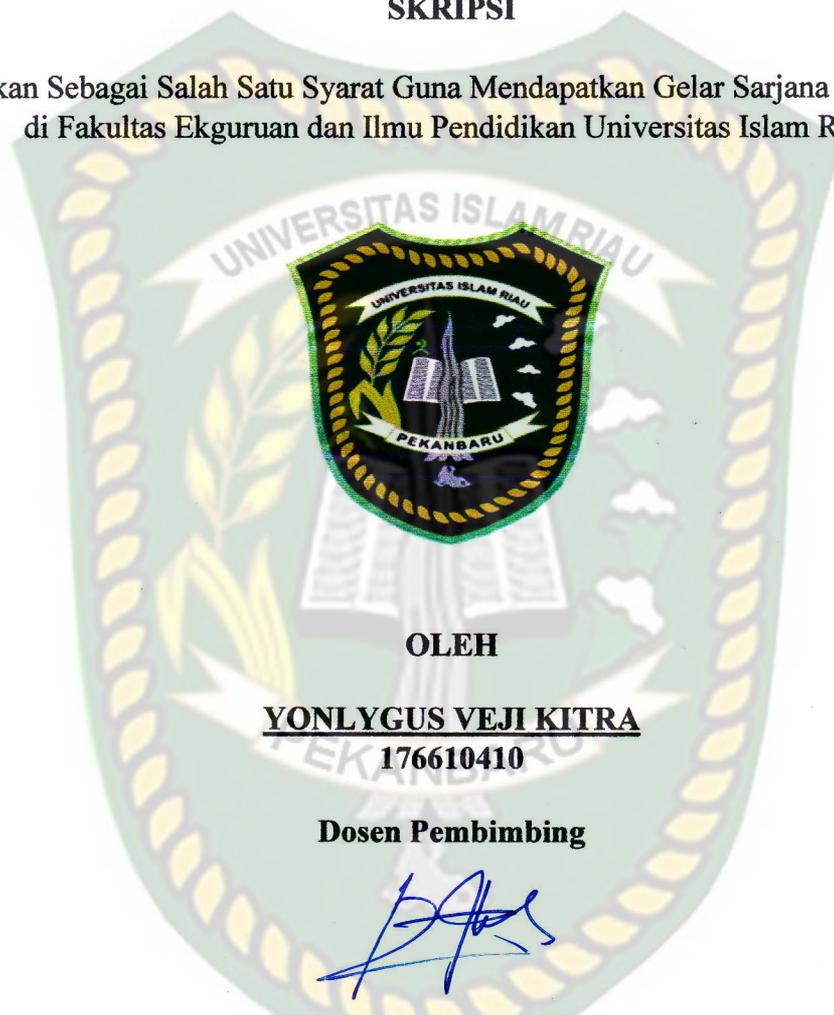


PEMBINAAN OLAHRAGA KARATE INKANAS DI KECAMATAN MINAS

KABUPATEN SIAK

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau



OLEH

YONLYGUS VEJI KITRA
176610410

Dosen Pembimbing

Rices Jatra, S.Pd, M.Pd

NIDN : 1031019001

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2021

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**PEMBINAAN OLAHRAGA KARATE INKANAS DI KECAMATAN
MINAS KABUPATEN SIAK**

Dipersiapkan oleh :

Nama : YONLYGUS VEJI KITRA
NPM : 176610410
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Pembimbing Utama



Rices Jatra, S.Pd, M.Pd

NIDN : 1031019001

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Leni Apriani, S.Pd, M.Pd

NIDN. 1005048901

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau
Wakil Dekan Bidang Akademik



Dr. Miranti Eka Putri, S.Pd, M.Ed

NIDN. 1005068201

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : YONLYGUS VEJI KITRA
NPM : 176610410
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di
Kecamatan Minas Kabupaten Siak.

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Rices Jatra, S.Pd, M.Pd
NIDN : 1031019001

Mengetahui

Ketua Program Studi Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

An. 

Leni Apriani, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1005048901

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama : YONLYGUS VEJI KITRA
NPM : 176610410
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul : **“Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak”**.

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Pembimbing Utama



Rices Jatra, S.Pd, M.Pd
NIDN : 1031019001

ABSTRAK

YONLYGUS VEJI KITRA (2021) : Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari 3 aspek yaitu aspek atlet, aspek pelatih, dan aspek organisasi. Jenis penelitian ini adalah penelitian penelitian kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah 31 orang. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling dan jumlah sampel adalah 31 orang. Instrumen yang digunakan adalah angket. Kesimpulan penelitian ini adalah 1) Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek atlet dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 86,8%. 2) Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 81,7%. 3) Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek organisasi dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 90,0%. 4) Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari keseluruhan aspek dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 86,2%

Kata kunci : Pembinaan olahraga, Karate.

ABSTRACT

YONLYGUS VEJI KITRA (2021): Inkanas Karate Sports Development in Minas District, Siak Regency.

The purpose of this study was to determine the Inkanas Karate Sports Development in Minas District, Siak Regency from 3 aspects, namely the athlete aspect, the coach aspect, and the organizational aspect. This type of research is descriptive quantitative research. The population in this study were 31 people. The sampling technique was total sampling and the number of samples was 31 people. The instrument used is a questionnaire. The conclusions of this study are 1) Inkanas Karate sports coaching in Minas District, Siak Regency in terms of the athlete aspect is categorized very well with the percentage of answers 86.8%. 2) The coaching of Karate Inkanas in Minas District, Siak Regency in terms of the coach aspect is categorized as very good with the percentage of answers 81.7%. 3) The development of Karate Inkanas in Minas District, Siak Regency in terms of the organizational aspect is categorized as very good with the percentage of answers 90.0%. 4) The development of Karate Inkanas in Minas District, Siak Regency in terms of all aspects is categorized as very good with an answer percentage of 86.2%.

Keywords: Sports coaching, Karate



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

F.A.3.10

Jalan Kaharuddin Nasution No. 113 P. Marpoyan Pekanbaru Riau Indonesia – Kode Pos: 28284
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Website: www.uir.ac.id Email: info@uir.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GANJIL TA 2021/2022

NPM : 176610410
 Nama Mahasiswa : YONLYGUS VEJI KITRA
 Dosen Pembimbing : 1. RICES JATRA S.Pd., M.Pd 2.
 Program Studi : PENDIDIKAN OLAAHRAGA (PENJASKESREK)
 Judul Tugas Akhir : Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : Inkanas Karate Sports Development in Minas District, Siak Regency
 Lembar Ke :

No	Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil/ Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	06-01-2021	Bab I dan II	Judul diterima dan diberikan pembimbing	
2	29-03-2021	Bab II	1. Perbaiki jenis penelitian 2. Perbaiki populasi dan teknik pengambilan sampel	
3	12-04-2021	BAB II	1. Perbaiki literatur dari jurnal di google scholar 2. Jangan gunakan buku cetak sekolah	
4	15-04-2021	Acc Seminar	Acc ujian seminar	
5	20-07-2021	Bab IV dan V	1. Tambahkan literature 2. Perbaiki pembahasan	
6	29-07-2021	BAB IV dan V	1. Tambahkan dokumentasi 2. Tampilkan hasil uji validitas angket	
7	07-08-2021	BAB IV dan V	1. Perbaiki pembahasan dan juga bahasa asing di cetak miring 2. Lengkapi lampiran 3. Lengkapi pengesahan	
8	09-08-2021	Acc Ujian Kompre	Acc Ujian Komprehensif	

Pekanbaru, 18 Agustus 2021...
 Wakil Dekan I/Ketua Departemen/Ketua Prodi

Dr. Miranti Eka Putri, S.Pd, M.Ed
 NIDN : 1005068201



Catatan :

1. Lama bimbingan Tugas Akhir/ Skripsi maksimal 2 semester sejak TMT SK Pembimbing diterbitkan
2. Kartu ini harus dibawa setiap kali berkonsultasi dengan pembimbing dan HARUS dicetak kembali setiap memasuki semester baru melalui SIKAD
3. Saran dan koreksi dari pembimbing harus ditulis dan diparaf oleh pembimbing
4. Setelah skripsi disetujui (ACC) oleh pembimbing, kartu ini harus ditandatangani oleh Wakil Dekan I/ Kepala departemen/Ketua prodi
5. Kartu kendali bimbingan asli yang telah ditandatangani diserahkan kepada Ketua Program Studi dan kopiannya dilampirkan pada skripsi.
6. Jika jumlah pertemuan pada kartu bimbingan tidak cukup dalam satu halaman, kartu bimbingan ini dapat di download kembali melalui SIKAD

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **YONLYGUS VEJI KITRA**
NPM : **176610410**
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**
Program studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**
Judul skripsi : **Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak.**

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya pegang dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun

Pekanbaru, Agustus 2021
Yang Menyatakan



YONLYGUS VEJI KITRA
176610410

KATA PENGANTAR

Pertama-tama puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah SWT, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul **“Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menuruskan penulisan skripsi guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Di Universitas Islam Riau.

