

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga saat ini sudah menjadi suatu gaya hidup bagi masyarakat, banyak orang yang rela mengeluarkan banyak biaya hanya demi olahraga, selain menyehatkan juga tentunya bisa melepaskan kepenatan dalam aktivitas sehari-hari. Seperti olahraga panahan. Olahraga ini merupakan olahraga yang cukup membutuhkan banyak biaya, disamping konsentrasi dan daya tahan lengan yang sangat kuat tentunya.

Cabang Olahraga Panahan saat ini sudah mulai populer di Indonesia. Hal ini bisa dilihat dari banyaknya kejuaraan yang diadakan secara nasional, bahkan di tempat-tempat wisata sekalipun disediakan tempat untuk memanah bagi para pengunjung untuk mencoba. Hal ini tentu menggambarkan bahwa panahan di Indonesia sudah mulai berkembang.

Menembak dalam panahan dilakukan dengan pengulangan yang banyak, karena panahan akan menemukan kenyamanan jika dilakukan menembak sesering mungkin. Bahkan di Korea seorang pemanah pemula bisa menembak 200-300 anak panah per hari. Seorang pemanah harus mempunyai gerakan dasar yang benar setiap kali menembak untuk mendapatkan hasil yang baik. Penguasaan teknik yang benar akan sangat menunjang terhadap hasil dan pencapaian prestasi seorang atlet panahan. Teknik memanah yang dikuasai oleh atlet panahan dengan keajegan yang konsisten akan memungkinkan gerak yang dilakukan secara terus menerus selama latihan maupun selama bertanding.

Memanah yang baik dalam panahan sangat memerlukan konsistensi atau keajegan dan stabilitas yang tinggi. Sehingga dengan adanya konsistensi dan stabilitas yang tinggi akan memungkinkan hasil tembakan tetap baik. Untuk mendukung tercapainya konsistensi dan stabilitas tentu ada beberapa komponen penting yang harus diperhatikan yang merupakan hal terpenting dalam memanah salah satunya adalah melepaskan tali (*release*). Komarudin (2013, hlm. 30) mengatakan :

Dalam panahan, teknik yang dilakukan tidak bisa dipisahkan, tetapi terus sistematis yaitu tahap demi tahap harus dilakukan antara tahap satu hingga tahap berikutnya sampai akhir. Beberapa tahapan dalam memanah adalah *stance, nocking the arrow, hooking, mindset, set up, drawing, anchoring, holding, aiming, release, dan follow through*

Salah satu teknik memanah yang bisa menentukan perkenaan pada target yaitu teknik *release*. *Release* adalah cara melepaskan tali busur dengan cara merilekskan jari-jari penarik tali. Komarudin (2013, hlm. 41) mengatakan bahwa :

Release yang baik akan menyebabkan anak panah melaju dengan mulus. *Release* dapat dibagi menjadi dua macam, yaitu : (1) *Dead Release*: Pelaksanaan teknik ini setelah tali dilepas atau meninggalkan posisi *anchoring*, tangan penarik tali tetap menempel pada dagu seperti halnya sebelum tali dilepas. (2) *Active Release* : Pada teknik ini setelah tali dilepas atau meninggalkan posisi *anchoring*, tangan penarik tali bergerak kebelakang menelusuri dagu atau leher pemanah.

Salah satu teknik yang bisa menentukan laju dan perkenaan pada target adalah teknik *release* seorang pemanah, dimana jika pemanah pemula menggunakan salah satu teknik *release* tersebut dan menurutnya nyaman digunakan maka akan sangat berpengaruh terhadap hasil yang digunakannya.

Aspek penting yang harus diperhatikan pada saat tali dilepas yaitu bertolak dari titik yang sama secara ajeg dan gerakkan tangan si penarik tali selalu sama pada setiap saat. Komarudin (2013, hlm. 31) menyatakan :

Panahan memiliki banyak teknik yang digunakan, diantaranya adalah dari mulai posisi sikap berdiri (*stance*), memasang ekor anak panah ke tali (*nocking*), menempatkan jari di tali (*hooking the string and gripping the bow*), sikap mental (*mindset*), tarikan awal (*drawing*), menjangkarkan (*anchoring*), transfer atau *holding*, membidik (*aiming*), melepas tali (*release*), dan gerak lanjut (*follow through*).

Tentunya semua teknik yang ada pada panahan akan sangat menentukan hasil yang didapat saat menemui target, selain itu beberapa macam teknik yang ada memiliki masing-masing fungsi yang berbeda. Salah satunya adalah teknik *release*. Damiri (1990, hlm. 26) menyatakan bahwa: “*Release* adalah gerakan melepaskan tali busur dengan cara merilekskan jari-jari penarik tali. *Release* yang baik akan menyebabkan anak panah terbang dengan mulus.

