

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, sepatu roda adalah sepatu beroda kecil (mainan anak-anak untuk meluncur). Sehingga dapat kita artikan bahwa Olahraga sepatu roda adalah olahraga yang menggunakan sepatu beroda kecil (mainan anak-anak untuk meluncur). Olahraga sepatu roda sendiri berasal dari Belanda. Pertama kali dicetuskan oleh seorang penggemar *ice skating* pada abad 17, yang menginginkan dapat meluncur di atas jalanan keras layaknya di atas es atau salju. Lantas ia berinisiatif memasang roda pada sepatunya. Abad berikutnya, tahun 1763, Joseph Marlin dari Belgia mencoba-coba memasang roda besi pada sepatunya untuk berlari. Hanya saja, kegemaran yang cepat menular itu tak serta merta berkembang. Disebabkan pemerintah setempat mengeluarkan larangan bersepatu roda di jalan raya.

James Leonard Plimtons dari Amerika Serikat mematenkan sepatu roda pada tahun 1863, dan kemudian dijuluki sebagai bapak sepatu roda dunia. Kemudian terus berkembang dan populer, tak hanya di Amerika, tapi juga hingga Inggris dan Austria. Di Inggris sendiri, terbentuk organisasi sepatu roda The National Skating Association (NSA) pada tahun 1876, dan Sejak itulah kejuaraan sepatu roda diadakan. Kepopuleran sepatu roda berkembang begitu cepat dan menyebar disebabkan berbagai permainan dan hiburan yang menggunakan sepatu roda di dalamnya. Seperti dalam opera dan komedi, balet, dan olahraga hockey dengan menggunakan sepatu roda. Ditambah dengan kebiasaan orang Eropa memanfaatkan waktu senggang dan liburan dengan bermain. Di setiap gedung pertunjukan selalu dilengkapi dengan fasilitas untuk sepatu roda. Sejak itu setiap tahun olahraga sepatu roda dilombakan dalam berbagai ajang. Setelah perang dunia pertama, tepatnya pada 1924, berdiri Federation Internationale de Roller Skating (FIRS) di Montreux, Swiss. Dan setelah periode 1930-an olahraga sepatu roda mulai diperlombakan secara internasional.

Arif Rahman Alamsyah, 2015

HUBUNGAN ANTARA POWER TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN DENGAN KECEPATAN SPRINT 300 METER

PADA OLAHRAGA SEPATU RODA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Masuknya olahraga sepatu roda ke Indonesia awalnya dari kalangan orang-orang Belanda dan anak-anak *elite* Indonesia yang bekerja pada Belanda. Pada tahun 60-an, anak-anak muda di beberapa kota besar seperti Jakarta, Surabaya dan Makassar (dahulu Ujung Pandang) demam olahraga sepatu roda. Di Jakarta sendiri, khususnya kalangan mahasiswa, yang tergabung dalam Ikatan Mahasiswa Djakarta (IMADA) mengadakan perkumpulan sepatu roda pada 1978. Pada tahun berikutnya, 7 Oktober 1979 terbentuk Pengurus Daerah Perserosi DKI Jakarta. Mulai menyelenggarakan berbagai even sepatu roda diikuti dengan pelaksanaan Munas Perserosi pertama pada 1981. Dalam Munas tersebut terbentuk kepengurusan untuk satu periode 1981-1985, kemudian dikukuhkan oleh Ketua KONI Pusat, Sri Sultan Hamengkubuwono. Melalui wadah Perserosi (Persatuan Olahraga Sepatu Roda Seluruh Indonesia), olahraga sepatu roda semakin menyebar luas ke seluruh Indonesia. Perserosi menginduk ke KONI sebagai salah satu cabang yang diperlombakan dalam berbagai even, daerah (seperti PORDA dan Kejurda) maupun nasional (PON dan Kejurnas) bahkan ke tingkat internasional (SEA Games, Asian Games dan Olimpiade). Klub-klub sepatu roda berkembang di mana-mana dengan komunitasnya tersendiri. Hampir di tiap kampus besar dan tiap kota maupun kabupaten, penggemar olahraga sepatu roda bisa ditemui di berbagai tempat.