Suatu kenyataan, bahwa selesainya penulisan ini adalah berkat bantuan berbagai pihak dan penyusun sangat berterima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada pihak tersebut, adapun pihak-pihak yang penyusun maksud adalah :

1. Rices Jatra, S.Pd, M.Pd, selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan waktu serta pengarahan– pengarahan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.
2. Leni Apriani, S.Pd., M.Pd, selaku Ketua Prodi Penjaskesrek Universitas Islam Riau yang telah memberikan masukan- masukan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.
3. Raffly Henjilito, S.Pd, M.Pd selaku sekretaris Prodi njaskesrek Universitas Islam Riau yang telah membantu segala hal administrasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Pegawai/ Staf Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah membantu penyusun dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Orang tua penyusun yaitu Ayahanda, Ibunda, Kakak dan Adik saya yang telah memberikan dorongan, do'a serta semangatnya kepada penyusun.
6. Teman- teman seperjuangan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yakni :

Demikianlah penyusun sampaikan agar karya ini tidak menjadi halangan dikemudian hari baik bagi penyusun maupun pihak lain yang yang membacanya dan juga berguna bagi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan Rekreasi umumnya, dan akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Pekanbaru, Agustus 2021
Penulis



YONLYGUS VEJI KITRA
176610410

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	8
1. Hakekat Pembinaan Olahraga.....	8
2. Hakikat Karate.....	20
B. Kerangka Pemikiran	27
C. Hipotesis.....	28
BAB III. METEDOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Populasi dan Sampel	29
C. Defenisi Operasional.....	30
D. Pengembangan Instrumen.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisa Data.....	31

BAB IV. PENGOLAHAN DATA

A. Deskripsi Data Penelitian.....	33
1. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek Atlet	33
2. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek Pelatih	35
3. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari Aspek organisasi	37
B. Analisa data.....	38
C. Pembahasan.....	39

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40

DAFTAR PUSTAKA.....	41
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	43
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek Atlet	34
2. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek pelatih.....	35
3. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek organisasi	37
4. Rekapitulasi Persentase Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Keseluruhan Aspek	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Angket Uji Validitas	45
2. Rekapitulasi jawaban uji validitas	49
3. Angket penelitian.....	53
4. Rekapitulasi Jawaban Responden.....	56
5. Daftar Pengurus Organisasi Dojo Inkanas Kecamatan Minas.....	60
6. Nama Nama Sampel Penelitian	61
7. Dokumentasi penelitian	62



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan pembentukan pribadi berperilaku disiplin dan sehat, pada saat melakukan gerakan-gerakan aktivitas olahraga bertujuan untuk membuat kondisi fisik tubuh menjadi sehat dan bugar, karena di dalam olahraga di ajarkan untuk terbiasa hidup disiplin, Sebab olahraga merupakan salah satu kebutuhan hidup yang harus dipenuhi oleh setiap manusia dan terdapat aturan- aturan tertentu yang harus di patuhi oleh setiap pelaksanaannya. selain itu dengan olahraga secara rutin dan tepat dapat membuat manusia menjadi sehat dan kuat, baik secara jasmani maupun rohani. Sesuai dengan motto olahraga yang berbunyi “*mens sana en corpore sano*” artinya dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Sehingga perkembangan olahraga yang semakin pesat pada saat ini membutuhkan penanganan dan persiapan yang matang untuk memajukan bidang olahraga di Indonesia. Hal ini perlu dilakukan pembinaan-pembinaan olahraga prestasi. Pembinaan olahraga telah di buat oleh pemerintah kedalam undang-undang keolahragaan.

Upaya peningkatan pembinaan olahraga juga termasuk aspek yang diatur dalam undang-undang keolahragaan. Sesuai dengan Undang-Undang Dasar Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 yang berbunyi sebagai berikut : “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional pada masa kini dan masa yang akan datang, serta peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu melewati tantangan

perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional”

Berdasarkan kutipan di atas, dapat di jelaskan bahwa kegiatan pembinaan dan pengembangan dalam bidang olahraga untuk membentuk individu yang sehat dan bugar. Semakin kuatnya suatu bangsa juga terdapat orang-orang yang sehat di dalamnya. Tetapi agar mencapai semua itu tidaklah mudah, perhatian khusus untuk minat dan potensi dengan pembinaan yang baik dan fasilitas yang telah disediakan oleh lembaga-lembaga keolahragaan tersebut untuk mencapai tujuan keolahragaan. Salah satu bentuk pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga yang telah ada di lingkungan masyarakat adalah pembinaan olahraga bela diri karate. Sebab atlet merupakan sosok penting pada suatu cabang olahraga, dan atlet yaitu seseorang yang menjalankan aktifitas olahraga tersebut.

Atlet salah satu sebutan pada seseorang yang menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berlaga dalam sutau event atau pertandingan. Atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan. Dalam beberapa cabang olahraga, perlunya pembinaan atau pelatih yang dapat mengeluarkan potensi atlet tersebut supaya proses latihan dapat berjalan maksimal.

Karate merupakan salah satu seni bela diri yang kepopulerannya telah merambah belahan dunia lainnya. Jika meruntut pada sejarah karate itu sendiri, maka kita harus menyebut *kata* “Okinawa”, sebuah daerah yang ada di Jepang. Menurut beberapa sumber, di awal kemunculannya, karate-do disebut dengan nama “tote” yang memiliki arti “tangan cina”. Tote ini memang berasal dari Cina,

namun sejak memasuki wilayah Jepang, dengan semangat nasionalisme yang tinggi, seorang tokoh bernama Gichin Funakosi kemudian mengubah kanji Okinawa dari Tote menjadi kanji Jepang dan menjadi Karate atau tangan kosong. Hal ini dimaksudkan agar bela diri ini lebih mudah diterima oleh masyarakat Jepang pada saat itu. Sebagaimana diketahui, perkembangan karate di Indonesia dimulai pada tahun 1963 dan tak bisa lepas dari nama beberapa mahasiswa yakni: Baud AD Adikusumo, Mochtar Ruskan, Karianto Djojonegoro dan juga Ottoman Noh. Mereka yang kemudian bekerja sama mendirikan Dojo di kota Jakarta. Aliran yang mereka kembangkan adalah Shoto-kan dan mulai berkembang hingga saat ini.

Sejarah masuknya INKANAS di Kecamatan Minas Kabupaten Siak pertama kali dibawa oleh Senpai Adi Sartono pada tanggal 4 April 2010. Ini merupakan perubahan dari perguruan Inkai menjadi Inkanas. Pelaksanaan latihan di SDN 001 Minas. Selanjutnya di tahun yang sama 2010 dibentuknya pengurus karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak yang diketuai oleh Bapak Adi Sartono, dari terbentuknya pengurus perguruan karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak secara perlahan mulai berkembangnya karate Inkanas di Kecamatan Minas. Saat ini terdapat 30 anggota dan juga terdapat 1 orang pelatih kepala.

Mempelajari karate memiliki segudang manfaat untuk kesehatan kita, baik fisik maupun mental. Disamping itu olahraga beladiri karate adalah olahraga prestasi yang dipertandingkan baik di arena regional maupun internasional. Dalam olahraga beladiri karate yang sering dipertandingkan adalah nomor *kata* dan

kumite. di Indonesia telah banyak diadakan kejuaraan karate tingkat Daerah dan Nasional mulai dari kelas *kumite* junior sampai dengan senior antar perguruan karate Indonesia yaitu nomor pertandingan *kata* (jurus) putra dan putri *kumite* putra dan putri.

Untuk mencapai prestasi yang baik dalam bidang olahraga karate, tentu membutuhkan suatu kerja keras dan latihan yang intensif. Beberapa faktor pendukung yang harus dipenuhi guna mencapai prestasi yang membanggakan. Salah satu yang paling utama adalah sarana pendukung. Sebagai cabang olahraga yang sedang berkembang. Seharusnya dalam proses pembinaanya dilengkapi dengan fasilitas pendukung yang memadai. Fasilitas itu dapat berupa sarana latihan, dan ketersediaan tempat berlatih yang nyaman bagi atlet, adanya pelatih yang mendampingi dalam latihan dan pembinaan yang baik kepada para atlet dengan sarana dan prasarana yang memadai.

Berdasarkan pengamatan yang telah peneliti lakukan dari sudut pembinaan olahraga karate INKANAS di Pengurus Kecamatan Minas Kabupaten Siak yang kurang aktif dalam beberapa tahun ini, ditemui gejala sebagai berikut : masih kurang memadainya sarana dan prasarana latihan bagi atlet. Suasana tempat latihan yang kurang nyaman bagi atlet. Pelatih telah memiliki program latihan yang cukup memadai. Prestasi atlet dari Inkanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak masih kurang memuaskan. Kepengurusan organisasi belum tersusun sempurna karena ada beberapa jabatan yang dirangkap oleh satu orang. Perhatian dari pemerintah setempat yang belum maksimal. Terbatasnya dan yang tersedia

sehingga cukup menghambat pelaksanaan kegiatan latihan ataupun ketika hendak mengikuti kejuaraan.

Oleh karena hal tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Masih kurang memadainya sarana dan prasarana latihan bagi atlet.
2. Suasana tempat latihan yang kurang nyaman bagi atlet.
3. Pelatih telah memiliki program latihan yang cukup memadai.
4. Prestasi atlet dari Inkanas Kabupaten siak masih kurang memuaskan.
5. Kepengurusan organisasi belum tersusun sempurna karena ada beberapa jabatan yang dirangkap oleh satu orang.
6. Perhatian dari pemerintah setempat yang belum maksimal.
7. Terbatasnya dan yang tersedia sehingga cukup menghambat pelaksanaan kegiatan latihan ataupun ketika hendak mengikuti kejuaraan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek atlet?

2. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek pelatih?
3. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek organisasi?

