

# **SKRIPSI**



**ANALISIS TINGKAT KEBERHASILAN MENGGUNAKAN BANTINGAN  
*IPPON SEOI NAGE* ATLET *JUDO* KABUPATEN BANTAENG**

***ANALYSIS LEVEL SUCCES BEATING THE IPPON SEOI NAGE JUDO  
ATHLETES IN BANTAENG***

**ANUGRAH FADHILAH ARIF**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
2021**

**ANALISIS TINGKAT KEBERHASILAN MENGGUNAKAN BANTINGAN  
IPPON SEOI NAGE ATLET JUDO KABUPATEN BANTAENG**

***ANALYSIS LEVEL SUCCES BEATING THE IPPON SEOI NAGE JUDO  
ATHLETES IN BANTAENG***

**ABSTRAK**

**Anugrah Fadhilah Arif, 2021.** Analisis tingkat keberhasilan menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar (dibimbing oleh Arifuddin Usman & Sudirman).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan Bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng, penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, teknik tes yang akan digunakan untuk mengambil data adalah menggunakan tes bantingan menggunakan *Ippon Seoi Nage*, dengan mengacu pada tingkat keberhasilan bantingan yang telah ditetapkan. Populasi dalam penelitian ini adalah 10 atlet putra dan putri beladiri *Judo* Kabupaten Bantaeng, dan teknik untuk pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh. teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil tes menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng dijelaskan dari 10 responden atlet putra dan putri dalam kategori sedang. Diantaranya terdapat 8 atlet yang memiliki tingkat keberhasilan bantingan sedang atau 80%, 2 atlet pada tingkat rendah atau 20% dan 0 atlet pada kategori tinggi yaitu 0%.

**Kata Kunci :** Hasil bantingan, *Judo*, *Ippon Seoi Nage*

## PENDAHULUAN

*Judo* merupakan olahraga kompetitif yang memberikan kesempatan bagi atlet yang menunjukkan prestasi dan pembinaan atlet, baik melalui latihan di klub-klub, maupun di perkumpulan lainnya. Oleh karena itu perlu ada upaya dan usaha pengembangan melalui berbagai kegiatan pembinaan dalam meningkatkan prestasi. Tercapainya prestasi tinggi diperoleh melalui pembinaan yang tepat dan benar, serta usaha keras yang timbul dalam diri seorang *Judoka*. Selain itu perlu ditunjang oleh berbagai faktor, antara lain kemampuan menguasai teknik, taktik, kondisi fisik yang prima, mental yang baik, kualitas pelatih, dan didukung juga sarana dan prasarana yang baik, serta disiplin ilmu yang erat tujuannya dengan olahraga, juga harus ditunjang oleh

program latihan yang direncanakan dengan baik, terarah, dan bermutu (Sopian & Purnamasari, n.d.).

*Ippon Seoi Nage* adalah salah satu teknik skor tertinggi di *Judo*. Fadillah, (2015) Seniman bela diri *Seoinage* yang terkenal adalah Isao Okano dan Toshihiko Koga. Teknik spesifik dari *ippon-seoi-nage* (dua tangan *seoi-nage*) umumnya disebut *seoi-nage*. Aspek teknis yang khas dari klasifikasi ini adalah bahwa *Tori* (yang mengeksekusi teknik) menggenggam dengan kedua tangan sebagai lawan dari *Ippon Seoi Nage* di mana hanya satu tangan yang tetap mencengkeram bagian lain di bawah ketiak *Uke* (yang menerima teknik). Dilanjutkan dengan *Tori* melangkah maju dengan kaki kiri sambil mendorong *Uke* dengan kedua tangan sehingga *Uke* akan melangkah mundur dengan kaki

