

EFEKTIVITAS TENDANGAN CHECKING YEOP CHAGI, DOLLYO CHAGI DAN IDAN DOLLYO CHAGI DALAM MEMBUKA SERANGAN PADA PERTANDINGAN TAEKWONDO KYORUGI KELAS SENIOR DI UPI CHALLENGE NATIONAL TAEKWONDO CHAMPIONSHIP TAHUN 2016

EFFECTIVENESS OF CHECKING YEOP CHAGI, DOLLYO CHAGI AND IDAN DOLLYO CHAGI IN OPENING THE ATTACK IN SENIOR CLASS OF TAEKWONDO KYORUGI AT UPI CHALLENGE NATIONAL TAEKWONDO CHAMPIONSHIP 2016

Oleh : Wulan Rachmahani, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Email wulanrachmahani@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mana yang lebih efektif antara tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi*, dan *Idan Dollyo Chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *Taekwondo kyorugi* kelas *senior* di *UPI Challenge National Taekwondo Championship*. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode survei dan pengamatan. Populasi yang digunakan semua peserta kelas *senior* di *UPI Challenge National Taekwondo Championship* yang berjumlah 143 atlet. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 60 atlet putra dan 40 atlet putri dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tendangan *Checking Yeop Chagi* putra sebanyak 15,96% dan putri 10,28%, *Dollyo Chagi* putra sebanyak 20,11% dan putri sebanyak 13,74%, *Idan Dollyo Chagi* putra sebanyak 12,50% dan putri sebanyak 7,69%, dan teknik tendangan atlet *taekwondo senior* putra putri yang paling efektif digunakan adalah *Dollyo Chagi*.

Kata Kunci : *efektivitas, checking yeop chagi, dollyo chagi, idan dollyo chagi, taekwondo*

Abstract

The purpose of this research is to know which one is more effective between checking yeop chagi, dollyo chagi, and idan dollyo chagi in opening the attack in senior class of taekwondo kyorugi at UPI CHALLENGE NATIONAL TAEKWONDO CHAMPIONSHIP. This research is a descriptive research. The methods which are used on this research there are survey method and observation. The populations are all participants of senior class at UPI CHALLENGE NATIONAL TAEKWONDO CHAMPIONSHIP which total are 143 athletes. The sampels for this research are 60 boys athletes and 40 girls athletes by using purposive sampling technique. Result of this research shows that the total of checking yeop chagi 15,96% for boys and 10,28% for girls, dollyo chagi 20,11% for boys and 13,74% for girls, Idan dollyo chagi 12,50% for boys and 7,69% for girls and dollyo chagi is the most effective kicking technique for boys and girls taekwondo senior athletes.

Key Words : effectiveness, checking yeop chagi, dollyo chagi, idan dollyo chagi, taekwondo

PENDAHULUAN

Taekwondo merupakan olahraga beladiri yang terkenal dan berkembang pesat di Indonesia. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya pelaksanaan kejuaraan dari tingkat daerah, nasional, maupun internasional termasuk di UPI *Challenge National Taekwondo Championship*. *Event* pertandingan *taekwondo kyorugi* kejuaraan UPI *Challenge National Taekwondo Championship* 16-18 Desember 2016 merupakan pertandingan *open* turnamen tingkat nasional. *Event* ini baru pertama kali diselenggarakan yang diikuti oleh seluruh atlet dari club-club di Indonesia dari tingkat *pre Cadet-Cadet-Junior-Senior*. Untuk kategori *pre Cadet* (tahun 2005-2007), kategori *Cadet* (tahun 2002-2004), kategori *Junior* (tahun 1999-2001), dan kategori *Senior* (tahun 1991-1998).

Salah satu nomor yang dipertandingkan pada cabang *taekwondo* adalah nomor *kyorugi* (pertarungan antara dua orang). Nomor *kyorugi* memiliki beberapa kelas dan dibagi menurut jenis kelamin dan berat badan. Pembagian kelas untuk kategori putra senior yaitu, kelas *under 54 kg*, *under 58 kg*, *under 63 kg*, *under 68 kg*, *under 74 kg*, *under 80 kg*, *under 87 kg*, *over 87 kg*, sedangkan pembagian kelas untuk putri senior yaitu *under 46 kg*, *under 49 kg*, *under 53 kg*, *under 57 kg*, *under 62 kg*, *under 67 kg*, *under 73 kg*, *over 73 kg*.

