

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Renang adalah cabang olahraga yang populer di kalangan siswa khususnya dan masyarakat pada umumnya. Olahraga renang di Indonesia sendiri telah dikenal akrab oleh masyarakat bahkan sudah tidak memandang jenis kelamin maupun usia. Olahraga renang adalah aktivitas air dengan banyak macam gaya yang sudah dikenalkan sejak lama dan banyak memberi manfaat kepada manusia. Beberapa langkah yang perlu dilakukan untuk mencapai hal tersebut antara lain memperhatikan peningkatan pengadaan sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana olahraga sangatlah penting dalam proses kegiatan pembelajaran ataupun peningkatan prestasi atlet/mahasiswa karena sarana dan prasarana menjadi pilar utama dalam mendukung setiap kegiatan yang berhubungan dengan aktivitas olahraga (Irawan, 2017.)

Renang adalah salah satu dari sedikit olahraga di mana para atlet berkompetisi dalam acara yang berbeda dalam hal jarak dan teknik. Mengingat, kompetisi renang menampilkan sebanyak 17 acara yang diambil dari empat gaya (gaya punggung, gaya dada kupu-kupu, gaya bebas, dan gaya ganti perorangan) dan enam jarak (50, 100, 200, 400, 800, dan 1500 m) (Stewart & Hopkins, n.d.). Perenang biasanya mengikuti lebih dari satu acara di sebuah kompetisi, tetapi konsistensi atau keandalan penampilan mereka di antara acara-acara yang berbeda dalam jarak atau gaya yang berbeda.

Perenang berbakat biasanya mengikuti beberapa kompetisi dalam satu musim, sehingga memungkinkan juga untuk memperkirakan keandalan performa di ajang yang sama di antara kompetisi. Analisis terbaru berdasarkan simulasi acara kompetitif telah menunjukkan bahwa keandalan ini adalah faktor kunci dalam menentukan sejauh mana strategi peningkatan performa mempengaruhi peluang seseorang atlet untuk memenangkan medali. Motivasi berprestasi merupakan dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk berusaha meningkatkan kemampuannya dengan menggunakan standar keunggulan.

Syifa Nazma Firdaus, 2023

PROFILE REACTION TIME FREESTYLE FINA WORLD SWIMMING CHAMPIONSHIPS BUDAPEST 2022 DENGAN HASIL SELEKNAS RENANG SEA GAMES 2023

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

Renang gaya bebas adalah salah satu nomor cabang olahraga renang yang dilatih pada perenang. Menurut FINA (*Federation Internationale de Natation Amateur*) “gaya bebas ditetapkan bahwa perenang dapat berenang suatu gaya apa saja, kecuali dalam nomor gaya ganti perorangan dan gaya ganti estafet”. Gaya bebas adalah gaya yang berbeda dari gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu. Jadi, prestasi renang gaya bebas adalah hasil dari usaha yang dilakukan seseorang dalam melakukan renang gaya apa saja dan berbeda dari gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu (*THE RELATIONSHIPS BETWEEN SELF-CONCEPT*, n.d.).

Mengingat perlombaan renang mulai dari 50m hingga 1500m, analisis strategi perlombaan renang memiliki kepentingan mendasar dalam kinerja atlet, terutama dalam perlombaan jarak jauh, di mana setiap bagian waktu selama perlombaan akan sesuai dengan sebagian dari hasil akhir, dengan kemampuan untuk menentukan perbedaan antara tempat pertama dan kedua (de Souza Castro et al., 2017). Strategi perlombaan adalah cara atlet mendistribusikan kecepatan dan pengeluaran energi sepanjang acara, dan aspek penting lainnya dalam strategi perlombaan adalah waktu parsial yang digunakan. Dalam 400m gaya bebas, para atlet menerapkan strategi perlombaan yang meliputi meninggalkan blok awal dengan cepat, dengan intensitas tinggi, diikuti dengan penurunan upaya di tengah lomba, dan akhirnya akselerasi di bagian akhir (Mauger et al., 2009).

Dalam olahraga renang, keluar dari blok start dianggap sebagai faktor yang berpengaruh pada hasil lomba atlet, serta cara paling umum untuk mengukur waktu reaksi (RT). Faktor ini bisa saja mengalami perubahan selama bertahun-tahun, karena para atlet mungkin telah memodifikasi pola keluar dari blok start mereka, bersama dengan pola renang teknis renang, yang diamati melalui faktor biomekanik (Barbosa et al., 2010). Beberapa sumber daya telah dikembangkan dengan tujuan untuk meningkatkan performa perenang. Pengembangan pakaian renang berteknologi tinggi yang membantu kinerja atlet terutama terkait pemecahan rekor yang sudah lama ada (Learning, 2011).