kanannya kemudian *Tori* melangkah maju lagi dengan kaki kanannya sambil mendorong sehingga *Uke* akan mundur lagi dengan kaki kirinya, pada saat mendorong, *Uke* akan mempertahankan keseimbangan dengan mundur kembali, bersamaan dengan itu tariklah *Uke* dengan tangan kiri, lepas pegangan dengan tangannya kanan dan selipkan dibawah ketiak tangan kanan *Uke*, putarlah kaki kiri dan seluruh badan *Tori* ke kiri sehingga kedua kaki parallel dengan kedua kaki *Uke*, lutut ditekuk agar badan *Tori* lebih rendah dari *Uke*, sehingga *Tori* mudah memikul *Uke* pada punggung. Pada waktu akan melempar lutut ditegakkan dan ditariklah *Uke* sambil membungkukkan badan kedepan dan Tarik *Uke* kebawah dengan kedua tangan. Lalu *Uke* akan melayang melalui Pundak *Tori* dan terlempar

didepan *Tori*.

Untuk memenangkan suatu kompetisi atlet *Judo* menggunakan beberapa jenis bantingan namun masing-masing dari mereka memiliki bantingan yang menjadi andalan ataupun bantingan yang merasa bahwa jika digunakan akan lebih mudah memenangkan kompetisi tersebut. Tak terkecuali bantingan *Ippon Seoi Nage* yang termasuk salah satu bantingan andalan peneliti sendiri selaku atlet *Judo* dan banyak digunakan oleh Atlet *judo* kabupaten Bantaeng, karna *ippon seoi nage* merupakan bantingan awal yang diperkenalkan oleh *sensei* kepada *judoka* baru yang bergabung ke dalam Persatuan Judo Seluruh Indonesia kabupaten. Bantaeng, itulah mengapa peneliti tertarik melakukan Penelitian Mengenai Bantingan *ippon seoi nage*.

Beberapa Atlet judo kabupaten Bantaeng merupakan Anak Petani yang kesehariannya setelah Pulang Sekolah membantu Orang Tua di Sawah, hal ini menjadi hal yang menguntungkan sekaligus merugikan bagi atlet itu sendiri, keuntungannya atlet mempunyai fisik dan stamina yang mumpuni yang didapatkan dari melakukan pekerjaan berat di sawah, tetapi hal yang merugikan yaitu Intensitas Latihan atlet yang terganggu yang tidak sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Akibatnya kurangnya pemahaman atlet terhadap gerakan ataupun Teknik-teknik *Judo*, baik itu teknik Bantingan, kunci, sapuan dan patahan.

Hal ini menjadi sorotan penting bagi atlet kabupaten Bantaeng dari Pelatih-pelatih daerah

lain, dimana mereka mengatakan bahwa Atlet kabupaten Bantaeng memiliki power yang dahsyat tapi kurang dalam melakukan teknik, sehingga tidak dapat mencapai puncak kemenangan. Hal ini juga yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian tingkat keberhasilan menggunakan salah satu bantingan yaitu *Ippon Seoi Nage*.

## **TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**

### **Pengertian Bela Diri Judo**

Analisis Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengertian analisis adalah penyelidikan terhadap suatu peristiwa (karangan, perbuatan, dsb) untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya (sebab-musabab, duduk perkaranya dsb).

Bela diri *Judo* adalah perpaduan antara seni tempur kuno,

pelatihan olahraga modern, dan filosofi perbaikan berkelanjutan. Ini adalah system pertarungan kompleks yang mempertahankan tradisi dan Teknik bela diri jepang, tetapi juga olahraga populer yang mempersiapkan atlet untuk setiap konfrontasi fisik diatas matras. Ini adalah kegiatan yang aman dan menyenangkan yang menekankan karakter kuat. Ini adalah seni yang memungkinkan ekspresi bebas dan menampilkan Gerakan terkoordinasi. *Judo* adalah metode melatih tubuh dan fikiran menggunakan prinsip-prinsip yang juga berlaku untuk cara anda menjalani hidup. Baik olahraga dan seni bela diri, *Judo* memiliki kedalaman dan kekuatan yang unik yang tidak mudah ditemukan dalam olahraga atau seni bela diri lainnya.

*Judo* adalah perbaikan dari sistem tempur yang lebih tua Jujitsu

japanese, di mana penguasaan seni sangat penting untuk kelangsungan hidup pejuang dalam pertempuran. Jigoro kano, pendiri *Judo*, Lahir pada tahun 1860 dan mempelajari gaya tradisional Jujitsu selama masa mudanya, ketika semua seni bela diri dimulai untuk keluar tanpa selamat. Sementara menguasai Kito Ryu dan Tenjinshinyo Gaya Ryu dari jujitsu ia menjadi dikhususkan untuk mengajar dan melestarikan cara-cara pertempuran yang lebih tua. Dia berusaha untuk mempertahankan sebagian besar bahasa Jepang tradisional budaya dan memerangi metode di *Judo*, sebagian dengan menekankan nilai praktik lanjutan dari bahaya teknik tempur, termasuk berbagai serangan terhadap daerah dan pertahanan terhadap senjata. Untuk ini ia mempromosikan penggunaan pelatihan latihan metode

yang disebut kata. Dia menyadari bahwa teknik tertentu dan metode praktek berada dalam bahaya menghilang karena perubahan waktu berarti mereka tidak lagi diperlukan oleh kelas prajurit. Dengan memperbarui praktik *Judo* untuk membuatnya lebih aman, efektif dan relevan untuk modern menyelamatkan banyak prajurit kuno 'pengetahuan dan mengantarkannya kepada generasi baru. (Ohlenkamp, N. 2006 : 12)

Jigoro kano adalah seorang tradisionalis dan inovator. Meskipun mengkhawatirkan hilangnya tradisi selama Modernisasi Jepang, ia memeluk banyak perubahan ia mendirikan kodokan sebagai sekolah asli *Judo*-seni bela diri Jepang pertama dari era modern. berhasil melestarikan teknik dan semangat jujutsu sementara pada saat yang

sama mematahkan diri dari beberapa metode praktik tradisional. Perubahan dilakukan untuk memastikan keselamatan peserta, meningkatkan efektivitas dan menekankan beberapa prinsip secara keseluruhan. Penyempurnaan dimulai dengan mengidentifikasi yang paling berbahaya pada gerakan *Judo*, dan membatasi praktek kata ini. Hal ini memungkinkan Jigoro kano untuk meningkatkan pelatihan jujutsu metode dengan berfokus pada penggunaan praktik bebas kehidupan nyata, atau randori, dengan teknik yang dapat diterapkan dengan aman dengan kekuatan penuh terhadap lawan. Itu adalah kemajuan besar dalam pelatihan seni bela diri, sangat efektivitas *Judo* dibandingkan dengan seni bela diri sebelumnya. pertumbuhan randori sebagai bentuk praktek menyebabkan cara yang

aman untuk menguji dan meningkatkan keterampilan fisik dan memerangi semangat melalui persaingan, atau shiai.

*Judo* lebih lanjut tentang penemuan diri daripada menghafal bergerak. Seperti berlian halus, memiliki banyak aspek mencerminkan terang dunia di sekitarnya setiap kali Anda melihat *Judo*, sisi lainnya yaitu lain mengungkapkan kecemerlangan. *Judo* dapat diterapkan tanpa melukai lawan, tetapi juga telah menyelamatkan kehidupan banyak *Judoka* (siswa *Judo*) yang dihadapi dengan serangan nyata. *Judo* telah secara konsisten membuktikan efektivitasnya dalam berbagai tes dari kontes jujutsu kuno ke pertandingan seni bela diri campuran modern.

*Judo* termasuk dalam latihan

tangan ke tangan pelatihan tempur untuk secara efisien menerapkan kekuatan dalam cara yang memetakan, Persaingan *Judo* dinikmati oleh anak kecil di turnamen lokal, dan oleh atlet pria dan wanita elit yang mewakili negara mereka di Olimpiade, melakukan prestasi keterampilan luar biasa, prinsip *Judo* dipelajari di sekolah bisnis terbaik di seluruh dunia untuk membantu para pemimpin perusahaan menggunakan menggunakan leverage dan menerapkannya dalam arah yang benar, serta mengambil keuntungan dari pesaing kekuatan dan ukuran yang lebih besar dengan menggunakannya sebagai perlawanan. *Judo* verbal diajarkan di banyak lembaga penegak hukum untuk membantu petugas dalam mengendalikan situasi berbahaya



(Ohlenkamp, N. 2006 : 16)

## METODOLOGI PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif bersifat kuantitatif. Menurut Sugiyono (2008), Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel yang lain.

### B. Waktu dan tempat penelitian

#### 1. Tempat penelitian

Pelaksanaan atau tempat penelitian dilaksanakan di Dojo *Judo* kabupaten Bantaeng.

#### 2. Waktu penelitian

Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah 02 April 2021.

### D. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari satuan-satuan atau individu-individu yang karakteristiknya hendak diteliti. Dan satuan-satuan tersebut dinamakan unit analisis, dan dapat berupa orang-orang, institusi-institusi, benda-benda, dst.(Hanifah et al., 2020).Populasi atlet *Judo* kabupaten bantaeng berjumlah 10 orang atlet terdiri dari putra dan putri.

#### 2. Sampel

Sampel disebut juga contoh. Berdasarkan pakar atau ahli, “sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diteliti”(Hanifah et al., 2020). Sampel yang baik, yang kesimpulannya dapat dikenakan pada populasi, adalah sampel yang bersifat representatif atau yang dapat

menggambarkan karakteristik populasi. Adapun Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang yang terdiri dari putra dan putri atlet *Judo* kabupaten bantaeng.

#### **HASIL PENELITIAN DAN**

*Judo* dalam arti sempit adalah metode serangan dan pertahanan yang efektif. Satu tujuan *Judo* sebagai pendidikan jasmani adalah mengembangkan pikiran sehat dan tubuh yang bekerja secara harmonis bersama-sama.

Tujuan yang lain adalah untuk bekerja dengan orang lain dalam sinergi sehingga semuanya bermanfaat. singkatnya, dengan berjuang untuk kesempurnaan Anda dapat menyumbangkan sesuatu yang bernilai dan memperbaiki dunia.

Pada dasarnya, tujuan *Judo* melibatkan peningkatan diri Anda secara fisik, mental dan moral. *Judo* juga melibatkan prinsip etika dan social.

*Ippon Seoi Nage* merupakan Semua lemparan melibatkan hampir setiap bagian tubuh yang beraksi, dengan cara terkoordinasi. Lemparan tangan tidak terkecuali, meskipun Penekanan di sini adalah aksi tangan, lengan, dan bahu. dalam beberapa kasus hanya tangan yang melakukan kontak dengan lawan, sementara dalam kasus lain pinggul atau kaki anda akan membantu lemparan dengan menghalangi *Uke*.

Teknik Pelaksanaan *Ippon Seoi Nage* yaitu, *Tori* menggunakan tangan kanannya untuk memegang lengan kiri *Uke* dan mendorongnya di bawah ketiak kanan *Uke* menciptakan gerakan lengan silang

sehingga mengendalikan lengan lawan. ketika *Tori* mengambil *Uke* dalam posisi melempar, ia menggeser lengan kanannya untuk memutar di dalam dan menempatkan tangannya pada lengan kanan bawah tepat pada ketiak kemudian melempar. Selanjutnya *Tori* mengambil langkah mendalam ke luar kaki kanan *Uke* dengan kaki kanannya dan sambil menggeser lutut kanan ke atas, melempar *Uke*. ketika *Tori* mengambil *Uke*, *Tori* menjatuhkan tubuhnya dan gulungan lawannya untuk melempar. Setelah melakukan semua gerakan rangkaian *Ippon Seoi Nage* selanjutnya pengamat melakukan penilaian dengan klasifikasi antara lain *koka* dengan nilai 1 (bantingan ini didapat apabila hasil bantingan hanya *Uke* jatuh pada posisi duduk). *Yuko* dengan nilai 2 (bantingan ini didapat

apabila hasil bantingan hanya *Uke* jatuh pada posisi miring). *Waza-ari* dengan nilai 3 (bantingan ini didapat apabila hasil bantingan hanya *Uke* jatuh pada posisi hampir melayang seluruh tubuh dan punggung serta bahu semua hampir menempel dimatras). *Ippon* dengan nilai 4 (bantingan ini didapat apabila hasil bantingan *Uke* jatuh pada posisi seluruh tubuh melayang dan punggung serta bahu menempel dimatras atau nilai mutlak).