Suatu teknik tendangan yang digunakan tentu dipengaruhi dengan tipe bertanding seorang atlet *taekwondo*. Ada dua macam tipe atlet yaitu tipe bertahan (*counter*) dan menyerang (*attack*). Tipe permainan suatu atlet *taekwondo kyorugi* tentu mempengaruhi strategi dalam suatu pertandingan. Tipe seorang atlet *attack* selalu menanamkan suatu pemikiran untuk agresif dan menyerang terlebih dahulu. Serangan pembuka seorang atlet tipe *attack* tentu merupakan teknik tendangan yang dapat membuat lawan menjadi terganggu konsentrasinya dan efektif dalam menghasilkan poin. Atlet tipe *counter* dan *attack* dalam pertandingan tentu memiliki keuntungan dan kelemahan tertentu. Keuntungan tipe *counter* seperti membaca gerak lawan sehingga mendapatkan poin, kelemahan tipe *counter*

seperti penguasaan lapangan kurang sehingga melakukan *counter* dapat dikenakan potongan setengah poin. Kelebihan tipe *attack* memberi keuntungan baik dari segi mendapatkan poin dan penguasaan lapangan. Artinya bahwa pada pertandingan penguasaan lapangan dapat menghasilkan poin. Salah satunya lawan mendapatkan potongan setengah apabila atlet keluar dari lapangan pertandingan. Dan kelemahan *attack* gerakan dapat dibaca oleh lawan dan dibalas tendangan *counter*.

Strategi atlet dengan tipe *attack* ada beberapa tendangan yang digunakan sebagai serangan pembuka, diantaranya *checking yeop chagi*, *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi*, ketiga tendangan ini adalah jenis tendangan yang dirasa memberikan keuntungan tetapi kenyataan di lapangan atlet maupun pelatih tidak mengetahui tingkat keefektifannya untuk menghasilkan poin.

Sehingga seorang pelatih bersama atlet harus mengetahui tingkat efektivitas tendangan tersebut. Suatu tingkat efektivitas teknik terhadap poin yang dihasilkan tentu pelatih akan dapat melatih teknik yang dianggap mampu lebih baik dan efektif dalam memberikan poin pada serangan pembuka.

Tugas seorang pelatih adalah membuat atlet mendekati kesempurnaan dalam penampilan untuk mencapai prestasi tertinggi. Berdasarkan uraian tersebut maka penulis ingin menyusun penelitian ini dengan judul “Efektivitas Tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Dalam Membuka Serangan Pada Pertandingan *Taekwondo Kyorugi* Kelas *Senior* Di UPI *Challenge National Taekwondo Championship* Tahun 2016”.

Tujuan penelitian 1) Untuk mengetahui seberapa besar efektivitas tendangan *checking yeop chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kelas *senior* di UPI *Challenge National Taekwondo Championship*. 2) Untuk mengetahui seberapa besar efektivitas tendangan *dollyo chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kelas *senior* di UPI *Challenge National Taekwondo Championship*. 3) Untuk mengetahui seberapa besar efektivitas tendangan *idan dollyo chagi* dalam membuka

serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kelas *senior* di UPI Challenge National Taekwondo Championship. 4) Untuk mengetahui mana yang lebih efektif antara *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kelas *senior* di UPI Challenge National Taekwondo Championship.

Manfaat Penelitian Secara Teoritis dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai efektivitas tendangan *checking yeop chagi*, *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kelas *senior* di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016 sehingga dapat dijadikan alternatif dalam penyusunan program latihan teknik atlet dalam pencapaian prestasi. Secara Praktis 1) Sebagai informasi dalam pelaksanaan evaluasi program latihan yang telah dilakukan serta dapat dijadikan acuan dalam perancangan program latihan yang akan diberikan berikutnya. 2) Sebagai wacana tambahan dalam latihan teknik dan peningkatan kualitas tendangan secara terarah guna mencapai ketrampilan teknik yang akan mendukung seorang atlet meningkatkan prestasi.