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang disebutkan di atas, maka penulis mengemukakan perumusan masalah yaitu:

1. Bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek atlet?
2. Bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek pelatih?
3. Bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek organisasi?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penulis untuk meneliti yaitu :

1. Untuk mengetahui bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek atlet.
2. Untuk mengetahui bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek pelatih?
3. Untuk mengetahui bagaimanakah pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek organisasi?

F. Manfaat Penelitian

Kegunaan dari penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat memberikan manfaat diantaranya:

1. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S1) pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bagi atlet, dapat mengembangkan kemampuan prestasi atlet Karate Inkanas di Kecamatan Minas.
3. Sebagai bahan masukan bagi para Pembina dan pelatih karate terutama dalam meningkatkan prestasi atlet.
4. Sebagai referensi bacaan bagi mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
5. Bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakekat Pembinaan Olahraga

a. Pengertian Pembinaan

Pembinaan adalah usaha-usaha yang dilakukan secara sadar, berencana, teratur dan terarah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan subyek didik dengan pengarahannya, bimbingan, pengawasan (aktivitas) stimulasi dan pengawasan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Zainudin (2016:6) menjelaskan dalam KBBI pembinaan merupakan proses, cara, pembuatan pembinaan, pembaharuan, penyempurnaan, usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara efisien dan efektif untuk memperoleh hasil yang lebih baik lagi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka setiap pembinaan olahraga bertujuan meningkatkan prestasi, diperlukan sarana penunjang yang meliputi faktor bakat, kesehatan gizi, organisasi, fasilitas atau sarana dan prasarana, lingkungan serta pembinaan

Firdaus (2011:128) menjelaskan bahwa Pengembangan keolahragaan dalam tatanan sistem keolahragaan nasional dikembangkan melalui tiga pilar yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan yang dilaksanakan baik pada jalur formal maupun non formal melalui kegiatan intra dan atau ekstrakurikuler. Olahraga rekreasi merupakan olahraga yang bertujuan untuk

mengembangkan kesadaran masyarakat untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, kesenangan dan hubungan sosial, sedangkan olahraga prestasi dikhususkan untuk pencapaian prestasi baik dalam kejuaraan tingkat daerah, nasional, regional maupun internasional

Reza (2016:1) menjelaskan pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat penting dalam perkembangan dunia olahraga, dikarenakan berkembang tidaknya dunia olahraga itu tergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, baik pembinaan dilingkungan masyarakat, sekolah, balai diklat, baik ditingkat lokal, nasional, maupun internasional, dimana semuanya membutuhkan suatu mekanisme yang lebih baik dalam membina olahraga.

Kosasih, (2005:4). Untuk mencapai prestasi yang tinggi diperlukan langkah-langkah pembinaan yaitu permasalahan dengan pembibitan olahragawan atau atlet yang dimulai dengan anak usia sekolah. Permasalahan olahraga harus dilaksanakan dengan sungguh-sungguh karena melalui permasalahan olahraga harus dapat menemukan bibit olahragawan berbakat yang prestasinya dapat ditingkatkan

Dari uraian di atas sangat jelas untuk mendapatkan hasil prestasi yang tinggi sebaiknya kita melakukan pembinaan dan pembibitan atlet dari usia dini sehingga dapat membangkitkan bakat dan kemampuan olahraga yang dimiliki anak tersebut.

Menurut pendapat Yulianto (2019:3) menjelaskan pencapaian prestasi dalam olahraga sangat didukung oleh beberapa faktor, diantaranya pembinaan prestasi. Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan

terarah menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi.

Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dalam Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional diartikan sebagai usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan. Tujuan keolahragaan memiliki macam kegiatan, tergantung dari keinginan pelakunya. Jika seorang ingin berprestasi pada suatu cabang olahraga tertentu, maka orang tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga prestasi sesuai olahraga yang disukainya, yaitu kegiatan pembinaan olahraga untuk mencapai suatu prestasi dalam hal ini yaitu prestasi olahraga karate.

Syafruddin (2011:3) Seringkali orang mengkonotasikan ilmu kepelatihan dengan pembinaan olahraga prestasi tinggi, sehingga mengatakan bahwa ilmu kepelatihan hanya diperlukan untuk melatih para atlet agar dapat meraih suatu prestasi tinggi (puncak). Sebenarnya pendapat demikian adalah keliru dan kurang tepat. Ilmu kepelatihan tidak hanya diperlukan dalam pembinaan olahraga prestasi tinggi, akan tetapi juga tidak kalah pentingnya untuk keperluan pembinaan olahraga sekolah, olahraga kesehatan dan kesegaran, olahraga rekreasi dan olahraga rehabilitasi (penyembuhan). Sebagaimana fungsi ilmu kepelatihan dalam setiap bidang pembinaan tersebut.

Dapat disimpulkan dari uraian di atas ilmu kepelatihan dengan pembinaan tidak hanya untuk meraih olahraga prestasi tinggi, tetapi dapat digunakan atau difungsikan kedalam pengajaran peserta didik di sekolah, olahraga kesehatan,

olahraga rekreasi dan rehabilitas dengan pembinaan ilmu kepelatihan dibidang masing-masing.

Triyasari (2016:42) Disebutkan bahwa untuk membina dan melahirkan atlet berprestasi diperlukan suatu pembinaan jangka panjang yang memerlukan penanganan secara sistematis, terarah, berencana dan konsisten serta dilakukan sejak usia dini atau usia anak sekolah, meningkatkan usaha pembibitan dan pembinaan olahraga prestasi harus dilakukan secara komprehensif melalui lembaga pendidikan sebagai pusat pembinaan di bawah koordinasi masing-masing organisasi olahraga bersama-sama dengan masyarakat demi tercapainya sasaran prestasi yang membanggakan ditingkat internasional.

Menurut Syafruddin (2011:5) menjelaskan pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga. Dalam hal ini dapat diartikan dengan pembinaan cabang olahraga yang ditujukan untuk menghadapi kompetisi/pertandingan/perlombaan mulai dari tingkat yang paling rendah sampai ketingkat internasional. Sedangkan yang dimaksud dengan prestasi olahraga itu sendiri adalah hasil yang diperoleh atau yang dicapai oleh seseorang melalui kegiatan olahraga atau berolahraga.

Irmansyah (2017:25) menjelaskan pembinaan olahraga prestasi ditujukan untuk kemajuan semua cabang olahraga yang ada di Indonesia, setiap cabang olahragamemi-lik program pembinaan prestasi masing-masing baik dari tingkat daerah dan nasional. Tujuan utama dari program pembinaan prestasi adalah pembinaan atlet dari usia dini, pencarian bakat-bakat atlet dalam setiap cabang olahraga dan mampu mencapai prestasi maksimal.

Faktor atlet meliputi : Rekrutmen Atlet, Jumlah Atlet, Pembinaan Atlet, Program dan Jadwal Latihan. Sementara itu factor pelatih meliputi : Program Latihan, Jadwal Latihan, Jumlah Pelatih, Sertifikasi Pelatih. Factor organisasi meliputi : Manajemen Pengurus, Pendanaan, Rekrutmen Pelatih dan Atlet, dan Sarana dan Prasarana.

Harsuki dalam Nurito (2013:142) menjelaskan pembinaan prestasi dalam dunia olahraga menjadi pusat perhatian dalam peningkatan prestasi olahraga. Pembinaan olahraga nasional dapat berjalan dengan baik bila komponen-komponen penting dalam jalur-jalur pembinaan terlaksana dengan baik. Komponen di dalam sistem pembinaan olahraga nasional adalah : 1) Tujuan, 2) Manajemen, 3) Faktor ketenagaan, 4) Atlet, 5) Sarana dan prasarana, 6) Struktur dan isi program, 7) Sumber belajar, 8) Metodologi, 9) Evaluasi dan penelitian, serta 10) Dana.

Menurut Mylsidayu dan Kurniawan (2015:38) , berikut adalah tahap-tahap pembinaan prestasi: 1) pengembangan multilateral; 2) pengembangan spesialis; dan 3) prestasi tinggi. Multilateral adalah pengembangan fisik secara keseluruhan. Pengembangan multilateral merupakan hal yang penting bagi anak-anak untuk mengambangkan berbagai keterampilan dasar yang dapat membantu anak menjadi atlet dalam memenuhi latihan cabang olahraga khusus.

Menurut KONI dalam Budiarte (2014:27) menjelaskan pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat berperan dikarenakan berkembang atau tidaknya dunia olahraga itu tergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, baik pembinaan di lingkungan masyarakat, sekolah maupun klub. Ada beberapa

kegiatan dasar yang dilaksanakan dalam proses pembinaan atlet untuk mencapai prestasi, adapun kegiatan-kegiatan tersebut secara berurutan ialah : 1). Pemasalan, 2). Pembibitan, 3). Pemandu bakat, 4). Pembinaan, 5). Sistem latihan.

