

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan kegiatan sistematis berupa pengolahan jasmani dan rohani seseorang baik dilakukan secara mandiri maupun berkelompok. Olahraga mempunyai arti seluas-luasnya meliputi segala kegiatan dan usaha untuk mendorong, membimbing, membangkitkan, mengembangkan, dan membina kekuatan jasmani maupun rohani setiap manusia (KEPRES No. 131 Tahun 1983 – 1962). Tujuan setiap orang untuk berolahraga berbeda-beda ada yang menjadikan olahraga sebagai sarana rekreasi, pendidikan, kesehatan, dan prestasi. Tidak sedikit orang yang memilih olahraga sebagai sarana kesehatan sekaligus sarana untuk berprestasi, dengan tujuan menyehatkan tubuh dan menambah pengalaman pada jenjang perlombaan. Olahraga prestasi merupakan salah satu sarana pengembangan olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Sehingga tak jarang orang tua yang ingin anaknya berprestasi dalam bidang olahraga mencari club atau pelatih berkompoten yang dirasa dapat melatih anaknya dengan baik. Ada banyak cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai wadah untuk pencapaian prestasi, salah satunya adalah cabang olahraga selam.

Cabang olahraga selam atau *Finswimming* memang belum terlalu terkenal di kalangan masyarakat Indonesia. Olahraga selam masuk ke Indonesia pada tahun 1962 dan dibawa oleh TNI Angkatan Laut. Cabang olahraga selam dapat dikatakan sebagai *cloning* dari cabang olahraga renang, yang membedakan selam dan renang yaitu peralatan yang digunakan, pada cabang olahraga selam para atlet akan berlutut dengan *snorkel*, *bifins*, *monofins*, dan tabung *oxygen*. Alat-alat tersebut merupakan alat yang digunakan untuk menunjang proses latihan dan proses pencapaian performa pada atlet selam. Pada cabang olahraga selam kolam terdapat nomor *bifins finswimming*, *surface finswimming*, *apnoea finswimming* dan *immersion finswimming*, sesuai dengan peraturan perlombaan yang tertera pada *CMAS version 2015/01* (boD 183-03/08/2013).

Dilihat dari perkembangan prestasinya cabang olahraga selam mulai mengikuti *multi event* PON pada tahun 1981, meskipun sempat mengalami

beberapa kendala dan selama tidak diperbolehkan mengikuti PON. Cabang olahraga selam dapat bergabung kembali dalam *multi event* PON pada tahun 2000. Berdasarkan *track record* PON 10 tahun terakhir dari tahun 2012 hingga tahun 2022 cabang olahraga selam kontingen Jawa Barat baru berhasil memecahkan rekor peraih medali pada PON tahun 2021 di Papua. Selain itu di tahun 2022 dan tahun 2023 cabang olahraga selam mulai aktif kembali mengirimkan atlet-atletnya untuk berlaga pada ajang internasional. Perkembangan pada cabang olahraga selam di Indonesia perlahan mulai berkembang dan mulai dikenal masyarakat Indonesia. Demi meningkatkan kualitas para atlet di cabang olahraga selam perlu dilakukan identifikasi melalui antropometri agar kondisi fisik dan performa para atlet lebih menunjang dan siap menghadapi pertandingan yang akan dihadapi selanjutnya.

Pada cabang olahraga selam para atlet dituntut untuk memiliki kekuatan prima baik pada lengan maupun pada tungkai. Kondisi fisik merupakan persiapan dasar yang paling dominan untuk menampilkan performa terbaik pada saat latihan dan juga pada saat pertandingan. Baley (1977), Astand dan Rodahl (1986), Rushall (1990) mengemukakan bahwa komponen dasar kondisi fisik yang perlu dilatih untuk menjadi seorang atlet ialah kekuatan (*strength*), kelentukan (*flexibility*), kecepatan (*speed*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*), jika dilihat dari konsep *muscular*. Mochamad Sajoto (2002) menyatakan bahwa komponen kondisi fisik merupakan satu kesatuan utuh yang tidak dapat dipisahkan untuk mencapai prestasi. Kondisi fisik seorang atlet berhubungan erat dengan antropometri, karena potensi antropometri menyangkut komposisi tubuh yang dimiliki oleh atlet (Rudianto, 2012).

Antropometri merupakan salah satu cara langsung pengukuran tubuh yang berkenaan dengan pengukuran berat badan, ukuran bagian tubuh, dan proporsi badan manusia (Nurchakim, Aditya., & Wisnu, 2017). Aspek antropometri pada bidang olahraga sangat mendukung kondisi fisik serta keterampilan teknik seorang atlet untuk dapat menunjukkan kemampuan saat melakukan gerakan (Hidayat, 2021). Melalui test antropometri dapat diperkirakan ukuran bentuk tubuh yang sesuai atau yang ideal untuk suatu jenis cabang olahraga agar dapat tercapai prestasi yang maksimal sesuai harapan. Menurut Maglischo dalam (Anggi Yusocipto, 2019)

peranan tinggi badan dan serabut otot yang besar dan banyak yang dimiliki oleh perenang memiliki pengaruh yang sangat besar. Kemampuan dalam menampilkan performa dalam meraih prestasi pada olahraga dipengaruhi oleh usia, tinggi badan, berat badan, dan struktur tubuh. Faktor antropometri dan fisik yang mumpuni dimiliki pemain diperoleh dari sesi latihan setiap sesinya, maka dari itu atlet dituntut melakukan latihan yang sesuai program pelatih agar faktor antropometri dan kondisi fisik yang dimilikinya dapat baik (Allsabab & Weda, 2020; Usnata & Muhammad., 2018). Selain itu atlet secara umum membutuhkan komposisi tubuh yang tepat, tidak berat dan tidak terlalu memiliki banyak lemak, karena studi antropometri pada bidang olahraga bertugas untuk menentukan proporsi badan yang tepat untuk atlet agar mencapai performa yang optimal.