Penelitian yang relevan sangat diperlukan guna mendukung kerangka teori dan kerangka berfikir yang dikemukakan, sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam pengajuan penelitian itu, yaitu 1) Penelitian Giri Kurnia Widyasari (2008) dengan judul “Identifikasi Teknik Tendangan Yang Dominan Dalam Pertandingan *taekwondo* Kejuaraan Mahasiswa Nasional Piala Presiden XI Tahun 2007”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui identifikasi teknik tendangan yang dominan dalam pertandingan *taekwondo* kejuaraan Mahasiswa Nasional Piala Presiden XI tahun 2007. Hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa teknik tendangan yang dominan digunakan dalam cabang olahraga beladiri *taekwondo* menggunakan *dollyo chagi* saat bertanding, karena *dollyo chagi* merupakan teknik tendangan yang paling mudah dan efektif digunakan untuk mencari poin. 2) Penelitian Sunu Arief Wimbaridi (2013) dengan judul

“Efektivitas *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kejuaraan mahasiswa nasional piala Rektor Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya tahun 2012”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar efektivitas *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kejuaraan mahasiswa nasional piala Rektor Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya tahun 2012. Hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa teknik tendangan yang digunakan dalam cabang olahraga beladiri *taekwondo* paling sering menggunakan *dollyo chagi* saat bertanding, karena *dollyo chagi* merupakan teknik tendangan yang paling mudah dan efektif digunakan untuk mencari poin.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian 16 sampai 18 Desember 2016 di Gymnasium UPI (Universitas Pendidikan Indonesia).

Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah semua atlet *senior* di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016 pada Partai penyisihan, semifinal, final. Sampel dalam penelitian berjumlah: Babak penyisihan ada 9 partai seluruh kelas, semi final ada 16 partai seluruh kelas, final ada 16 partai seluruh kelas.

Teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling purposive*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013:118). Adapun pertimbangan sampel tersebut adalah: (1) Atlet Taekwondo dengan tingkatan kelas *senior* (17 tahun keatas), (2) Atlet sudah lolos partai pendahuluan (masuk partai penyisihan, semi

final dan final).

Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi dengan melakukan pengamatan pertandingan kelas *senior* di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016 dengan menggunakan *kamera digital* untuk merekam jalannya pertandingan dan mengetahui teknik tendangan *checking yeop chagi*, *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* pada saat atlet melakukan serangan awal dalam *kyorugi* dan menggunakan rubrik untuk mencatat setiap satu partai atlet yang sedang bertanding. Peneliti menggunakan *kamera digital* dan rubrik data mentah sebagai instrumen dalam pengambilan data.

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan metode observasi atau pengamatan, teknik pengamatan memiliki manfaat yaitu antara lain: (a) Teknik pengamatan memungkinkan adanya pengalaman secara langsung. Dalam penelitian ini pengalaman didapatkan langsung dari pertandingan yang diamati; (b) Teknik pengamatan memungkinkan melihat, mengamati, mencatat kejadian yang terjadi pada keadaan sebenarnya; (c) Memungkinkan peneliti memanfaatkan pengamatan secara baik, sehingga untuk mengurangi atau menghilangkan keraguan pada data yang diambilnya.

Peneliti menggunakan metode survei dan pengamatan yaitu dengan melihat pertandingan *kyorugi* secara langsung yang kemudian direkam dan di copy dalam bentuk VCD. Setiap lapangan dipasang untuk merekam jalannya pertandingan dari partai penyisihan, semi final dan final. Teknik pengambilannya pada pertandingan ada beberapa partai dan setiap partai mempunyai durasi waktu 3 x 1,5 menit, maksudnya setiap 1 ronde memiliki durasi waktu 1,5 menit untuk bertanding dan terdapat 3 ronde setiap partainya dan diantara setiap ronde terdapat jeda istirahat dengan durasi 30 detik, sehingga pada saat istirahat *kamera digital* dimatikan. Hari kedua dan ketiga diadakan perubahan durasi waktu menjadi 3 x 1 menit setiap rondonya.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yaitu bertujuan memberikan deskripsi mengenai subyek penelitian berdasarkan data dan variabel yang diperoleh dari subyek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, akan tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang suatu variabel, gejala atau keadaan (suharsimi Arikunto, 2005:234). Penelitian ini menganalisis data dengan menggunakan Analisis Deskriptif Kuantitatif, yang bersifat statistik yaitu dalam bentuk angka-angka dan dijabarkan dalam bentuk persentase.

