

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Renang adalah suatu jenis olahraga yang dilakukan di air, baik di air tawar maupun di air asin atau laut menurut Arma Abdoelah (1981, hlm.270). Kemudian mengenai pengertian renang yang tampaknya masih berhubungan, yang dituangkan dalam Modul Teori Renang Badruzaman (2007, hlm.13) berpendapat “*Swimming is the method by which humans (or other animals) move themselves through water.*” yang memiliki arti “suatu cara dilakukan orang atau binatang untuk menggerakkan tubuhnya di air”.

Dalam renang terdapat empat gaya yaitu gaya bebas, gaya dada, gaya punggung dan gaya kupu. Berbeda dari gaya renang yang lain bahwa perenang pemula memerlukan waktu lebih lama untuk mempelajari koordinasi gerakan tangan dan kaki dalam gaya kupu-kupu. Sebagian besar pemula juga menganggap gaya kupu-kupu sebagai gaya yang sulit untuk dipelajari. Dibandingkan ketiga gaya berenang lainnya, teknik gerakan yang buruk dalam gaya kupu-kupu tidak dapat ditutupi dengan besarnya tenaga yang dikeluarkan perenang. Gaya kupu-kupu (butterfly stroke) adalah salah satu dari gaya renang yang diperlombakan dalam olimpiade dan lomba-lomba resmi yang lain. Karena gerakan kakinya, gaya ini juga dikenal sebagai gaya lumba-lumba atau dolphin.

Vicky Hikmah Melati, 2018

**DAMPAK PENGGUNAAN MEDIA *PULL BOUY* TERHADAP
KETERAMPILAN RENANG GAYA KUPU-KUPU**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

| perpustakaan.upi.edu

Adapun teknik dasar gaya kupu-kupu seperti, posisi dada menghadap ke bawah, kedua belah lengan secara bersamaan ditekan ke bawah, lalu ke belakang, dan digerakkan ke arah luar sebelum diayunkan ke depan di atas permukaan air. Pada saat tarikan tangan ke belakang, kedua belah kaki secara bersamaan menekan ke bawah. Gerakan kaki dan tangan ini dilakukan untuk mendorong badan bergerak ke depan (atau ke atas permukaan air untuk mengambil nafas). Pada saat kepala masuk kembali ke dalam air, tangan mengikuti masuk, dan kaki kembali menekan ke bawah. Udara dihembuskan kuat-kuat dari mulut dan hidung sebelum kepala muncul dari air, dan udara dihirup lewat mulut ketika kepala berada di atas permukaan air.

Atlet yang baru belajar gaya kupu-kupu biasanya sulit untuk menguasai gerakan renang gaya kupu-kupu karena gerakan ini termasuk gerakan yang sulit sehingga mempengaruhi kenaikan kelas di club renang Tirtamerta. Karena biasanya dalam penguasaan gaya pada renang dibutuhkan dua sampai tiga bulan untuk dapat naik kelas ke kelas yang lebih baik. Namun disini atlet kesulitan untuk naik kelas karena kurangnya penguasaan teknik dan keterampilan pada renang gaya kupu-kupu maka adanya alat bantu yang dapat memudahkan para atlet untuk menguasai teknik dalam berenang. Seperti contohnya pelampung, kacamata renang, kaki katak (*Fins Swim*), *water noodle*, *kickboard*, *swim padle* dan *pull bouy*. Dengan alat bantu tersebut maka akan terlihat bagaimana dampaknya untuk keterampilan renang gaya kupu-kupu. Pada penelitian ini penulis menggunakan Pull bouy sebagai alat bantu untuk keterampilan renang gaya kupu-kupu. Dijelaskan bahwa; (1) pemahaman biomekanika akan menghasilkan peningkatan pengetahuan tentang kerumitan fungsi anatomis – fisiologi – dan mekanika dari tubuh manusia

