

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu gerak yang teratur dan terencana. Olahraga dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Dalam perkembangannya kegiatan olahraga dapat bertujuan untuk menghibur, menyenangkan dan meningkatkan prestasi. Menurut Chervis (2002) Cabang olahraga anggar merupakan salah satu cabang olahraga prestasi.

Anggar merupakan cabang olahraga ilmu beladiri yang menggunakan senjata untuk melakukannya. Menurut Roi & Bianchedi (2008) "Anggar adalah seni budaya olahraga ketangkasan dengan senjata yang menekankan pada teknik kemampuan seperti memotong, menusuk atau menangkis senjata lawan dengan keterampilan dalam memanfaatkan kelincahan tangan". Sama halnya dengan yang di kemukakan oleh Tsolakakis & Vagenas (2010) Anggar juga merupakan olahraga pertarungan terbuka yang melibatkan 2 orang yang membutuhkan eksekusi gerakan tubuh yang kompleks dan strategi permainan yang efisien.

Olahraga anggar dan manusia sudah berkaitan sejak zaman dahulu, hal ini karena adanya hubungan antara manusia dengan pedang, dimana pedang digunakan manusia sebagai alat untuk membela dan mempertahankan diri dari alam dan manusia lain. Menurut Castle (2003) Sejarah menemukan bahwa olahraga anggar sudah ada sejak zaman mesir kuno, dan menjadi sejarah awalnya permainan pedang ditemukan.

Meskipun Anggar merupakan cabang olahraga yang kurang dikenal. Namun olahraga anggar adalah salah satu dari sedikit cabang olahraga yang telah tampil di setiap olimpiade. Hal ini di kemukakan oleh A.Turner (2014) bahwa olahraga anggar pertama kali telah diakui dalam Olympic Games di Athena tahun 1896, yang awalnya hanya pada nomor floret dan sable, sedangkan nomor degen dimulai pada tahun 1900. Dan sejak saat itu olahraga anggar mulai populer di eropa dan berubah menjadi pertarungan.

Sejarah Perkembangan anggar di Indonesia tidak lepas dengan dunia militer. Menurut Kurniawan (2010 hlm. 15):

Perkembangan olahraga anggar dimulai sejak zaman penjajahan

pemerintahan Belanda yang memberikan pelajaran bela diri menggunakan pedang. Pemerintahan yang melaksanakan pendidikan pelajaran beranggar di Indonesia sebelum Perang Dunia II adalah jajaran Militer Kerajaan Belanda, dan merekalah pula yang telah membawa dan memperkenalkan anggar di Indonesia. Perkembangannya masih khusus di kalangan Militer dan kemudian mendapatkan perhatian dari masyarakat umum.

Anggar dapat dibedakan menurut jenis pedangnya menjadi 3, yaitu Degen(*epee*), Floret (*foil*), dan Sabel (*Sabre*). Menurut Murgu (2006) “Ketiga jenis senjata tersebut mempunyai perbedaan yang dilihat dari cara mendapatkan point dan aturan dalam memainkannya, baik yang dengan cara menusuk ataupun dengan cara memukulkan pedangnya”. Pada nomor degen, tidak memiliki aturan khusus. Yang berarti siapapun yang memukul lawan terlebih dahulu akan mendapatkan point. Sedangkan pada nomor floret dan sabel menurut Łuczak (2015) Sudah di atur menggunakan aturan, yang berarti pemain anggar yang memulai serangan memiliki prioritas dalam mencetak skor sebelum pemain anggar yang lain melakukan serangan balik.

Kondisi fisik mempunyai peranan penting dalam mengembangkan prestasi atlet. Hal yang sama di jelaskan oleh Bompa & Haff (2009) ”Kondisi fisik merupakan salah satu aspek penting dalam menunjang prestasi atlet”. Kemampuan kondisi fisik ini merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan dengan yang lainnya. Menurut Oates (2022) ”Bahwa Olahraga anggar merupakan salah satu olahraga yang tingkat instensitas nya tinggi, dimana pemain anggar akan melakukan gerakan eksplosif untuk mendapatkan point”. Maka dari itu, untuk mencapai prestasi yang tinggi diperlukan pengetahuan kondisi fisik atlet dalam proses latihan.