Lutan, dkk. (2000) dalam Fitri (2014:59) menyatakan bahwa untuk mendapatkan atlet berbakat, program pembinaan pada usia dini tidaklah mudah, pembinaan yang benar akan menentukan masa depan atlet tersebut dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya. Keberhasilan pembinaan tidak hanya bergantung pada tahapan-tahapan latihan, tetapi juga terdapat faktor-faktor dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal) diri atlet yang dapat mempengaruhi berhasil atau tidaknya pembinaan yang dilakukan.

b. Faktor Yang Berpengaruh Dalam Pembinaan Olahraga Prestasi

Prestasi yang setinggi-tingginya adalah tujuan utama dalam proses berlatih melatih olahraga. Untuk mencapai tujuan tersebut banyak faktor yang berperan, berpartisipasi dan menentukan ilmu pengetahuan dan teknologi. Menurut Budiwanto (2012:3) menjelaskan faktor yang berperan, berpartisipasi dan menentukan dalam mencapai prestasi yaitu faktor atlet, pelatih, peran pemerintah, partisipasi masyarakat, manajemen dan organisasi olahraga, sarana dan prasarana, serta ilmu pengetahuan dan teknologi.

1) Faktor Atlet

Keterampilan olahraga yang tinggi memerlukan profil biologis khusus atlet serta mengenali kemampuan gerak tubuh dan ciri-ciri kekuatan psikologis. Mengidentifikasi bakat secara ilmiah adalah penting untuk pemanduan dan memilih calon atlet yang diharapkan mempunyai keterampilan olahraga yang

tinggihan berprestasi. Bumpa (1994) dalam Budiwanto (2012:4) menjelaskan mengemukakan tentang faktor-faktor penting dalam mengidentifikasi bakat, yaitu kapasitas gerak, kapasitas psikologi dan kualitas biometrik termasuk pengukuran somatotipe dan antropometri badan. Meskipun faktor-faktor penting tersebut berlaku untuk semua cabang olahraga, ada perbedaan titik berat pada setiap cabang olahraga.

Budiwanto (2012:4) Faktor yang lain yang berperan dalam pencapaian prestasi adalah faktor kebiasaan kehidupan sehari-hari atlet. Yang perlu perhatian adalah pola hidup sehat yang meliputi pengaturan waktu latihan, waktu istirahat, dan kegiatan lainnya. Faktor yang lain adalah tidur yang cukup dan teratur, menghindari rokok, alkohol dan narkoba, makan yang bergizi dan teratur, kehidupan sex yang normal, ada waktu untuk rekreasi yang sehat, dan selalu kontrol kesehatan

Lebih lanjut Budiwanto (2012:4) Lingkungan kehidupan atlet harus diperhatikan juga, antara lain lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Lingkungan fisik terdiri dari rumah tempat tinggal atau asrama atlet yang sehat dan nyaman, kamar-kamar cukup luas, bersih, cukup penerangan, cukup air, ventilasi udara yang cukup, kelembaban udara yang segar, bebas polusi dan tersedia kamar mandi. Lingkungan sosial antara lain tentang hubungan yang akrab dan kekeluargaan antara atlet yang satu dengan yang lain, sopan santun, saling menghargai dan menghormati, masing-masing atlet merasa terjamin privasinya, rasa nyaman dan aman, rasa kebersamaan.

Hariono, (2005: 137) dalam Saputri (2013:713) menjelaskan pembinaan prestasi olahraga usia dini dapat dilakukan secara sistematis melalui pendidikan olahraga di sekolah yang berkoordinasi dengan induk organisasi cabang olahraga masing-masing. Oleh karena itu, pembibitan calon olahragawan tepat dilakukan sejak masih usia muda (anak-anak). Dengan demikian, kelompok yang tepat dijadikan objek pemassalan dan pembinaan adalah pelajar di Sekolah Dasar sampai dengan SLTP kelas 2, yang rata-rata masih berusia antara 6-14 tahun. Kelompok pelajar sekolah dasar merupakan usia emas (golden age) yang tepat untuk meletakkan dasar-dasar keterampilan gerak. Usia emas anak sekolah dasar dikelompokkan menjadi dua, yaitu: (1) usia bermain, adalah kelompok kelas bawah (kelas 1, 2 dan 3) dan (2) usia pengembangan keterampilan olahraga, adalah pada kelompok kelas atas (4, 5 dan 6). Dengan demikian proses pembinaan olahraga prestasi harus diawali sejak masih usia dini.

2) Faktor Pelatih

Budiwanto (2012:7) Peorang pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan, yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet yang dilatihnya. Maka seorang pelatih hendaknya selalu berusaha untuk menjadi profesional dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang berhubungandengan pelatihan dan cabang olahraga yang dilatihkan. Dalam kegiatan pelatihan olahraga modern banyak masalah yang terjadi dan harus dipecahkan dengan cepat dan tepat. Salah satu pendekatan pemecahan masalah adalah menggunakan pendekatan ilmu pengetahuan. Beberapa pengetahuan yang diperlukan antara lain pengetahuan pelatihan olahraga, anatomi dan fisiologi

olahraga, ilmu jiwa dan kesehatan mental, biomekanika serta tes dan pengukuran. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh melalui pendidikan, membaca buku, kursus dan penataran, dan juga diskusi dengan teman sejawat sesama pelatih.

Wachowski: (1975) dalam Budiwanto (2012:8) Membicarakan otoritas pelatih merupakan masalah yang sangat rumit. Faktor-faktor yang mungkin membentuknya adalah pengakuan masyarakat terhadap profesi, pengetahuan profesional, riwayat sebagai atlet, kualitas kepribadian, efisiensi fisik, kecerdasan, minat dan sebagainya. Selain itu perlu didukung oleh faktor lainnya, yaitu kemampuan dedaktik, rasa adil, ketekunan, sikap positif terhadap atlet, kelakuan baik, jujur, dan cerdas. Selain itu, ada beberapa faktor yang perlu dihindari bagi seorang pelatih antara lain riwayat kurang terhormat, tidak hati-hati dalam bekerja, suasana batin yang selalu bergejolak, tidak dapat menguasai diri dalam perbedaan paham, penampilan yang tidak rapi, peringai yang kasar, munafik dan sebagainya.

3) Faktor Peran Pemerintah

Budiwanto (2012:9) Dalam upaya pembangunan olahraga pada umumnya dan khususnya upaya peningkatan prestasi atlet, pemerintah mempunyai peran sebagai fasilitator, meng-akomodasi dan menciptakan iklim yang kondusif kegiatan olahraga. yang dilakukan masyarakat atau organisasi olahraga. Pemerintah dalam hal ini adalah para elite atau para pemimpin pemegang kendali kebijakan dan pengambil keputusan yang secara langsung maupun tidak langsung berkaitan dengan kegiatan olahraga.

Budiwanto (2012:9) Peran pertama adalah kemauan dan kemampuan para pemimpin atau pemegang kebijakan di bidang olahraga dalam memaksimalkan potensi dan sumber daya yang ada untuk meningkatkan prestasi olahraga. Peran kedua, pemerintah pusat maupun di daerah mampu membangun, pengadaan, dan menyediakan sarana dan prasarana olahraga.

Budiwanto (2012:9) Peran ketiga adalah memfasilitasi dan membantu peningkatan kualitas, profesionalisme dan kompetensi sumber daya manusia bidang olahraga terutama pelatih-pelatih cabang olahraga yang secara langsung terjun di lapangan. Peran keempat adalah dukungan dana yang diperlukan untuk membiayai berbagai kegiatan olahraga, kegiatan penunjang lainnya yang berkaitan dengan olahraga, serta pengadaan alat-alat dan pembangunan fasilitas olahraga.

Budiwanto (2012:9) Peran kelima, pemerintah berkewajiban memberikan perlindungan hukum material maupun immaterial terhadap semua kegiatan yang berkaitan dengan olahraga. Peran keenam, pemerintah berkewajiban memberikan penghargaan, tanda jasa, kesejahteraan atau fasilitas lain kepada semua unsur yang berhasil mengangkat, mengharumkan dan membela nama bangsa dan negara dalam berbagai kegiatan yang berkaitan dengan keolahragaan di tingkat nasional maupun internasional. Peran ketujuh, pemerintah mampu memfasilitasi dan menciptakan iklim yang kondusif bagi perkembangan industri yang berkaitan dengan olahraga dan koperasi olahraga.

4) Partisipasi masyarakat,

Budiwanto (2012:10) menjelaskan perlu kita bangun paradigma baru tentang pemberdayaan masyarakat dalam pembangunan olahraga dan khususnya partisipasi masyarakat dalam meningkatkan kegiatan olahraga prestasi. Sehingga tanggung-jawab dan peran serta masyarakat akan lebih besar dibanding pemerintah. Pengertian masyarakat di sini adalah semua pihak yang bukan pemerintah, yang terlibat dan mempunyai komitmen dalam upaya pembangunan olahraga, kegiatan olahraga prestasi, dan kegiatan olahraga lainnya. Partisipasi yang diharapkan dari masyarakat antara lain pengadaan dan pembangunan sarana dan prasarana olahraga, menghimpun dan menggali dana atau menjadi penyandang dana dalam berbagai kegiatan olahraga, menggerakkan dan menggalakkan kegiatan olahraga di sekolah, perguruan tinggi, pabrik atau perusahaan, kantor atau di komplek pemukiman

5) Faktor manajemen dan organisasi olahraga,

Budiwanto (2012:10) menjelaskan keberhasilan pembangunan dan pembinaan bidang olahraga dan khususnya pembinaan olahraga prestasi ditentukan oleh faktor manajemen olahraga dan seluruh organisasi dan lembaga yang terlibat dan terkait dengan olahraga. Manajemen olahraga harus dilaksanakan secara sistematis dan terpadu, mencakup seluruh kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan pengendalian. Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, Direktorat Jenderal Pemuda dan Olahraga merupakan lembaga pemerintah yang bertanggung-jawab terhadap semua yang berkaitan dengan kegiatan olahragadi Indonesia.