Atlet yang memilih salah satu teknik *release* kemungkinan besar akan terus menggunakan teknik tersebut seterusnya, dan kemungkinan kecil juga untuk dirubah, karena jika sudah menggunakan salah satu teknik itu dari mulai ia berlatih sampai menjadi atlet hebat, maka ia akan merasakan nyaman dengan teknik tersebut. Tetapi, setelah saya melihat atau mengalami dimana situasi pertandingan panahan berlangsung, tentunya sifat masing-masing lawan berbeda satu sama lain. Ini menjadi suatu hal yang menarik. Untuk atlet pemula biasanya lebih menggunakan teknik *dead release*, dan setelah meningkat ke level yang lebih tinggi atlet akan berubah teknik ke *active release*. Namun dalam pandangan penulis, apakah untuk atlet pemula jika menggunakan *active release* secara langsung akan mendapatkan skor yang baik, ataukah *dead release* yang lebih baik?

Kebiasaan yang dimiliki oleh masing-masing individu itu dibawa kedalam suasana pertandingan, tentunya dari segi teknik tidak akan bisa dirubah jika sudah berada dalam posisi nyaman tersebut. Namun apakah jika dirubah akan membuat teknik yang lebih baik lagi? Dari pemaparan tersebut, penulis ingin mengkaji apakah pengaruh yang timbul saat bertanding maupun berlatih menggunakan salah satu teknik release akan menentukan *score* yang diperoleh pemanah. Jika atlet panahan yang baik dari segi teknik jika dihubungkan dengan teknik release yang dipilihnya lalu digantikan dengan teknik release yang baru akan menimbulkan perbedaan signifikan terhadap score yang diperoleh? Oleh karena itu, penulis mencoba meneliti bagaimana pengaruh Teknik *Dead Release* dan *Active Release* terhadap atlet pemula dalam berlatih di UKM Panahan UPI, dengan tujuan mengetahui perbandingan hasil score yang diperoleh saat atlet memilih salah satu teknik release.

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana yang telah diuraikan dalam latar belakang, maka peneliti mengidentifikasi masalah, antara lain :

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan teknik *Dead Release* terhadap hasil tembakan jarak 30 meter pada atlet pemula ?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan teknik *Active Release* terhadap hasil tembakan jarak 30 meter pada atlet pemula ?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil tembakan antara teknik *Dead Release* dan *Active Release* ?

C. Tujuan Penelitian

Secara Umum tujuan ini untuk mengetahui bagaimana hasil scoring yang diperoleh atlet panahan, jika menggunakan kedua teknik *Release (Dead Release dan Active Release)*.

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan teknik *Dead Release* terhadap hasil tembakan jarak 30 meter pada atlet pemula.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan teknik *Active Release* terhadap hasil tembakan jarak 30 meter pada atlet pemula.
3. Untuk mengetahui teknik manakah yang lebih baik antara *Dead Release* dan *Active release*.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap dari hasil penelitian ini dapat digunakan :

1. Secara Teoritis
 - a. Dapat dijadikan suatu informasi yang bermanfaat bagi pelatih terhadap suatu lembaga olahraga dalam cabang olahraga panahan khususnya mengenai perbandingan *dead release* dan *active release* terhadap hasil tembakan jarak 30 meter pada atlet pemula dalam cabang olahraga panahan.

- b. Dapat digunakan sebagai masukan terhadap pihak pembina cabang olahraga panahan maupun masyarakat mengenai hasil score yang diperoleh pada atlet pemula dari teknik *dead release* dan *active release* dalam cabang Olahraga panahan.
 - c. Dapat dijadikan pedoman bagi para pelatih maupun atlet dalam cabang olahraga panahan sebagai salah satu pertimbangan dalam mempersiapkan atau menyusun program latihan.
2. Secara praktis
- a. Jika penelitian ini sesuai dengan yang diharapkan, maka dapat dijadikan suatu rujukan bagi pelatih untuk membantu pelatihan maupun meningkatkan prestasi atlet pada cabang olahraga panahan.
 - b. Dapat digunakan untuk pembina sebagai masukan bahwa masalah teknik *dead release* dan *active release* untuk atlet pemula dapat mempengaruhi hasil tembakan.
 - c. Dapat dijadikan acuan bagi pengurus cabang olahraga panahan atau suatu lembaga terkait dalam upaya pengembangan teknik dalam olahraga panahan.
 - d. Dapat dijadikan pedoman bagi atlet pemula, agar mengetahui bagaimana cara menggunakan teknik *release* yang baik.

E. Struktur Organisasi

BAB I yaitu bab pendahuluan, dalam skripsi pada dasarnya adalah bab perkenalan. Dimana dalam bab ini membahas apa itu yang dimaksud panahan atau apa yang terkait dengan masalah yang akan diteliti, dan juga alasan alasan mengapa bisa mengambil masalah dalam skripsi tersebut. Lalu Bab II, yaitu bagian kajian pustaka dalam skripsi memberikan konteks yang jelas terhadap permasalahan yang akan di bahas dalam penelitian. Bab III merupakan bagian yang prosedural, yakni bagian yang mengarahkan kepada pembaca untuk mengetahui bagaimana peneliti merancang alur penelitiannya dari mulai pendekatan penelitian yang diterapkan, instrumen yang digunakan, tahapan pengumpulan data yang dilakukan, hingga tahapan-tahapan analisis data yang dijalankan. Bab IV yaitu temuan dan pembahasan. Bab ini menyampaikan dua hal

utama, yakni : (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan, bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya. Dan yang terakhir adalah bab V, yaitu simpulan, implikasi dan rekomendasi. Bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.