Dari data yang diperoleh menggunakan SPSS (Statistical Package For Social Science) terlihat bahwa tingkat keberhasilan menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng tergolong sedang, hal ini sesuai dengan hasil observasi dan hasil tes melakukan bantingan *Ippon Seoi Nage* dengan perolehan data sebagai

berikut : bahwa tingkat keberhasilan menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng, berada dalam kategori sedang. Terdapat 8 atlet yang memiliki tingkat keberhasilan bantingan sedang atau 80%, 2 atlet pada tingkat rendah atau 20% .

Data persentase ataupun hasil persentase yang diperoleh, itu dapat dipengaruhi dari berbagai hal, baik teknik, power maupun pengalaman dari atlet itu sendiri, seperti pada data yang dihasilkan terdapat 8 orang sedang dan 2 orang rendah, 8 orang merupakan atlet yang telah bergabung sejak 2 hingga 3 tahun yang lalu, sehingga hasil bantingannya bisa lebih unggul dibandingkan 2 orang lainnya. Sedangkan yang masuk kategori rendah ada 2 orang yaitu Sindy dan Zahrah dengan masing-masing

mendapatkan skor 15, yakni Sindy mendapat poin 3 pada percobaan pertama, kedua, ketiga dan keempat, begitupun dengan Zahrah, hal yang menjadi pengaruh bantingan rendah yaitu kedua sampel atau atlet merupakan atlet yang baru bergabung pada persatuan Judo Seluruh Indonesia Kabupaten Bantaeng pada tahun 2020 terhitung masih belia, dan intensitas latihan yang kurang sehingga belum memahami teknik yang baik dan benar, dan juga power yang kurang akibat tidak adanya aktifitas fisik yang dilakukan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat keberhasilan menggunakan

bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten Bantaeng, berada dalam kategori sedang.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, penulis dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih, penelitian ini memberikan gambaran kepada pelatih *Judo* kabupaten Bantaeng mengenai tingkat keberhasilan bantingan atlet *Judo* kabupaten Bantaeng
2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini telah menunjukkan tingkat keberhasilan menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage* atlet *Judo* kabupaten bantaeng sehingga disarankan kepada peneliti selanjutnya

untuk mencari tahu ataupun melakukan penelitian mengenai variabel lain yang dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan menggunakan bantingan *Ippon Seoi Nage*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif: edisi 1*. Airlangga University Press.
- Fadillah, A. (2015). *Hubungan Kelentukan Otot Punggung Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Teknik Bantingan Harai Goshi Pada Atlet Judo Cempaka Putih Usia 11–16 Tahun*. Universitas Negeri Jakarta.
- Hanifah, H., Sutedja, A., & Ahmaddien, I. (2020). *PENGANTAR STATISTIKA*. <http://trowpinsubmit.blogspot.com/2013/tacnique.html>
- kamus besar bahasa indonesia.(online). tersedia di [https.kbbi.web.id\(analisis\)](https.kbbi.web.id(analisis)). diakses pada 09 maret 2021
- Sopian, S., & Purnamasari, I. (n.d.). Pengaruh Latihan Relaksasi Otot dengan Metode Progresif dan Autogenik terhadap Pemulihan Atlet Judo. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(1),

1-11.

Sugiarto, E. (2017). *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis: Suaka Media*. Diandra Kreatif.

Ohlenkamp, N. (2006). "*Blackbelt Judo Skilss And Technique*". In *Lets Begin* London: New Holland Ltd.

Sugiyono. 2008. Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta

Suwarli. 2016. Pengaruh Metode *uchikomi* dan *Flexibility* terhadap hasil Bantingan Pada PeJudo Daerah Istimewa UYogyakarta.Lampung Universitas Lampung