Di kota Bandung sendiri, olahraga sepatu roda mulai kembali diminati oleh masyarakat. Semakin bertambahnya klub sepatu roda tentu menjadi indikator olahraga sepatu roda mulai diminati masyarakat. Upaya pemerintah turut mengembangkan olahraga sepatu roda dengan membangun arena sepatu roda di kompleks olahraga sasarua Bandung pada tahun 2010. Diharapkan dengan adanya arena sepatu roda, dapat memicu prestasi. Usaha pembinaan prestasi olahraga merupakan kegiatan yang sangat kompleks. Dimana aktivitas olahraga melibatkan unsur-unsur kemampuan teknik, taktik, dan mental. Semua unsur tersebut harus diberikan kepada atlet agar mampu berprestasi dalam suatu perlombaan. Begitu juga pada olahraga sepatu roda. Dimana olahraga sepatu roda sangat didukung oleh teknik dan unsur fisik.

Menurut Sajoto (1988:57) dikatakan bahwa:

Arif Rahman Alamsyah, 2015

HUBUNGAN ANTARA POWER TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN DENGAN KECEPATAN SPRINT 300 METER

PADA OLAHRAGA SEPATU RODA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

”Kondisi fisik adalah suatu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Peningkatan kondisi fisik mempunyai tujuan meningkatkan fisik atlet ke kondisi puncak”.

komponen yang mempengaruhi kondisi fisik seorang atlet diantaranya adalah kecepatan, *power* tungkai dan keseimbangan. Sesuai dengan yang dingkapkan sajoto (1988:58) bahwa:

komponen-komponen kondisi fisik yang perlu dikembangkan adalah:

1. Kekuatan atau *strength*.
2. Daya Tahan atau *endurance* dibedakan menjadi 2 golongan
 - a. Daya Tahan setempat atau *local endurance*.
 - b. Daya Tahan umum atau *cardiorespiratory endurance*.
3. Daya ledak otot atau *muscular power*.
4. Kecepatan atau *speed*.
5. Kelentukan atau *flexibility*.
6. Keseimbangan atau *balance*.
7. Koordinasi atau *coordination*.
8. Kelincahan atau *agility*.
9. Ketepatan atau *accuracy*.
10. Reaksi atau *reaction*

Power adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat. *Power* sangat penting untuk cabang-cabang olahraga yang memerlukan eksplosif, seperti lari sprint, nomor-nomor lempar dalam atletik, atau cabang-cabang olahraga yang gerakannya didominasi oleh meloncat seperti dalam bola voli, dan juga pada bulutangkis, dan olahraga sejenisnya. Menurut Bucher (Harsono, 1988) dikatakan bahwa seorang individu yang mempunyai *power* adalah orang yang memiliki :

- (a) derajat kekuatan otot yang tinggi,
- (b) derajat kecepatan yang tinggi, dan

- (c) derajat yang tinggi dalam keterampilan menggabungkan kecepatan dan kekuatan otot

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh baik dalam kondisi statik maupun dinamik. Dalam keseimbangan ini yang perlu diperhatikan adalah waktu refleksi, waktu reaksi, dan kecepatan bergerak. Dan biasanya latihan keseimbangan dilakukan bersama dengan latihan kelincuhan dan kecepatan, bahkan kelentukan.

Ada dua macam keseimbangan :

- a. *Keseimbangan statis* adalah mempertahankan sikap pada posisi diam di tempat. Ruang geraknya biasanya sangat kecil, seperti berdiri di atas alas yang sempit.
- b. *Keseimbangan dinamis* adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuhnya pada waktu bergerak. Seperti Sepatu roda, ski air, dan olahraga sejenisnya.

Komponen- komponen tersebut sangat penting dalam pembinaan atlet sepatu roda. Namun, dalam pengamatan penulis dilapangan ada beberapa hal yang didapat. Yang pertama, kekuatan power tungkai atlet kurang dikembangkan, hal ini terlihat dari latihan *power* tungkai yang kurang serius dan spesifikasi. Kedua, kemampuan keseimbangan atlet yang jarang sekali dilatih dalam olahraga ini. Padahal komponen tersebut merupakan pendukung prestasi seorang atlet.

Dalam penelitian Reza (2014) yang meneliti tentang hubungan waktu reaksi, *power* tungkai dan daya tahan kecepatan dengan kecepatan lari *sprint* 100 meter mengemukakan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan antara *power* tungkai dengan kecepatan lari *sprint* dengan persentasi dukungan sebesar 87,2% . dari penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *power* tungkai memberikan pengaruh yang signifikan dalam cabang olahraga atletik, khususnya numer *sprint* 100 meter.