Lembaga pemerintah, non pemerintah, dan semua organisasi profesi yang terkait dengan olahraga hendaknya bekerja sama secara sinergis menentukan arah kebijakan dan tindakan, meningkatkan kinerja untuk mencapai perkembangan, kemajuan olahraga secara keseluruhan, terutama pembinaan olahraga prestasi.

6) Faktor sarana dan prasarana

Budiwanto (2012:10) Untuk melaksanakan kegiatan olahraga prestasi, olahraga rekreasi dan olahraga pendidikan diperlukan penyediaan dan pengadaan sarana dan prasarana olahraga yang memadai. Penyediaan dan pengadaan sarana dan prasarana olahraga perlu mendapat perhatian dan realisasinya. Sarana meliputi perlengkapan atau perkakas (equipment) dan alat-alat olahraga (supplies). Prasarana adalah fasilitas yang meliputi stadion olahraga, lapangan permainan, kolam renang, gedung-gedung olahraga (sport hall), ruang senam, ruang beladiri.

7) Faktor ilmu pengetahuan dan teknologi.

Budiwanto (2012:11) Lembaga-lembaga ilmiah lainnya yang diharapkan berperan dalam peningkatan prestasi olahraga antara lain Pusat Pengkajian dan Pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga, Pusat Studi Olahraga di berbagai perguruan tinggi atau Bidang Penelitian dan Pengembangan KONI dan pada induk-induk organisasi olahraga. Selain itu, sumber daya manusia yang terlibat dalam ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga harus diperbanyak jumlahnya, ditingkatkan kualitasnya sesuai dengan pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga. Penelitian-penelitian bidang olahraga perlu ditingkatkan kualitas dan kuantitasnya. Yang tidak kalah pentingnya adalah

pengkajian ilmiah melalui seminar, lokakarya atau workshop, lewat tulisan di jurnal artikel di bidang olahraga harus digiatkan dan ditingkatkan kualitasnya.

Pembangunan bidang ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga perlu didukung kemampuan pemanfaatan, pengembangan, penguasaan teknik produksi, teknologi, ilmu pengetahuan terapan, dan pengetahuan dasar, secara seimbang dan terpadu. Selain itu perlu dukungan kelembagaan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga yang dinamis, efektif dan berkelanjutan. Pendekatan ilmiah berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga mutakhir dengan mempertimbangkan iptek olahraga tepat guna dan penggunaan produksi dalam negeri.

2. Hakikat Karate

a. Pengertian Karate

Menurut Simbolon (2014:1) menjelaskan karate adalah salah satu jenis olahraga bela diri yang ada di dunia, yang mana olahraga karate ini sudah berkembang dan sudah di kenal oleh orang banyak. Seni bela diri karate ini berasal dari Okinawa. Okinawa adalah sebuah pulau kecil yang sekarang sudah menjadi bagian dari Negara Jepang. Seni bela diri ini pertama kali disebut “*Tote*” yang berarti seperti “Tangan China”. Waktu karate masuk ke Jepang, nasionalisme Jepang pada saat itu sedang tinggi-tingginya, sehingga Sensei Gichin Funakoshi mengubah *kanji* Okinawa (*Tote*: Tangan China) dalam *kanji* Jepang menjadi “karate” (Tangan Kosong) agar lebih mudah diterima oleh masyarakat Jepang.

Gunawan dalam Purnama (2016:8) menjelaskan tujuan utama mempelajari karate yaitu untuk mengembangkan jasmani dan rohani secara seimbang. Belajar

karate mulanya hanya untuk menjaga diri dari serangan fisik dan ancaman musuh (kejahatan) dan setelah perkembangan zaman karate dapat digunakan untuk berprestasi. Pemahaman terhadap karate digambarkan pula sebagai seni perang atau metode beladiri yang meliputi bermacam-macam teknik, termasuk bertahan, menyerang, mengelak, bahkan merobohkan.

Lalu Simbola (2014:1) melanjutkan bahwa Karate terdiri dari atas dua kanji. Yang pertama adalah “*Kara*” dan berarti “kosong”. Dan yang kedua, “*te*”, berarti “tangan”. Yang dua *kanji* bersama artinya “tangan kosong” (pinyin: *kongshou*). Gichin Funakoshi mulai memperkenalkan karate mulai tahun 1921. Olahraga Beladiri Karate ini berbeda dengan olahraga bela diri lainnya karena olahraga ini yang di utamakan adalah seni gerakan dan prestasi atlet, artinya olahraga ini tidak melukai lawan atau sering dikatakan tidak full kontak waktu bertanding yang di nilai adalah seni gerakan atlet terlihat pada pertandingan *kata* dan *kumite*.

Ada beberapa aliran karate yang diakui oleh Japan Karatedo Federation (JKF) dan World Karatedo Federation (WKF) , yang dianggap sebagai gaya karate yang utama yaitu: Shotokan, Goju-Ryu, Shito-Ryu, dan Wado-Ryu. Menurut Saleh Moch dalam Purba, (2016:59) bahwa karate adalah suatu teknik beladiri dengan tangan kosong yang praktis. Suatu metode latihan fisik dan mental yang resmi dan merupakan olahraga beladiri yang dapat dipertandingkan. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa karate merupakan olahraga bela diri yang menuntut suatu keterampilan teknik dan rasa percaya diri dan menggunakan tangan kosong dan kaki untuk melumpuhkan lawan.

Eka dalam Damanik (2017:635) memaparkan pada dasarnya setiap Kohai (murid) yang berlatih untuk prestasi mendapatkan pengajaran dan latihan yang sama satu dengan lainnya baik itu untuk kumite maupun *kata*. Seseorang yang dapat melakukan kumite dengan baik belum tentu dapat melakukan gerakan *kata* dengan baik pula, tetapi bila dapat melakukan gerakan *kata* dengan baik sudah tentu seseorang tersebut dapat melakukan gerakan kumite yang baik. Karena semua gerakan serangan kumite terdapat di dalam *kata*, hanya saja *kata* merupakan rangkaian gerakan yang harus diperagakan secara berurutan dengan bentuk dan ritme yang tepat maka untuk dapat melakukan *kata* harus memiliki daya ingat yang kuat. *katadalam* karate dibagi lagi menjadi beberapa bagian yaitu *katadasar*, *sithe kata*, dan *tokui kata*. *katadasar* terdiri dari Taikyoku (Shodan, Nidan, dan Sandan) , Heian(Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, dan Godan).

b. Jenis Olahraga Karate

Simbolon (2014:2) menjelaskan teknik dalam karate terbagi menjadi tiga bagian utama yaitu :Kihon (Teknik Dasar) , *kata* (Jurus) , dan Kumite (Pertarungan). Berikut selengkapnya :

- 1) *Kihon* (Teknik Dasar) : Secara harfiah *kihon* berarti dasar atau fondasi. Praktisi karate menguasai *kihon* dengan baik sebelum mempelajari *kata* dan kumite. Pelatihan kihon mulai dari pukulan dan tendangan (sabuk putih) dan bantingan (sabuk coklat). Pada tahap *dan* atau sabuk hitam, dianggap telah menguasai teknik kihon dengan baik. Menurut Purba (2015:64) teknik-teknik dasar karate yang digunakan dalam kumite maupun *kata* lumayan banyak yaitu meliputi kuda-kuda (*dhaci*) , tangkisan (*uke*) , tendangan (*geri*) , pukulan

(tsuki) , dan semua gerakan tubuhyang digunakan dalam *kata* dan *kumite*. Lebih lanjut purba (2015:58) menjelaskan Hal-hal yang harus diperhatikan seorang karateka dalam melatih Kihon adalah sebagai berikut :

- a. Bentuk(Form) : Keseimbangan dan stabilitas sangat penting dalam latihan dasar. Misalnya, saat menendang dimana badan hanya ditopang oleh satu kaki saat diperlukan keseimbangan.
- b. Kekuatan dan Kecepatan(*Power and Speed*) : Teknik karate tidak akan berarti tanpa "kime", yaitu memusatkan/menyalurkan tenaga sebesar mungkin pada titik sasaran
- c. Pemusatan tenaga dan kondisi relax(*Concentration and relaxation of power*) : Tenaga maksimal tidak akan didapatkan dalam teknik karate jika hanya mengandalkan kekuatan otot-otot lengan waktu memukul atau otot-otot kaki saja dalam menendang. Tenaga yang maksimal akan didapatkan dari berbagai bagian tubuh yang di salurkan ke arah sasaran.
- d. Mengencangkan Otot-otot (*Strengthening muscle power*) : Seorang karateka jangan hanya mengerti prinsip-prinsip kihon saja, tapi harus juga tahu menggunakan otot-otot mana saja yang digunakan dengan mengencangkannya untuk menunjang suatu teknik karate, serta kapan dilemaskan kembali.
- e. Irama dan Waktu(*Rhythm and timing*) : Setiap gerakan karate mempunyai irama tersendiri dimana setiap karateka harus mengenal dan memahaminya

- f. Pinggul : Perputaran pinggul akan menambah tenaga pada gerakan karate. Makin dekat titik pusat berat (*center of gravity*) kepinggul akan membuat fondasi yang kuat, gerakan yang stabil, keseimbangan yang baik serta bentuk yang baik.
- g. Pernafasan: Seorang karateka harus bisa melakukan koordinasi antara pernafasan dengan teknik karate.

- 2) *Kata* : secara harfiah berarti pola atau bentuk. *kata* dalam karate tidak hanya merupakan latihan fisik atau aerobic biasa. Tetapi juga mengandung pelajaran tentang prinsip bertarung. Setiap *kata* memiliki ritme gerakan dan pernafasan yang berbeda. Dalam *kata* ada yang dinamakan *bunkai*. *Bunkai* berarti aplikasi yang dapat digunakan di gerakan-gerakan dasar *kata*.

Darmalis (2017:5) menjelaskan *kata* juga mengandung falsafah hidup. Hal penting yang harus dipahami dan diterapkan oleh praktisi karate yaitu :

- (a) Setiap *kata* mempunyai jumlah gerakan dan urutan teknik yang tetap.
- (b) Setiap *kata* diawali dan diakhiri pada tempat yang sama serta mengikuti garis peragaanya/ embusen.
- (c) Dalam melakukan *kata* selalu diawali dan diakhiri dengan hormat.
- (d) Setiap *kata* memiliki irama irama gerak tertentu, sehingga penghayatan dari masing masing teknik menjadi mutlak di perlukan.
- (e) Bentuk teknik yang benar, pengaturan nafas, kekuatan dan ketajaman teknik, kelembutan dan tinggi rendahnya kuda kuda harus dikuasai benar oleh karateka.

3) *Kumite*

Kumite secara harfiah berate “pertemuan tangan”. Kumite dilakukan oleh murid murid tingkat lanjut “ sabuk biru atau lebih”. Tetapi sakarang ada dojo yang mengajarkan kumite pada tingkat pemula. Untuk kumite aliran olahraga lebih dikenal dengan kumite shiai atau kumite pertandingan.

c. **Teknik Dasar Karate**

Wijaya (2020:39) Berikut adalah beberapa bentuk teknik dasar karate:

a) **Dachi (Kuda-kuda)**

Kuda-kuda adalah elemen penting pada olahraga manapun. Hal-hal berikut ini sangat erat hubungannya dengan bentuk kuda-kuda yang baik, antara lain: a) saat menyerang atau bertahan, keseimbangan harus terjaga dengan baik; b) putar pinggul saat melakukan suatu teknik; c) setiap teknik dilancarkan dengan kecepatan yang maksimal; dan d) pastikan otot-otot yang digunakan pada saat menyerang atau bertahan bekerja secara harmonis.

Karena itu, pertimbangan yang pertama dalam karate adalah pembentukan kuda-kuda yang kokoh. Berikut ini adalah kuda-kuda yang utama pada karate: a) shizen –tai(posisi netral, atau posisi waspada) ; b) zenkutsu dachi(kuda-kuda depan) ; c) kokutsu dachi(kuda-kuda belakang) ; d) kiba dachi(kuda-kuda tengah/kuda-kuda dengan kaki dibuka lebar) ; e) shiko dachi(kuda-kuda persegi empat) ; f) fudo dachi (kuda-kuda mengakar) ; g) neko ashi dachi(kucing berdiri) ; h) sanchin dachi(kuda-kuda jam pasir) ; dan i) hangetsu dachi (kuda-kuda bulan sabit).

b) Uke (Tangkisan)

Hal yang perlu diperhatikan dalam membela diri yaitu bentuk, arah atau lintasan dari serangan lawan, posisi (sikap tangan, kuda-kuda, dan tubuh) , gerak untuk membela, dan teknik tangkisan yang sesuai dengan serangan lawan. Anggota badan yang dapat dipergunakan untuk menangkis adalah lengan (dengan satu lengan atau dua lengan dan kaki). Dasar-dasar tangkisan adalah sebagai berikut: a) Gedan Barai (tangkisan pukulan atau tendangan ke arah perut) ; b) soto uke(tangkisan dari luar) ; c) uchi uke (tangkisan dari dalam) ; d) age uke(tangkisan mengangkat ke atas) ; dan e) shuto uke (tangkisan dengan sisi telapak tangan).

c) Tsuki (Pukulan)

Teknik memukul lurus ke depan terdiri dari tiga jenis sasaran, yaitu: a) pukulan atau tinjauan lurus ke tengah (chudan tsuki) dengan sasaran ulu hati atau perut; b) pukulan lurus ke atas (jodan tsuki) dengan sasaran mulai dari kemaluan ke bawah. Berdasarkan cara melepas pukulan, tsuki dapat dibagi sebagai berikut: a) oi tsuki adalah pukulan dimana tangan yang memukul sama dengan kaki yang maju; b) gyaku tsuki adalah pukulan dimana tangan yang memukul berlawanan dengan kaki yang maju; c) ren tsuki adalah pukulan beruntun secara cepat dua atau tiga kali dengan tangan yang bergantian; d) dan tsuki adalah pukulan beruntun dengan yang sama secara cepat, dua atau tiga kali; dan 5) morote tsuki adalah pukulan dengan dua tangan sekaligus.

d) Geri (Tendangan)

Menendang sangat penting pada karate, seperti halnya dengan teknik-teknik tangan. Pada dasarnya tendangan mempunyai tenaga yang lebih besar daripada pukulan. Keseimbangan yang baik sangat penting, tidak hanya disebabkan karena berat badan hanya ditahan oleh satu kaki, tetapi juga disebabkan karena guncangan yang terjadi setelah tendangan mengenai sasarannya. Untuk itu diperlukan kaki tumpuan yang mantap dan mempunyai kekuatan yang cukup untuk mempertahankan keseimbangan badan.

Beberapa teknik tendangan sebagai berikut: a) *mae geri*: tendangan dengan *chusoku* dan diarahkan ke daerah perut; b) *mawashi geri*: tendangan melingkar ini dengan *chusoku*; c) *yoko geri*: tendangan kesamping ini diarahkan ke daerah perut, leher dengan menggunakan *sokuto*; d) *ushiro geri*: tendangan ini diarahkan ke belakang dengan menggunakan *kakato*; dan e) *ushiro mawashi geri*: tendangan melingkar ke belakang ini juga menggunakan tumit.

B. Kerangka Berpikir

Usaha peningkatan prestasi olahraga karate akan berhasil apabila dilaksanakan melalui program pembinaan yang terencana dan terarah. Untuk mencapai tujuan itu beberapa faktor yang erat kaitannya dengan unsur penunjang, karena faktor tersebut berpengaruh pada baik buruknya prestasi olahraga karatesaat ini yang sedang melakukan pembinaan. Semua faktor tersebut saling mempengaruhi terhadap pembinaan olahraga karate.

Prestasi yang setinggi-tingginya adalah tujuan utama dalam proses berlatih melatih olahraga. Untuk mencapai tujuan tersebut banyak faktor yang berperan, berpartisipasi dan menentukan ilmu pengetahuan dan teknologi. Faktor yang berperan, berpartisipasi dan menentukan dalam mencapai prestasi yaitu faktor atlet, pelatih, peran pemerintah, partisipasi masyarakat, manajemen dan organisasi olahraga, sarana dan prasarana, serta ilmu pengetahuan dan teknologi.

Dari penjelasan tersebut di atas, maka dapat ditarik asumsi bahwa pembinaan olahraga karate INKANAS di Kecamatan Kabupaten Siak untuk mendapatkan prestasi yang maksimal sangat dipengaruhi oleh keadaan pelatih, program latihan yang baik, atlet, sarana dan prasarana yang baik dan memadai, serta manajemen dan organisasi yang baik pula.

C. Pertanyaan Penelitian

Rumusan pertanyaan penelitian ini adalah bagaimanakah pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak?

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Metode penelitian kuantitatif sebagai mana yang dijelaskan oleh Sugiyono (2011:14) adalah :“Metode penelitian sebagai metode yang berlandaskan pada filsafat positivisme; metode yang digunakan meleiti populasi atau sampel tertentu; teknik pengambilan sampel biasanya dilakukan dengan perhitungan teknik sampel tertentu yang sesuai; pengumpulan data kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.Kegunaan dalam penelitian ini untuk mendeskriptifkan atau mengetahui bagaimana pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak. Disamping itu untuk mendukung hasil dari data kuantitatif tersebut peneliti juga menggunakan data-data deskriptif agar hasil dari temuan yang diteliti lebih jelas adanya.

B. Populasi dan Sampel Penelitian.

1. Populasi

Menurut Arikunto (2006:130) menjelaskan “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Jadi, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet, pelatih, Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak. Adapun jumlah dari karate sebanyak 30 orang karateka dan 1 orang pelatih.

2. Sampel

Dalam Arikunto (2006:134) menjelaskan “Sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil

semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel penelitian ini adalah 31 orang.

C. Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman tentang judul yang akan diteliti maka penulis perlu menjelaskan istilah yang berkaitan dengan judul skripsi ini yakni:

1. Pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga (Syafuruddin, 2011:5). Dalam penelitian ini yang dimaksud adalah pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak.
2. Karate adalah seni beladiri yang berasal dari daratan cina yang akhirnya berkembang dan populer di Jepang. Rata rata gerakan di Karate mengandalkan kekuatan tangan. Teknik Karate terbagi menjadi tiga bagian utama : *Kihon* (teknik dasar) , *kata*(jurus) dan *Kumite* (pertarungan).