Dalam latihannya olahraga anggar harus menguasai keterampilan khusus yang mengacu pada latihan gerak yang spesifik. Menurut Wiguna (2021) Latihan diharuskan sesuai dengan tipe kontraksi otot-otot yang digunakan sesuai dengan karakteristik fisiologi yang dibutuhkan. Menurut Cheris (2002) terdapat beberapa unsur kondisi fisik yang dijadikan prioritas pada cabang olahraga anggar, diantaranya power koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), kelentukan (*flexibility*), daya tahan (*endurance*) dimana daya tahan sendiri dibagi menjadi *cardiovascular endurance* dan *muscular endurance*. Sehingga diperlukan program latihan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan atlet anggar, dalam menunjang

prestasi.

Dengan demikian kondisi fisik menjadi salah satu faktor penting penunjang olahraga prestasi khususnya cabang olahraga anggar. Dalam upaya meningkatkan kondisi fisik tidak dapat dilakukan dengan instan. Berbagai macam cara perlu dilakukan untuk memperoleh kualitas fisik yang baik. Melalui latihan fisik yang terprogram secara sistematis dan tepat sasaran akan berdampak pada kualitas fisik yang prima sehingga memberikan pengaruh positif pada kesehatan mental yang pada akhirnya juga berpengaruh pada teknik atlet.

Cabang olahraga anggar Jawa Barat merupakan salah satu cabang olahraga unggulan yang ada di Jawa Barat, hasil ini di tunjukan pada gelaran PON XIX yang dilaksanakan di Jawa Barat, anggar menjadi juara umum dengan meraih 5 emas, 2 perak, dan 3 perunggu. Sedangkan pada PON XX Papua, tim Anggar Jawa Barat mengalami penurunan prestasi di banding PON sebelumnya yang hanya meraih 2 emas, 2 perak, dan 5 perunggu. Sedangkan pada PON XX Papua, Provinsi Riau berhasil menjadi juara umum dengan meraih 5 emas, 3 perak, dan 1 perunggu. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran kondisi fisik Tim Anggar Jawa Barat pada PON XX Papua untuk melakukan penelitian dengan judul *“Analisis Kondisi Fisik Tim Anggar Jawa Barat Pada Pon XX Papua.”*

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan tersebut, maka dalam penelitian ini masalah pokok dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kondisi fisik Tim Anggar Jawa Barat pada PON XX Papua?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan tersebut, maka dalam penelitian ini disimpulkan tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui gambaran kondisi fisik Tim Anggar Jawa Barat pada PON XX Papua.

1.4. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini, terdapat beberapa manfaat, diantaranya adalah:

1.4.1. Manfaat dari segi teori

Dalam bidang ilmu pengetahuan, hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian berikutnya dan juga bahan evaluasi untuk pengembangan penelitian yang serupa.

1.4.2. Manfaat dari segi kebijakan

Penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi bagi masyarakat khususnya atlet Anggar untuk mengetahui tingkat kondisi fisik.

1.4.3. Manfaat dari segi praktik

Dapat menambah wawasan dan pengalaman secara langsung mengenai tingkat kondisi fisik.

1.4.4. Manfaat dari segi isu serta aksi sosial

Memberikan informasi kepada semua pihak mengenai tingkat kondisi fisik dalam Olahraga Anggar.

1.5 Struktur Organisasi

Berdasarkan buku Pedoman Penulisan Karya Tulisan Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia (2019) maka sistematika penulisan Laporan penelitian (skripsi) yang akan disusun adalah sebagai berikut:

1.5.1. Bab 1

Berisikan uraian pendahuluan dan merupakan bagian awal skripsi, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan permusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikan penelitian serta sistematika skripsi.

1.5.2. Bab II

Berisikan tentang landasan teori, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian. Kajian Pustaka mempunyai peran yang sangat penting. Bab ini membahas teori yang melandasi masalah skripsi yang merupakan kerangka teoritis yang diterapkan dalam skripsi, serta posisi teoritik peneliti. Pada bab ini berisi tentang Analisis Kondisi Fisik Tim Anggar Putra Jawa Barat pada PON XX Papua.

1.5.3. Bab III

Berisikan tentang metodologi penelitian yang berisikan tentang penjabaran rinci metode penelitian yang digunakan, tempat dan waktu penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrument penelitian, pengumpulan data, dan Teknik analisis data.

1.5.4. Bab IV

Berisikan tentang hasil penelitian dan pembahasan, bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian terdiri dari dua hal utama, yakni pengelolaan atau analysis data untuk hasil temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pernyataan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis penelitian.

1.5.5. Bab V

Berisikan kesimpulan dan saran, bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian.