

Dalam seni bela diri dibutuhkan keselarasan antara kasih sayang dan kekuatan serta pengendalian emosi. Bertarung dalam keadaan emosional hanya akan membuat pikiran kacau dan sulit untuk berkonsentrasi (Anastasari, 2006). Beberapa aspek yang harus diperhatikan seperti kondisi fisik, teknik dasar, serta mental pada atlet karena *kick boxing* diperaktekan untuk pertahanan diri, kebugaran fisik, dan olahraga kontak fisik. Sedangkan macam-macam tendangan *kick boxing* sama halnya seperti pada cabang olahraga *muaythai* yaitu *straight kick, roundhouse kick, diagonal kick, Half shin, halfknee, spinning heel kick, Down roundhouse kick, jump kick* (Kraitus

Panya, 1990).

Pada prinsipnya pukulan harus dilakukan sebaik mungkin dan seefektif mungkin oleh setiap atlet, karena sedikit saja kesalahan dalam melontarkan pukulan merupakan suatu kerugian bagi atlet dalam mendapatkan *point*.

Kesalahan dalam melakukan

serangan pukulan akan membuat energi terkuras lebih banyak dan tidak mendapatkan *point*. Dalam pertandingan *kick boxing*, semua jenis pukulan yang dilakukan atau dilancarkan kepada lawan hanya akan menghasilkan satu poin saja baik itu mengenai sasaran atas maupun sasaran bawah. Selama babak pertandingan, jika lawannya terkena *impact* serangan yang keras dan efektif dan mendapatkan hitung 10 detik hitungan yang bisa membuat KO dan hingga 2 kali hitungan maka lawannya menjadi pemenang babak tersebut.

Salah satu serangan yang paling efektif dalam pertandingan *Kick boxing* yang menjadi andalan peneliti pada setiap pertandingan adalah *Front Kick* yang mana tendangan ini sangat efektif dalam menghentikan serangan lawan *stopping opponent*,

menjaga jarak *distancing* dan bahkan membuat lawan KO. *Front Kick* merupakan tendangan yang paling mudah dilakukan karena tidak perlu memutar tubuh kesamping dan hanya merenggangkan kaki. Walaupun dalam *Kick boxing* terdapat berbagai jenis tendangan dan memiliki tendangan yang

paling sering dan paling favorit hampir dilakukan seluruh atlet untuk mendapatkan point dan kemenangan yaitu tendangan *roundhouse kick*. Tendangan *Front kick* adalah tendangan mengarah kedepan lawan dengan lintasan lurus mengangkat lutut setinggi mungkin lalu merengangkan bagian kaki kebawah yang digunakan dengan perkenaan adalah bagian jari kaki/tumit kaki/tungkak kaki. Dalam tendangan *Front Kick* yang baik beberapa kemampuan keseimbangan, kelenturan yang baik serta otot yang terlatih dengan baik serta penguasaan teknik dasar yang baik sangat diuntungkan dalam mencapai sasaran tinggi tendangan dilakukan, baik sasaran perut, dada maupun kepala. Untuk melatih tendangan ini membutuhkan proses belajar mulai dari melatih keseimbangan, kelenturan dan kekuatan otot, bahkan tendangan ini akan lebih efektif apabila dilakukan oleh atlet yang memiliki tinggi badan yang mumpuni.

Dari beberapa teknik pukulan dan tendangan pada cabang olahraga *kick boxing* dan dalam beberapa event pertandingan yang digunakan saat pertandingan peneliti mengamati dan meneliti pada pertandingan tersebut banyak atlet yang mengandalkan teknik dasar tendangan *roundhouse kick middle* sebagai serangan untuk mendapatkan *point*, dan jarang sekali mengandalkan tendangan *front kick* sebagai variasi Teknik tendangan dalam melancarkan serangan untuk mendapatkan point padahal efektifitas tendangan *front kick* telah peneliti buktikan sehingga mendapatkan Juara 1 Medali Emas pada Kejuaraan *Kick boxing* Asia di Kamboja tahun 2024 sekaligus Babak Kualifikasi Perwakilan Asia pada *World Games 2025*.

Berdasarkan

permasalahan yang ada maka peneliti mengambil penelitian yang berjudul “Analisis Tingkat Keberhasilan Tendangan *Front Kick* pada Atlit *Kick boxing* kelas -60 kg K1 di *Asian Championship Kamboja 2024*”.

Dengan demikian peneliti akan menggunakan data selama pertandingan lebih dari 17 peserta di kelas -60 kg K1 yang memperebutkan posisi 1 untuk mewakili Asia pada World Games di Chengdu 2025 pada cabang olahraga *Kick boxing*. Pada pertandingan peneliti akan melihat beberapa banyak tendangan *front kick* yang digunakan oleh atlet selama seluruh pertandingan berlangsung dan berapa efisiensinya tendangan ini digunakan untuk mendapatkan point dan kemenangan. metode penelitian deskriptif dengan teknik survey dengan cara menghitung tingkat keberhasilan tendangan *front kick* dengan presentase di setiap *round* pada setiap pertandingan.

Penelitian ini memiliki perbedaan dari penelitian yang pernah ada yaitu dengan melakukan penelitian berfokus pada efisiensi dan *impact* keberhasilan tendangan *Front Kick* pada pertandingan. Sedangkan pada penelitian yang pernah ada membahas model latihan serangan *back fist* (Skripsi Nandita, 2024). Sedangkan penelitian saya berfokus pada deskriptif analisis dengan teknik survey. menghitung banyaknya tendangan *Front Kick* yang digunakan dalam setiap pertandingan efektifitas dalam mendapatkan point, mengatur jarak dan mendapatkan hitungan untuk membalik point atau

menuju KO. Sehingga peneliti saya merupakan hal yang baru yang disesuaikan dengan fakta lapangan dan sampling data yang telah ada sehingga akan menghasilkan data yang akurat untuk dapat menentukan efektifitas serangan *Front Kick* pada pertandingan *Kick boxing Asian Championship Kamboja 2024 Qualification for World Games*. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengangkat judul: Analisis Tingkat Keberhasilan Tendangan *Front Kick* Pada Atlet *Kick boxing*

Kelas PI -60 kg di *Asean Championship Kamboja Tahun 2024 (Jakarta Camp)*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas yang penulis kemukakan, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kesanggupan atlet putri kelas 60 kg melakukan tendangan sebanyak mungkin
2. Belum diketahui analisis tingkat keberhasilan tendangan *Front Kick* pada atlet putri kelas - 60 kg
3. Atlet putri pada tendangan front kick memperoleh prosentasi yang meningkat pada pertandingan exhibisi

C. Batasan Masalah

Berdasarkan Identifikasi masalah, mengingat agar tidak meluasnya

masalah yang diteliti, maka penulis membatasi pada: Analisis Tingkat Keberhasilan tendangan *Front Kick* kelas Putri -60 kg K1 di Asean *Championship* Kamboja 2024.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka pada kesempatan ini penulis merumuskan masalah yaitu :

Bagaimana keberhasilan tendangan *Front Kick* dengan menganalisis hasil pertandingan atlet putri *kick boxing* kelas Putri -60 kg K1 di *Asian Kic kboxing Championship* Kamboja Tahun 2024?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keberhasilan tendangan *front Kick* pada atlet putri kelas - 60 kg KI di *Asean Championship* Kamboja Tahun 2024.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Manfaat Teoritis: Menambah wawasan ilmiah dalam bidang ilmu kepelatihan olahraga bela diri.
- b. Sebagai referensi acuan penelitian bagi yang ingin mengambil

cabang olahraga *kick boxing* kedepannya.

2. Manfaat Praktisi

- a. Sebagai bahan masukan dan bahan evaluasi bagi para pelatih agar lebih meningkatkan teknik dan kualitas tendangan *front kick* pada atletnya.
- b. Dapat dijadikan acuan dalam memberikan porsi atau program latihan tendangan *front kick* terkhusus bagi atlet yang memiliki postur tubuh tinggi.
- c. Sebagai informasi para pelatih yang membutuhkan informasi atau sumber pelatihan.