Para atlet yang mencapai hasil terbaik dalam olahraga prestasi seringkali dikenal sebagai pahlawan olahraga dan menjadi inspirasi bagi banyak orang. Dampak positif dari olahraga yaitu banyaknya komunitas olahraga di suatu bangsa yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani serta bentuk kegiatan sosial, dampak positif selanjutnya dalam bidang prestasi menjadi salah satu untuk mengharumkan nama bangsa di ranah internasional (Hills et al., 2012).

Penelitian terdahulu lainnya yang menguatkan alasan betapa pentingnya penelitian ini untuk dilakukan adalah sebuah jurnal internasional dari *Analysis of the performance of finalist swimming athletes in Olympic games: reaction time, partial time, speed, and final time*. (Kf et al., 2020), yang menjelaskan tentang perbandingan waktu reaksi, kecepatan renang, waktu parsial, dan waktu akhir perenang gaya bebas di Olimpiade Beijing 2008, London 2012, Rio 2016 dan menganalisis nomor pertandingan 100m, 200m, dan 400m gaya bebas. dalam Olimpiade yang dianalisis. Perbedaan statistik ditemukan pada RT di 100, 200, dan 400m gaya bebas pada wanita dan 400m gaya bebas pada pria selama tiga Olimpiade, sedangkan untuk kecepatan rata-rata 50 meter pertama menunjukkan perbedaan waktu parsial, dan untuk waktu final hanya 100m putri yang berbeda di tiga Olimpiade. Strategi perlombaan dan waktu parsial memiliki karakteristik yang sama selama Olimpiade yang dianalisis, sementara waktu reaksi para atlet menunjukkan perbedaan yang signifikan evolusi yang signifikan selama Olimpiade.

Dari permasalahan tersebut di atas, maka penelitian ini menggunakan judul “Profile Reaction Time Freestyle FINA World Swimming Championships Budapest 2022 dengan Hasil Seleknas Renang Sea Games 2023”

1.2 Rumusan Masalah

Adapun masalah yang dirumuskan dalam penulisan ilmiah ini adalah :

1. Apakah terdapat perbedaan waktu reaksi yang signifikan antara atlet wanita FINA world swimming nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 400M gaya bebas?

2. Apakah terdapat perbedaan waktu reaksi yang signifikan antara atlet wanita FINA world swimming nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 800M gaya bebas?
3. Apakah terdapat perbedaan waktu reaksi yang signifikan antara atlet pria FINA world swimming nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 400M gaya bebas?
4. Apakah terdapat perbedaan waktu reaksi yang signifikan antara atlet pria FINA world swimming nomor 400M gaya bebas terhadap atlet pria seleknas renang Sea Games 2023 nomor 1500M gaya bebas?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian yaitu :

1. Untuk mengetahui perbedaan waktu reaksi atlet wanita *FINA World Swimming* nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 400M gaya bebas.
2. Untuk mengetahui perbedaan waktu reaksi atlet wanita *FINA World Swimming* nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 800M gaya bebas.
3. Untuk mengetahui perbedaan waktu reaksi atlet pria *FINA World Swimming* nomor 400M gaya bebas terhadap atlet seleknas renang Sea Games 2023 nomor 400M gaya bebas.
4. Untuk mengetahui perbedaan waktu reaksi atlet pria *FINA World Swimming* nomor 400M gaya bebas terhadap atlet pria seleknas renang Sea Games 2023 nomor 1500M gaya bebas.

1.4 Manfaat Penelitian

a) Bagi penulis

Sebagai sarana untuk melatih dan mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian bagi penulis sehingga dapat mengembangkan diri untuk melakukan penulisan karya ilmiah dan juga menambah wawasan penulis tentang waktu reaksi saat memulai perlombaan pada olahraga renang.

b) Bagi atlet

Sebagai tambahan informasi bagi atlet bagaimana waktu reaksi penting dan langkah utama untuk memulai perlombaan dan mendapatkan hasil yang diinginkan.

c) Bagi pelatih

Sebagai bahan masukan bagi pelatih kepada atlet dalam memulai perlombaan bahwa waktu reaksi merupakan hal yang sangat penting dalam langkah awal memulai perlombaan untuk mencapai waktu serta mendapatkan peringkat sesuai keinginan. Serta mengetahui waktu reaksi apabila terlambat dalam memulai akan mempengaruhi waktu awal dan tertinggal, dan melihat perbandingan waktu reaksi antara atlet elite dari berbagai negara dengan atlet nasional indonesia dari berbagai provinsi.

1.5 Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini menjadi lebih fokus serta keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian, maka permasalahan yang ada perlu dibatasi. Oleh karena itu, penelitian ini hanya akan membahas tentang perbedaan waktu reaksi (RT) *freestyle* atlet *FINA World Swimming Championships* Budapest 2022 dengan atlet Seleknas Renang Sea Games 2023.