dan akan membantu meniadakan kesalahan yang dilakukan guru dalam proses belajar mengajar keterampilan, sehingga dapat meningkatkan perkembangan unjuk kerja keterampilan khusus lebih cepat dan sempurna; (2) pengetahuan biomekanika juga penting bagi atlet karena ia akan menyadari kekeliruan untuk mencoba meniru gaya atlet lain karena gaya tersebut memberikan keberhasilan bagi atlet tersebut, sehingga atlet harus mengembangkan gayanya sendiri, sebab pada umumnya tidak ada dua manusia yang sama dalam karakteristik jasmani, seperti kekuatan otot, kelentukan, tipe tubuh dan begitupula karakteristik psikologis. Dengan demikian pada penyampaian yang kedua dapat digunakan oleh para pelatih olahraga untuk mengenal karakteristik dan kemampuan atlet, sehingga memiliki cara untuk mengembangkan kemampuan dan prestasi atlet, menurut Arma Abdulah (1994, hlm.202). Alasan penulis menggunakan *pull bouy* karena *pull bouy* dapat meringankan bagian bawah tubuh (*lower body*) agar konsentrasi bisa fokus ke bagian atas tubuh (*uper body*). Sebagaimana pada penelitian ini penulis akan meneliti dampak penggunaan media *pull bouy* terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu maka penulis akan menjelaskan terlebih dahulu definisi *pull bouy*.

Pelampung tarik (*Pull Bouy*) merupakan pelampung yang terbuat dari busa dan berbentuk seperti angka delapan. Pelampung tarik adalah bagian dasar alat bantu renang yang digunakan untuk memperbaiki kekuatan perenang. Disebut pelampung tarik karena hanya digunakan untuk momentum ke depan. Pelampung ini ditempatkan di antara paha atau pergelangan kaki untuk memberi dukungan pada tubuh tanpa menendang kaki mereka dan pelampung ini difokuskan untuk pergerakan kaki dan pinggul. Pelampung ini juga digunakan perenang untuk fokus

hanya melatih lengan dan mengembangkan daya tahan dan kekuatan tubuh bagian atas. Penggunaan pelampung tarik ini untuk memberikan latihan yang lebih terfokus pada lengan dengan memberikan dukungan flotasi untuk pinggul dan kaki.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis ingin mengetahui dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu . Melalui penelitian ini penulis ingin membuktikan **“DAMPAK PENGGUNAAN MEDIA *PULL BOUY* TERHADAP KETERAMPILAN RENANG GAYA KUPU-KUPU”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu. Sehingga masalah penelitian adalah apakah terdapat dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu?.

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah secara teoritis dan secara praktis yang di paparkan sebagai berikut :

1. Secara Teoritis dapat menambah wawasan mengenai dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu.

2. Secara Praktis dapat dijadikan pedoman bagi para peneliti ketika ingin mengetahui seberapa dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu-kupu.

1.5 Batasan Penelitian

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak mencakup terlalu luas, maka diperlukan pembatasan terhadap permasalahan penelitian, batasan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dampak penggunaan media pull bouy terhadap keterampilan renang gaya kupu kupu.
2. Penelitian ini difokuskan untuk atlet club renang Tirtamerta Bandung.
3. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah club renang Tirtamerta Bandung.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan skripsi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan.

Bab ini menjelaskan tentang alasan logis yang mendasari apakah terdapat hubungan tingkat kebugaran dengan kinerja wasit futsal liga nusantara 2017. Pada bagian ini peneliti membuat kerangka mulai dari permasalahan yang akan diteliti hingga maksud tujuan dilakukannya penelitian.

BAB II Tinjauan Teoritis.

Bab ini berisi uraian landasan teori dari para ahli tentang penggunaan media pull bouy, keterampilan dan rennag gaya kupu-kupu.

BAB III Metodologi Penelitian.

Bab ini berisi uraian tentang metode penelitian yang digunakan, populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, prosedur dan analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan.

Bab ini menjelaskan mengenai deskripsi obyek penelitian serta analisis data dan pembahasan yang dilakukan, sesuai dengan instrumen penelitian yang digunakan.

BAB V Kesimpulan dan saran.

Bab terakhir ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan dan saran-saran yang berhubungan dengan penelitian bagi pihak instansi dan seluruh pihak yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.