Hasil persentase tingkat efektivitas tendangan baik atlet *senior* putra maupun putri menggunakan rumus :

$$P = \frac{(F) \text{ Jumlah Tendangan}}{(N) \text{ Total Jumlah Tendangan}} \times 100\%$$

Rumus untuk menghitung Persentase Hasil Akhir sebagai berikut :

$$P = \frac{\text{Total Jumlah Tendangan}}{(N) \text{ Total Banyaknya Tendangan}} \times 100\%$$

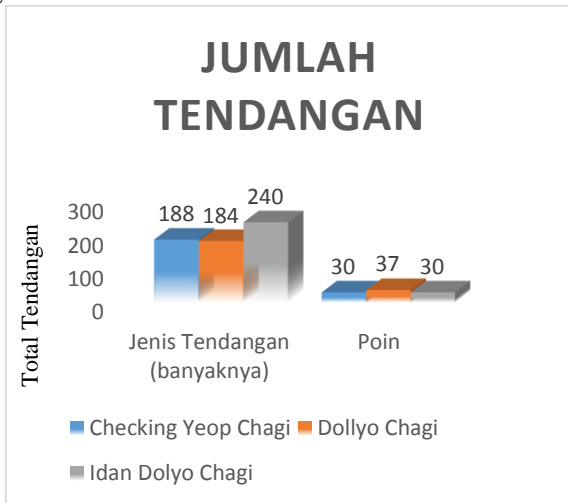
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data tabel di bawah ini menggambarkan bahwa atlet putra dari kelas bawah hingga kelas atas lebih banyak menggunakan *dollyo chagi* daripada *checking yeop chagi* dan *idan dollyo chagi* untuk membuka serangan awal. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya atlet yang menghasilkan *dollyo chagi* sebesar 37 poin, *idan dollyo chagi* 30 poin, dan *checking yeop chagi* 30 poin. Sedangkan perbandingan persentase hasil akhir *dollyo chagi* 20,11 % *checking yeop chagi* 15,96, dan *Idan dollyo chagi* sebesar 12,50% sehingga tendangan *dollyo chagi* lebih efektif.

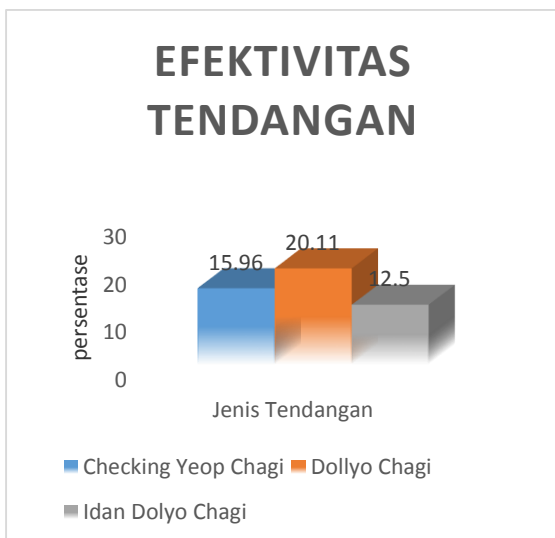
Tabel 1. Data Persentase Hasil Akhir Efektivitas *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Taekwondo Senior Putra di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016

Male	Persentase Hasil Akhir (%)		
	<i>Checki ng Yeop Chagi</i>	<i>Dollyo Chagi</i>	<i>Idan Dollyo Chagi</i>
	15,96	20,11	12,50