D. Instrumen Penelitian

KISI-KISI PERNYATAAN PEMBINAAN OLAHRAGA KARATE INKANAS DI KECAMATAN MINAS KABUPATEN SIAK

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Jumlah Item	Alternatif Jawaban
pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak	Atlet	- Rekritmen Atlet - Jumlah Atet - Pembinaan Atlet - Program dan Jadwal Latihan	10 Item	Skala Guttman Ya = 1 Tidak = 0
	Pelatih	- Program Latihan - Jadwal Latihan - Jumlah Pelatih		Skala Guttman Ya = 1

		- Sertifikasi Pelatih	23 Item	Tidak = 0
	Organisasi	- Manajemen Pengurus - Pendanaan - Rekrutmen Pelatih dan Atlet - Sarana dan Prasarana	13 Item	Skala Guttman Ya = 1 Tidak = 0

Budiwanto, S. (2012) dalam Dili (2016:34)

E. Teknik Pengumpulan Data

Sesuai dengan masalah dan data yang data yang diperlukan dalam penelitian ini maka metode yang digunakan antara lain :

1. Observasi

Melakukan pengamatan langsung ke lapangan yaitu pada pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak guna untuk mendapatkan informasi atau data yang ditemukan pada penelitian ini.

2. Angket

Angket (kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memeberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan kepada respnden untuk dijawabnya. Pertanyaan atau pernyataan diajukan kepada responden yaitu pada dojo olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak

E. Teknik Analisa Data

Semua data yang berhasil didapatkan melalui pengumpulan data tersebut di analisa dengan teknik analisa statistik deskriptif sesuai dengan yang dikemukakan Arsil (2010:195-196) sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekwensi

N = Jumlah Responden

Data yang dipersentasekan dalam kalimat yang bersifat kualitatif dengan norma penilaian sebagai berikut:

80% - 100% dikategorikan baik

60% - 80% dikategorikan cukup

40% - 60% dikategorikan kurang baik

Kurang dari 40% dikategorikan tidak baik

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Sejalan dengan penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak, peneliti menyebarkan daftar pernyataan atau angket kepada setiap pihak yang terkait dengan pembinaan ini. Pihak-pihak tersebut meliputi pelatih, pengurus atau manajemen, serta atlet yang dibina itu sendiri. Penelitian tentang pembinaan atlet olahraga karate usia dini dilakukan dalam 2 tahap yaitu tahap tray out atau uji validitas dan yang kedua dilakukan uji angket sebenarnya. Sebelum dilakukan uji validitas jumlah pertanyaan adalah 56. Setelah dilakukan uji validitas dengan didapatkan item pernyataan yang valid berjumlah 40 item. langkah uji validitas terlampir. Berikut secara rinci peneliti akan menjabarkan data temuan penelitian sebagai berikut :

1. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek Atlet

Berdasarkan jawaban yang diberikan, berikut pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek atlet. Terdapat 12 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek ini ini. Berdasarkan rata-rata jawaban reseponden terdapat 87% responden menjawab ya atau setuju dengan pertanyaan ini, terdapat 13% menjawab tidak . Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek Atlet

No	Item Pertanyaan	Jawaban Responden					
		Ya		Tidak		Jumlah	
		N	%	N	%	N	%
1	Apakah calon atlet masuk di dojo ini melalui proses seleksi?	31	100%	0	0%	31	100%
2	Apakah alet selalu diperhatikan dan menanyakan kesehatan anda saat anda latihan?	29	94%	2	6%	31	100%
3	Apakah kondisi fisik atlet semakin meningkat setelah berlatih karete?	27	87%	4	13%	31	100%
4	Apakah anda keterampilan olahraga karate anda semakin meningkat setelah berlatih di tempat ini?	26	84%	5	16%	31	100%
5	Apakah atlet selalu beristirahat dengan teratur?	29	94%	2	6%	31	100%
6	Apakah atlet dihibmabu untuk tidak merokok?	23	74%	8	26%	31	100%
7	Apakah komunikasi antara atlet terjalin dengan baik?	26	84%	5	16%	31	100%
8	Apakah ada batasan umur untuk dapat ikut dalam latihan di dojo ini?	24	77%	7	23%	31	100%
9	Apakah jam latihan atlet di dojo ini memiliki jadwal tetap tidak berubah ubah?	28	90%	3	10%	31	100%
10	Apakah atlet di dojo ini bersikap sopan santun?	28	90%	3	10%	31	100%
11	Apakah atlet berlatih di dojo ini merasa nyaman berlatih disini?	25	81%	6	19%	31	100%
12	Apakah berlatih di dojo ini sangat erat nuansa kebersamaanya?	27	87%	4	13%	31	100%
	Jumlah	323		49		372	
	Rata-Rata		87%		13%		100%

Berdasarkan perhitungan didapatkan 87% Persentase tersebut terletak pada interval antara 76%-100% dengan kategori sangat tinggi. Pembinaanolahraga

karate Inkanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak menurut para responden dari aspek atlet dikategorikan sangat baik.

2. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten

Siak ditinjau dari aspek Pelatih

Berdasarkan jawaban yang diberikan, berikut pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek pelatih. Terdapat 18 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek ini ini. Berdasarkan rata-rata jawaban reseponden terdapat 82% responden menjawab ya atau setuju dengan pertanyaan ini, terdapat 18% menjawab tidak . Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek pelatih

No	Item Pertanyaan	Jawaban Responden					
		Ya		Tidak		Jumlah	
		N	%	N	%	N	%
13	Apakah pelatih memiliki latar belakang pendidikan olahraga?	25	81%	6	19%	31	100%
14	Apakah pelatih merupakan mantan atlet karate?	27	87%	4	13%	31	100%
15	Apakah pelatih memiliki ilmu tentang kepelatihan olahraga karate?	25	81%	6	19%	31	100%
16	Apakah pelatih telah disertifikasi sebagai pelatih karate di masyarakat?	26	84%	5	16%	31	100%
17	Apakah pelatih pernah mengikuti kepelatihan karate?	26	84%	5	16%	31	100%
18	Apakah pelatih pernah menjadi atlet karate profesional?	23	74%	8	26%	31	100%
19	Apakah pelatih memiliki kualitas kepribadian yang baik?	25	81%	6	19%	31	100%

20	Apakah kondisi kebugaran jasmani pelatih masih prima dalam memberikan pelatihan kepada atlet muda?	22	71%	9	29%	31	100%
21	Apakah pelatih selalu bersikap adil terhadap semua atlet yang pelatih latih?	25	81%	6	19%	31	100%
22	Apakah pelatih selalu tekun dan tidak pernah jenuh dalam memberikan materi latihan kepada atlet?	26	84%	5	16%	31	100%
23	Apakah pelatih selalu bersikap positif dalam menghadapi atlet yang ada latih?	25	81%	6	19%	31	100%
24	Apakah pelatih dapat menjadikan suasana latihan selalu menyenangkan?	21	68%	10	32%	31	100%
25	Apakah pelatih selalu kreatif dan pelatih mencari dan menerapkan variasi baik alat maupun bentuk dalam latihan?	29	94%	2	6%	31	100%
26	Apakah pelatih selalu mempersiapkan atlet sebelum pertandingan akan dilaksanakan?	29	94%	2	6%	31	100%
27	Apakah pelatih bisa membuat program latihan atau konsep latihan sesuai dengan kemampuan atletnya agar tujuan dapat tercapai?	27	87%	4	13%	31	100%
28	Apakah pelatih selalu memberikan pengaturan beban yang baik ?	27	87%	4	13%	31	100%
29	Apakah pelatih memiliki program latihan yang terencana, sistematis, dan berulang-ulang?	24	77%	7	23%	31	100%
30	Apakah pelatih selalu bersikap adil terhadap semua atlet tanpa membeda bedakan?	24	77%	7	23%	31	100%
	Jumlah	456		102		558	
	Rata-Rata		82%		18%		100%

Berdasarkan perhitungan didapatkan 82% Persentase tersebut terletak pada interval antara 76%-100% dengan kategori sangat baik. Pembinaan olahraga karate Inakanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak menurut para responden dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik.

3. Pembinaan Olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari Aspek organisasi

Berdasarkan jawaban responden terhadap pertanyaan yang diberikan, berikut pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek organisasi. Terdapat 10 item pernyataan yang tertuang untuk mengukur pembinaan olahraga karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak dari aspek ini ini. Berdasarkan rata-rata jawaban reseponden terdapat 82% responden menjawab ya atau setuju dengan pertanyaan ini, terdapat 18% menjawab tidak . Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. Rekapitulasi Jawaban Responden Tentang Pembinaan Olahraga Karate Inkanas Di Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Aspek organisasi

No	Item Pertanyaan	Jawaban Responden					
		Ya		Tidak		Jumlah	
		N	%	N	%	N	%
31	Apakah kepengurusan dalam pembinaan karate di dojo ditunjuk melalui musyawarah anggota?	30	97%	1	3%	31	100%
32	Apakah di dojo ini kepengurusan mencakup kegiatan perencanaan, pelaksanaan, dan pengendalian hanya dilakukan oleh tim manajemen?	25	81%	6	19%	31	100%
33	Apakah kepengurusan di dojo ini mempunyai tujuan yang jelas, dipahami oleh semua anggota, dan diterima oleh semua anggotanya?	30	97%	1	3%	31	100%
34	Apakah kepengurusan dojo ini menganut kesatuan arah, kesatuan perintah, dan pembagian tugas yang jelas?	23	74%	8	26%	31	100%
35	Apakah manajemen di dojo ini terdapat jabatan yang jelas?	29	94%	2	6%	31	100%

36	Apakah manajemen di dojo ini diberikan balas jasa yang setimpal terhadap hasil dojo yang ada?	27	87%	4	13%	31	100%
37	Apakah pengurus dojo ini selalu menyediakan dan mengadakan sarana dan prasarana yang memadai?	29	94%	2	6%	31	100%
38	Apakah pengurus selalu memperhatikan dan merealisasikan penyediaan dan pengadaan sarana dan prasarana yang ada?	29	94%	2	6%	31	100%
39	Apakah pengurus di dojo ini selalu memperhatikan kuantitas dan kualitas dalam penyediaan sarana dan prasarana?	30	97%	1	3%	31	100%
40	Apakah pengurus di dojo ini selalu memperhatikan antara jumlah fasilitas olahraga dengan jumlah atlet sesuai dengan peraturan cabang olahraga?	27	87%	4	13%	31	100%
	Jumlah	279		31		310	
	Rata-Rata		90%		10%		100%

Berdasarkan perhitungan didapatkan 90% Persentase tersebut terletak pada interval antara 76%-100% dengan kategori sangat baik. Pembinaan olahraga karate Inakanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak menurut para responden dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik.

