

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga dan Masyarakat adalah suatu yang tidak bisa terpisahkan dan merupakan fenomena yang memiliki dampak yang besar bagi Masyarakat, karena melalui olahraga mampu menciptakan pengembangan karakter sehingga olahraga dapat dijadikan jembatan untuk membentuk identitas bangsa (Niland *et al.*, 2020) Dalam kehidupan sehari-hari tentunya sudah tidak asing lagi untuk mendengar kata olahraga. Olahraga tidak hanya dilakukan di darat saja, melainkan ada olahraga yang menggunakan media air. Olahraga yang menggunakan media air salah satunya yaitu olahraga renang. Bagi masyarakat Indonesia olahraga renang ini sudah merupakan aktivitas yang lazim sering dilakukan untuk berolahraga ataupun untuk hiburan semata.

Olahraga renang cukup populer di Indonesia, hal ini dapat dilihat dari banyaknya peminat di cabang olahraga ini dari yang hanya bertujuan untuk rekreasi, terapi (pengobatan) dan tidak jarang juga untuk pembinaan prestasi.(Susanto, 2010) Pada umumnya manusia melakukan olahraga dengan tujuan untuk rekreasi, Kesehatan jasmani, dan pendidikan. dalam olahraga renang mencakup ketiga nilai tersebut(Abdul Gani *et al.*, 2019)

Diantara ke empat gaya dalam berenang gaya kupu – kupu merupakan gaya yang paling indah gerakannya seperti gerakan lumba – lumba berenang.(T. T. Setiawan, 2007) gaya kupu – kupu dianggap sebagai gaya lanjutan yang artinya Ketika perenang ingin menguasai gaya kupu – kupu harus sudah menguasai gaya bebas, gaya punggung, dan gaya dada(Sriningsih, 2017) tapi pada kenyataannya masih banyak yang tidak bisa pada renang gaya kupu – kupu di sebabkan posisi badan condong dengan permukaan air dan kaki jauh dengan permukaan air. Gerakan kaki mulai dari sendi tungkai sampai sendi pinggul kaku, Gerakan lengan pada saat menarik dan mendorong terlalu rendah, dan juga pada saat melakukan pengambilan pernapasan terlalu awal.(As'andira *et al.*, 2021)

Pada gaya kupu – kupu sangat dibutuhkan kelenturan pada Daya ledak (*power*) otot tungkai sebagai daya ledak dan sendi pinggul untuk meningkatkan gaya dorong, mengurangi hambatan, atau kombinasi dari keduanya. Tenaga dorong di peroleh dari kekuatan tenaga tungkai dan lengan sedangkan hambatan di peroleh dari melakukan Gerakan dengan Teknik yang kurang benar.(Faradise Lekso, 2013) panjang sendi tungkai memberikan kekuatan kayuhan agar menjadi lebih besar(Armisesna & Sefriana, 2021) Daya ledak (*power*) otot tungkai menentukan tingkat keberhasilan dalam Gerakan renang gaya kupu - kupu(M. Faradise Lekso, 2013)

Sendi panggul adalah persendian yang dibentuk oleh caput femoris dengan acetabulum dari os coxae. Sendi panggul merupakan jenis persendian enarthrosis (synovial ball and socket joint).(Riki Tri Ardiansyah, 2020) Sendi panggul turut di butuhkan pada saat melakukan renang gaya kupu – kupu dimana pada saat sendi tungkai di lecutkan maka sendi panggul harus mengikuti agar badan menjadi lentur dan dorongan menjadi kuat(Zulkifli, 2015) penulis menyimpulkan adanya kontribusi yang diberikan sendi panggul pada renang gaya kupu – kupu.(Armisesna & Sefriana, 2021)

Setiap individu memiliki kemampuan gerak yang berbeda, perbedaan tersebut menjadi suatu permasalahan yang perlu di cari jalan keluarnya. Penguasaan terhadap renang gaya kupu – kupu sangat erat dengan Daya ledak (*power*) otot tungkai dan sendi panggul, oleh karena itu penulis merasa perlu melakukan penelitian tentang masalah ini, sehingga dapat di ketahui dengan pasti apakah ada kontribusi mengenai Daya ledak (*power*) otot tungkai dan sendi panggul pada kecepatan renang gaya kupu – kupu. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Kontribusi Fleksibilitas Sendi Panggul Dan Daya ledak (*power*) otot tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Kupu Kupu”.

1.2 Rumusan Masalah

- 1) Berapa besar kontribusi dari Daya ledak (*power*) otot tungkai terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu ?
- 2) Berapa besar kontribusi dari sendi panggul terhadap renang gaya kupu – kupu ?

- 3) Apakah ada kontribusi yang signifikan dari sendi panggul, dan Daya ledak (power) otot tungkai secara bersama - sama terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu ?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1) Untuk mengetahui adakah kontribusi dari Daya ledak (power) otot tungkai terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu
- 2) Untuk mengetahui adakah kontribusi dari sendi panggul terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu
- 3) Untuk mengetahui ada kontribusi dari sendi panggul dan Daya ledak (power) otot tungkai secara bersama - sama terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu.

1.4 Manfaat Penelitian

- 1) Bagi sampel atau praktisi dapat mengetahui bahwa adanya kontribusi Daya ledak (power) otot tungkai dan sendi panggul secara bersama – sama berpengaruh pada kecepatan renang gaya kupu – kupu.
- 2) Bagi penulis bisa menyelesaikan dan memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana olahraga di program studi ilmu keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia.
- 3) Bagi pembaca dapat menambah wawasan mengenai renang gaya kupu – kupu, Daya ledak (power) otot tungkai , kecepatan dan sendi panggul dan menjadi sumber referensi lain yang bisa di dapat.

1.5 Struktur Organisasi

Dalam penulisan skripsi, penulis mengurutkan dan menjelaskan sesuai Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI tahun 2019 dengan penjelasan sesuai dengan dengan penjelasan secara singkat sebagai berikut :

- 1) Bab I berisi uraian tentang pendahuluan. Yang akan dipaparkan mengenai latar belakang penelitian yaitu olahraga renang, sendi panggul, Daya ledak (power) otot tungkai , dan kecepatan renang. Rumusan masalah dan tujuan penelitian

yaitu untuk mengetahui Kontribusi fleksibilitas sendi panggul dan Daya ledak (power) otot tungkai terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu.

- 2) Bab II berisi tentang uraian teori – teori yang terkait dengan penelitian ini secara mendalam. Diantaranya komponen renang gaya kupu – kupu, Daya ledak (power) otot tungkai , fleksibilitas sendi panggul dan kecepatan.
- 3) Bab III berisi uraian tentang metode penelitian . yang akan di paparkan mengenai metode dan desain penelitian, Batasan penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.
- 4) Bab IV menjelaskan dan membahas hasil juga temuan dari penelitian yang berisi kontribusi Daya ledak (power) otot tungkai , sendi panggul terhadap kecepatan renang gaya kupu – kupu.
- 5) Bab V, berisi tentang kesimpulan dari penelitian kontribusi fleksibilitas sendi panggul dan Daya ledak (power) otot tungkai terhadap kecepatan renang gaya kupu - kupu