Hasil tersebut dapat diperjelas dalam gambar berikut ini:



Gambar 1. Jumlah Tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Senior Putra



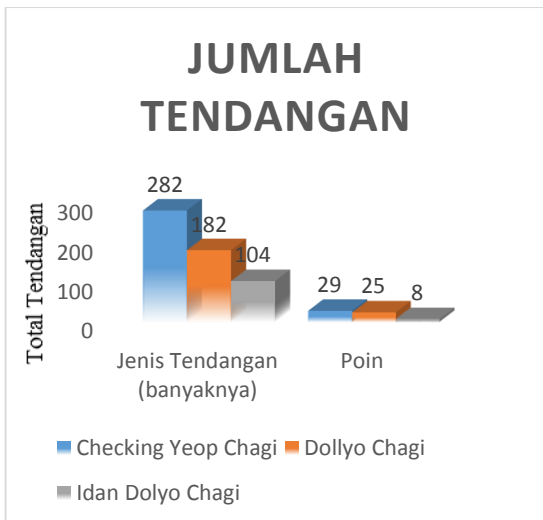
Gambar 2. Persentase Efektifitas Tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Senior Putra

Gambar di atas, dapat diartikan bahwa persentase masing-masing atlet putra dari kelas bawah hingga kelas berat banyak yang menggunakan *idan dollyo chagi* dari pada atlet yang menggunakan *checking yeop chagi* dan *dollyo chagi* untuk membuka serangan awal. Akan tetapi, tingkat efektivitas tendangan dalam membuka serangan lebih baik *dollyo chagi* daripada *checking yeop chagi* dan *idan dollyo chagi*.

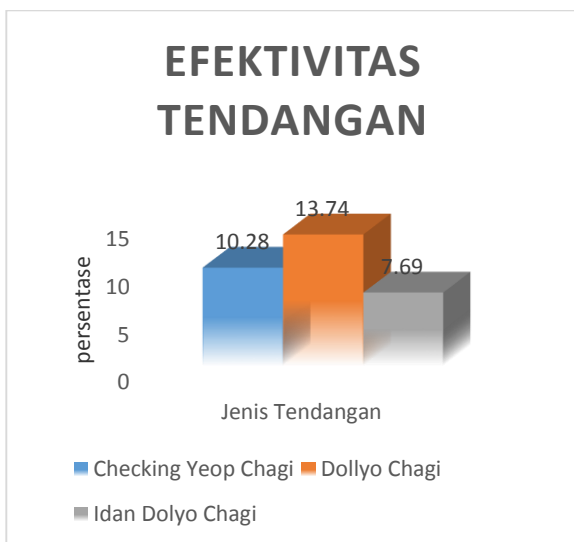
Tabel 2. Data Persentase Hasil Akhir Efektivitas *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Taekwondo Senior Putri di UPI Challenge National Taekwondo Championship Tahun 2016

Female	Persentase Hasil Akhir (%)		
	<i>Checking Yeop Chagi</i>	<i>Dollyo Chagi</i>	<i>Idan Dollyo Chagi</i>
	10,28	13,74	7,69

Dapat dilihat bahwa dari data atlet putri dari kelas bawah hingga kelas atas lebih banyak menggunakan *checking yeop chagi* dari pada *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* untuk membuka serangan awal, yaitu dengan banyaknya atlet yang menghasilkan *checking yeop chagi* sebanyak 29 point, *dollyo chagi* sebanyak 25 poin dan *idan dollyo chagi* 8 poin. Sedangkan persentase hasil akhir *dollyo chagi* 13,74%, *checking yeop chagi* 10,28%, dan *idan dollyo chagi* 7,69%. Sehingga tendangan *dollyo chagi* lebih efektif. Hasil tersebut dapat diperjelas dalam gambar berikut ini:



Gambar 3. Jumlah Tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Senior Putri



Gambar 4. Persentase Efektivitas Tendangan *Checking Yeop Chagi*, *Dollyo Chagi* dan *Idan Dollyo Chagi* Atlet Senior Putri

Persentase hasil akhir efektivitas tendangan *dollyo chagi* 20,11 % *checking yeop chagi* 15,96, dan *Idan dollyo chagi* sebesar 12,50%. Atlet putra dari kelas bawah hingga kelas berat banyak yang menggunakan *idan dollyo chagi* dari pada atlet yang menggunakan *checking yeop chagi* dan *dollyo chagi* untuk membuka serangan awal. Akan tetapi, tingkat efektivitas tendangan dalam membuka serangan lebih baik *dollyo chagi* daripada *checking yeop chagi* dan *idan dollyo chagi*

Pada pertandingan *Taekwondo* yang sudah menggunakan PSS (*Protector Scoring System*) tidak mudah mendapatkan poin meskipun menggunakan *power* yang keras belum tentu menghasilkan poin. Tendangan *Dollyo Chagi* yang sasarannya berada dibagian samping lebih mudah digunakan saat pertandingan karena posisi perkenaan tendangan *Dollyo Chagi* berada dibagian samping, sehingga posisi lawan terbuka untuk ditendang. Tendangan *Dollyo Chagi* lebih besar *powernya* karena tendangan menggunakan kaki belakang dan tidak perlu mengangkat badan/ melompat terlebih dahulu untuk menendang. Ketepatan bagian punggung kaki dengan sensor pada *hugo* akan menghasilkan poin.

Selain itu pertandingan *taekwondo* membutuhkan aksi reaksi yang cepat (*Quickness*). Pada saat pertandingan selain atlet merasa kesulitan mendapatkan poin, aksi reaksi sangat penting untuk memancing/merangsang gerakan lawan agar atlet dapat melakukan tendangan untuk membuka serangan dengan tepat sasaran. Untuk menghasilkan poin juga membutuhkan ketahanan fisik, kecepatan dan mental yang kuat. Pada *taekwondo kyorugi* gabungan teknik, fisik, dan mental sangat penting dilatihkan untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Tendangan yang efektif atlet *taekwondo senior* putra dan putri diperoleh hasil:

- 1) *Checking Yeop Chagi* putra sebanyak (15,96%) dan putri sebanyak (10,28%),
- 2) *Dollyo Chagi* putra sebanyak (20,11%) dan putri sebanyak (13,74%),
- 3) *Idan Dollyo Chagi* putra sebanyak (12,50%) dan putri sebanyak (7,69%).
- 4) Teknik tendangan atlet *taekwondo senior* putra dan putri yang paling efektif digunakan adalah *Dollyo Chagi*.

Saran

1. Bila akan melakukan penelitian *kamera digital* perlu ditambah bahkan menggunakan kamera besar supaya dapat melihat/mengambil gambar disegala sisi.

2. Perlu penelitian yang event lebih besar lagi.
3. Bagi pelatih setelah mengetahui tendangan yang dominan keluar supaya lebih mengefisienkan dan mengefektifkan latihan, karena tidak semua tendangan digunakan dapat menghasilkan point.

Suharsimi Arikunto. (1992).Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.Jakarta : Rineka Cipta.

DAFTAR PUSTAKA

- Awaludin. (2014). “Kyorugi dalam Taekwondo”. Diakses tanggal 16 Oktober 2014 dari http://satriataekwondopurwokerto.blogspot.co.id/2014/09/kyorugi-dalam-taekwondo_11.html
- Giri Kurnia Widyasari.(2008).”Identifikasi Teknik Tendangan yang Dominan Dalam Pertandingan Taekwondo Kejuaraan Mahasiswa Nasional Piala Presiden XI Tahun 2007”. Skripsi, tidak dipublikasikan . Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sunu Arief Wimbardi (2013). “Efektivitas *dollyo chagi* dan *idan dollyo chagi* dalam membuka serangan pada pertandingan *taekwondo kyorugi* kejuaraan mahasiswa nasional piala Rektor Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya tahun 2012”. Skripsi, tidak dipublikasikan . Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sriawan,(2016) .Efektivitas Penggunaan Perpustakaan Oleh Mahasiswa PGSD Angkatan 2011 di Kampus Wates. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 12 (1).
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D”. Bandung: CV. Alfabeta