Menurut observasi dilapangan, masih belum ada yang meneliti tentang *power* tungkai dan keseimbangan dalam olahraga sepatu roda. Dimana menurut penulis,

power tungkai dan keseimbangan memberikan pengaruh yang signifikan pada cabang olahraga yang lain, termasuk olahraga sepatu roda. Sepatu roda memiliki beberapa jenis permainan di dalamnya antara lain jenis *inline skate*, *quad skate* dan *skate board*. Pada perencanaan dan perancangan serta presentasi kedepan, penulis akan membahas lebih jauh tentang *speed skating* yang masuk dalam jenis *inline skate*.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas maka perlu dilakukan penelitian yang mengkaji mengenai “Hubungan antara *Power Tungkai* dan *Keseimbangan* dengan *Kecepatan Sprint 300 Meter* pada Olahraga Sepatu Roda”.

B. Rumusan Masalah

Untuk mempermudah proses penelitian yang akan dilaksanakan, masalah yang dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana kekuatan *power* tungkai atlet sepatu roda ?
2. Bagaimana kemampuan keseimbangan atlet sepatu roda ?
3. Bagaimana kecepatan *sprint* 300 meter atlet sepatu roda ?
4. Apakah terdapat hubungan antara *power* tungkai dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter ?
5. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter ?
6. Apakah terdapat hubungan antara *power* tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter ?
7. Bagaimana perbandingan dukungan antara *power* tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui kekuatan *power* tungkai atlet sepatu roda.
2. Mengetahui keseimbangan atlet sepatu roda.
3. Mengetahui hasil kecepatan *sprint* 300 meter atlet sepatu roda.

4. Mengetahui hubungan antara *power* tungkai dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter.
5. Mengetahui hubungan antara keseimbangan dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter.
6. Mengetahui hubungan antara *power* tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter.
7. Mengetahui perbandingan dukungan antara *power* tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter ?

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk kepentingan teoritis dan praktis.

1. Secara teoritis
 - a. Hasil penelitian dapat membuktikan secara ilmiah tentang Hubungan *power* tungkai dan keseimbangan dengan hasil kecepatan *sprint* 300 meter olahraga sepatu roda pada atlet di klub sepatu roda Balance Bandung.
 - b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi dan masukan bagi para pelatih maupun pembina dan pihak yang berkompeten terhadap pembinaan atlet dalam olahraga sepatu roda.
2. Secara praktis
 - a. Bagi lembaga, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi pihak yang berkemungkinan dibidang sepatu roda untuk dipergunakan dalam pembinaan prestasi atlet. Sebagai bahan kajian bagi para pakar dibidang olahraga dalam menentukan program latihan yang baik sesuai dengan kebutuhan untuk menunjang prestasi yang lebih baik. Sebagai bahan pembelajaran bagi para dosen kepada mahasiswa bahwa faktor komponen kondisi fisik, khususnya *power* tungkai dan keseimbangan sangat penting untuk menunjang atlet sepatu roda.

- b. Dapat dijadikan acuan bagi para pelatih atau pembina olahraga sepatu roda, untuk membina atlet melalui program latihan yang baik dan terarah untuk meningkatkan prestasi atletnya.
- c. Memberikan pengetahuan kepada para atlet sepatu roda bahwa hasil kecepatan sepatu roda pada jarak tertentu, banyak faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecepatan *sprint* sepatu roda 300 meter adalah komponen fisik diantaranya, *power* tungkai dan keseimbangan .
- d. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan bahan perbandingan bagi para penelitian di masa yang akan datang. Agar dalam masa yang akan datang olahraga sepatu roda di Indonesia semakin maju dan berkembang dan mendapatkan prestasi yang memuaskan.

E. Struktur Organisasi Skripsi

1. BAB I PENDAHULUAN

- a. Latar Belakang Penelitian
- b. Rumusan Masalah Penelitian
- c. Tujuan Penelitian
- d. Manfaat Penelitian
- e. Struktur Organisasi Skripsi

2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

- a. Sepatu Roda
- b. Kondisi Fisik
- c. Kecepatan
- d. *Power* Tungkai
- e. Keseimbangan
- f. Hubungan *Power* Tungkai Terhadap Kecepatan
- g. Hubungan Keseimbangan Terhadap Kecepatan
- h. Penelitian yang Relevan
- i. Posisi Teoritis

3. BAB III METODE PENELITIAN

- a. Desain Penelitian
- b. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian
- c. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional
- d. Instrumen penelitian
- e. Prosedur Penelitian
- f. Analisis Data

4. BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

- a. Temuan Penelitian
- b. Pembahasan Hasil Temuan

5. BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

- a. Simpulan
- b. Implikasi dan Rekomendasi

6. DAFTAR PUSTAKA

7. LAMPIRAN

8. RIWAYAT HIDUP PENELITI