Mengacu pada artikel terdahulu “*A Comparison of Anthropometry and Physiological Characteristics of Finswimming Athletes on Short and Long Distance Numbers*” (Bahri S, Resmana D, Safei I : 2021) dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif sederhana yang membandingkan antropometri dan karakteristik fisiologi atlet selam dengan nomor *short distance* dan atlet selam dengan nomor *long distance*. Kesimpulan yang didapat dari artikel terdahulu yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara atlet *long distance* dan atlet *short distance* saat dilihat dari komposisi tubuh dan test VO2MAX. Peneliti sebelumnya juga mengungkapkan bahwa fisiologi dan antropometri pada atlet selam dengan spesifikasi nomor *long distance* lebih baik dibanding atlet selam dengan spesifikasi nomor *short distance*.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap atlet Pelatda PON Selam Kolam Jawa Barat Tahun 2024. Terlebih penelitian bidang antropometri terhadap atlet selam di Indonesia masih sangat sedikit bahkan sulit ditemui. Penelitian ini memiliki upaya untuk meningkatkan prestasi olahraga selam berdasarkan aspek antropometri diharapkan pembinaan atlet muda untuk jangka panjang dan peningkatan prestasi olahraga selam di Indonesia lebih khususnya di Jawa Barat dapat berlangsung dengan baik. Peneliti berharap lebih banyak calon atlet yang teridentifikasi secara spesifik pada aspek antropometri untuk mengetahui karakteristik tubuh masing-masing karena cabang olahraga selam merupakan olahraga individu.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, penulis mencoba mengemukakan rumusan masalah dalam bentuk pertanyaan yang akan dijadikan dasar dari penelitian yang akan dilakukan. Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran profil antropometri Atlet Pelatda PON Selam Kolam Jawa Barat dalam menghadapi PON 2024 ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Setelah mendapatkan rumusan masalah tentu saja penulis harus mengungkapkan tujuan dari penelitian tersebut, karena penetapan tujuan merupakan hal penting yang dijadikan sebagai awal kegiatan untuk mencapai tujuan selanjutnya. Dalam penelitian ini yang menjadi tujuannya yaitu “Mencari gambaran antropometri Atlet Pelatda Selam PON Jawa Barat untuk tahun 2024 untuk menentukan program latihan yang tepat bagi masing-masing atlet”

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya dan dapat memberikan referensi baru khususnya pada cabang olahraga selam kolam. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan bagi atlet, pelatih dan pembina dalam proses pengembangan prestasi cabang olahraga selam untuk terus membina dan mengembangkan kondisi fisik atletnya dalam menghadapi PON Tahun 2024.

1.5 Batasan Masalah

Masalah yang berkaitan dengan cabang olahraga selam di Indonesia sangat kompleks, terlebih untuk perkembangan dan perubahan yang terjadi pada *event* terbesar di Indonesia yaitu PON. Agar pembahasan lebih fokus terhadap perkembangan serta pencapaian pada ajang PON yang dapat diraih oleh atlet-atlet muda di Jawa Barat, dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penulis maka masalah dalam skripsi ini dibatasi pada identifikasi antropometri atlet Pelatda PON Selam Kolam Jawa Barat. Identifikasi yang dilakukan berupa tes tinggi badan dengan menggunakan alat ukur *stature meter*, dan tes komposisi tubuh yang mencakup berat badan, *skeletal muscle*, *subcutaneous*, *body fat*, *visceral fat*, *body mass index*, *basal metabolic rate*, dan *body age* dengan menggunakan alat ukur *Omron HBF 375 Karada Scan Body Composition Monitor*.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi memiliki susunan sebagai berikut :

- 1) BAB I Pendahuluan, bab ini berisi uraian mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, dan struktur organisasi penelitian.
- 2) BAB II Kajian Pustaka, bab ini berisi atas susunan penjelasan atau teori mengenai variabel yang akan dibahas.
- 3) BAB III Metode Penelitian, bab ini berisi metode penelitian yang akan digunakan, jenis penelitian, populasi dan sampel yang akan berpartisipasi di dalam penelitian ini, waktu dan lokasi penelitian, instrument penelitian, dan analisis data statistika yang digunakan.
- 4) BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, bab ini berisi susunan analisis data statistika, deskripsi hasil data statistika, dan temuan atau pembahasan mengenai hasil penelitian yang telah dilaksanakan.
- 5) BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi, bab ini membahas kesimpulan dan implikasi penelitian yang telah dilakukan, serta rekomendasi bagi penelitian selanjutnya yang serupa.