B. Analisa Data

Setelah dijabarkan satu persatu maka peneliti mencari rata-rata keseluruhan pembinaan olahraga karate Inakanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak. Rata-rata keseluruhan persentase didapatkan sebesar 86,2% dengan kategori sangat baik. Dari aspek atlet, aspek pelatih, maupun dari aspek organisasi diketahui keseluruhan tergolong sangat baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4. Rekapitulasi Persentase Pembinaan Olahraga Karate Inakanas Kecamatan Minas Kabupaten Siak Dari Keseluruhan Aspek

No	Indikator	Persentase Jawaban	Kategori
1	Pembinaan dari aspek atlet	86,8%	Sangat Baik
2	pembinaan dari aspek pelatih	81,7%	Sangat Baik
3	pembinaan dari aspek organisasi	90,0%	Sangat Baik
	Rata-rata	86,2%	Sangat Baik

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil rekapitulasi jawaban responden dari keseluruhan aspek pembinaan didapatkan hasil yang sangat baik. Artinya menurut para responden pembinaan olahraga karate yang telah dilaksanakan di kecamatan Minas Kabupaten Siak telah terlaksana dengan baik. Factor atlet dan juga rekrutmen calon atlet telah terlaksana dengan baik, selain itu komunikasi antar atlet juga sudah terlaksana dengan baik.

Selain itu menurut responden pelatih telah memenuhi standar sebagai pelatih dan juga pelatih telah melaksanakan tugasnya dengan baik. Pelatih juga memiliki kapasitas yang cukup sebagai pelatih, kepribadian pelatih juga dinilai sangat baik oleh responden. Dalam pelaksanaan latihan juga pelatih telah dalam memberikan materi latihan serta memiliki cara agar latihan dapat berlangsung dengan iklim yang baik.

Dari sisi manajemen, responden juga berpendapat bahwa system manajemen yang diterapkan di dojo ini telah berjalan dengan baik. Ada kejelasan jabatan dan fungsi jabatan yang jelas di dojo ini. Ketersediaan sarana dan prasarana latihan juga mendapat perhatian yang cukup baik dari pihak

manajemen. Dalam hal ini, responden merasa bahwa system manajemen di dojo ini sudah berjalan dengan sangat baik.

Penelitian ini juga didukung penelitian sebelumnya oleh Norito (2017:146) menjelaskan kesimpulan penelitiannya 1) Latar belakang program pembinaan, tujuan program pembinaan, program pembinaan pada Bank Sumsel Babel Karate Club memiliki kejelasan dalam berdirinya pembinaan yang didasarkan pada data dan fakta secara nyata di lapangan. 2) Input pembinaan olahraga karate di klubBank Sumsel Babel sudah cukup baik dalam mendukung program pembinaan namun masih harus ditingkatkan atau dikembangkan. 3)Process pembinaan olahraga karate di klubBank Sumsel Babel yang terdiri dari aspek pelaksanaan program latihan, promosi dan degradasi , konsumsi, kesejahteraan, transportasi dan kordinasi antara stakeholder yang terkait sudah berjalan secara prosedur yang ditetapkan oleh pengurus berdasarkan data dan fakta secara nyata di lapangan. 4) Product pembinaan olahraga karate di klubBank Sumsel Babel melalui aspek keberhasilan program pembinaan yang meliputi prestasi dan perhatian pemerintah telah menunjukkan hasilnya berdasarkan data dan fakta secara nyata di lapangan

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek atlet dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 86,8%
2. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek pelatih dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 81,7%
3. Pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari aspek organisasi dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 90,0%

Berdasarkan 3 poin di atas maka dapat diketahui bahwa pembinaan olahraga Karate Inkanas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak ditinjau dari keseluruhan aspek dikategorikan sangat baik dengan persentase jawaban 86,2%

B. Saran

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti merasa perlu untuk memberikan saran kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini antara lain :

- 1) Bagi atlet: sebagai pemacu prestasi dalam olahraga karate yang digelutinya agar lebih berprestasi kedepannya.

- 2) Bagi pelatih : sebagai tolak ukur permasalahan yang terjadi seputar pembinaan prestasi olahraga karate sehingga dapat diperbaiki kedepannya.
- 3) Bagi Dojo : sebagai tolak ukur dalam manajemen pembinaan olahraga karate dan juga dapat meningkatkan kualitas manajemen dojo yang baik.
- 4) Bagi peneliti selanjutnya : sebagai bahan referensi dan juga acuan dalam menyusun skripsi tentang pembinaan olahraga.



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Budiarte, W., & Soegiyanto, S. (2014). Evaluasi Program Pembinaan Pada Federasi Olahraga Karate Indonesia (Forki) Kota Metro. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 3(1).25-31
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: UM PRESS
- Damanik, S Z. H., & Ratno, P. (2017). Pengembangan Model Pembinaan Klub Karate di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Kota Medan. *Prosiding Seminar Hiliriasi Penelitian Untuk Kesejahteraan Masyarakat*.
- Darmalis (2017). *Mengenal Karate Shotokan*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Dili, F (2016). *Pembinaan Atlet Bulu Tangkis Usia Dini Kota Pekanbaru Provinsi Riau*. Skripsi
- Firdaus, K. (2011). Evaluasi program pembinaan olahraga tenis lapangan di Kota Padang. *Media Ilmu Keolahraagaan Indonesia*, 1(2).
- Irmansyah, J. (2017). Evaluasi program pembinaan prestasi cabang olahraga bola voli pantai. *Jurnal Keolahraagaan*, 5(1), 24-38.
- Kosasih, Engkos (2005) *Olahraga dan Teknik Program Latihan*. Jakarta: Akademika Pressindo
- Kurniawan, Feri. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Norito, T. B. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Olahraga Karate di Klub Bank Sumsel Babel Palembang. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara*, 9(1) , 141-146.
- Purba, Pangondian Hotliber . (2016). Meningkatkan Keterampilan Dasar Siswa dalam Melakukan Tendangan Mae Geri Beladiri Karate melalui Teknik Fading pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Sidikalang. *Jurnal Ilmu Keolahraagaan*, 15 (1) , 59,
- Purba, PH. (2015). Pembelajaran Kihon dalam Olahraga Beladiri Karate. *E-Journal Fakultas Ilmu Keolahraagaan UNIMED*, 14(2) , 58-64
- Purnama, A. D. (2016). *Survei Kemampuan Penguasaan Teknik Dasar Karate Di Dojo Smk Irma Pekalongan Tahun 2016 (survei pada kohai putra usia 16-19 tahun di dojo SMK IRMA Pekalongan tahun 2016)* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

- Reza, A. W. (2016). *Manajemen Pembinaan Klub Bola Voli Di Kota Purwodadi Tahun 2014* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Simbolon, B. (2014). *Latihan dan Melatih Karateka*. Umbul Harjo: Griya Pustaka
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin, 2011. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- Triyasari, A., Soegiyanto, K. S., & Soekardi, S. (2016). Evaluasi Pembinaan Olahraga Senam Artistik di Klub Senam Kabupaten Pati Dan Kabupaten Rembang. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(1) , 41-46.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. 2007. Jakarta: Biro Humas Dan Hukum Kementerian Negara Pemuda Dan Olahraga Republik Indonesia.
- Wijaya, P. K. A. (2020). *Survei Pembinaan Prestasi Pada Olahraga Karate di Kabupaten Merangin Provinsi Jambi Tahun 2019* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Yulianto, P. F. (2016). Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Metode Bagian Dan Keseluruhan Terhadap Peningkatan Dribble Shooting Sepakbola Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Kaki (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Pembinaan Prestasi Sepakbola Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan). *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 16(1).
- Zainuddin, M. (2016). *Evaluasi Penerapan Program Pembinaan Olahraga Dayung Di Karimunjawa Kabupaten Jepara Provinsi Jawa Tengah* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Fitri U, W (2014). Analisis pembinaan atlet kelas remaja cabang olahraga pencak silat di kelas olahraga SMP Negeri 1 Suboh Kabupaten Situbondo. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(1).
- Saputri, N. I. (2013). Survei Pembinaan Olahraga Tenis Usia Dini Sekolah Tenis New Armada Kabupaten Magelang. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(11).