

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan seperti yang tertuang dalam UU No.20 tahun 2003 Tujuan pendidikan nasional yang terdapat dalam UU Sisdiknas No.20 tahun 2003, dikatakan: “pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri. Serta memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Panahan merupakan cabang olahraga yang menggunakan peralatan. Busur adalah alat yang digunakan untuk menembakkan anak panah yang dibantu oleh kekuatan elastisitas dari busur itu sendiri. Pada masa lampau busur digunakan untuk berburu serta sebagai salah satu peralatan perang. Dalam cabang olahraga panahan, busur dan anak panah merupakan alat utama dalam memanah.

Juwita Lili (2020) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan seperti yang tertuang dalam UU No.20 tahun 2003 tujuan pendidikan yang terdapat dalam UU No.20 Tahun 2003 dikatan;pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif dan mandiri. Serta memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Sigit Pratomo dkk (2022: 3) Olahraga panahan suatu kegiatan menggunakan busur panah untuk menembakkan anak panah ke permukaan sasaran (*target face*) setepat mungkin. Olahraga panahan merupakan cabang olahraga yang sangat memerlukan kekuatan, koordinasi, daya tahan, kelentukan, panjang tarikan, keseimbangan untuk membentuk teknik memanah. Faktor-faktor tersebut harus ditunjang dengan latihan, koordinasi fisik yang prima dan tahan lama. Koordinasi fisik disini yang dimaksud yaitu seorang pemanah tidak hanya memiliki kekuatan yang besar, tetapi juga harus memiliki daya tahan yang baik.

Olahraga panahan menurut rizal dan Jatmiko (2018) adalah salah satu olahraga tertua di dunia, namun demikian tidak ada seorang pun mengetahui secara pasti kapan busur serta anak panah lalu ditemukan untuk pertama kali. Sejak jaman prasejarah ke 2 alat ini telah digunakan untuk berburu dan melindungi diri dari serangan musuh.

Aifahh (2021: 140) pentingnya kondisi fisik atlet untuk memaksimalkan prestasi juga ada penelitian yang telah mengujinya yang menyatakan kondisi fisik olahraga merupakan batas prestasi atlet. Jika atlet dalam kondisi fisik yang baik, atlet akan mendapatkan hasil yang lebih baik, dan jika atlet tidak dalam kondisi fisik yang baik, atlet akan tidak puas dengan hasilnya. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan sebelum mengikuti pertandingan atau suatu perlombaan, utamanya pada atlet PERPANI kota Banda Aceh: (1) Kondisi fisik, meliputi: kekuatan otot lengan, kekuatan otot tubuh, kekuatan otot tungkai, kekuatan otot lengan, kapasitas aerobik, kelenturan, postur tubuh (panjang tarikan), koordinasi antar mata dan lengan. (2) Teknik, meliputi: teknik dasar memanah, penyetelan instrumen dan kesesuaian dengan kondisi tubuh dan postur, kompensasi, kualitas instrumen. (3) Taktik, meliputi: penguasaan tata tertib panahan. (4) Psikologi, meliputi: motivasi, percaya diri, sportivitas, kecemasan, pengendalian, dan konsentrasi. Kekuatan otot lengan dalam olahraga panahan digunakan untuk menarik busur, sehingga busur menjadi lentuk. Menekuknya busur disebabkan oleh kekuatan otot lengan dan tarikan tangan penarik busur.

Menurut Danar Arga Baskoro (2016) Kekuatan otot lengan dalam olahraga panahan digunakan untuk menarik busur, sehingga busur menjadi lentuk. Menekuknya busur disebabkan oleh kekuatan otot lengan dan tarikan tangan penarik busur. Berdasarkan hasil observasi 11 Desember 2022, di dalam lingkup Atlet PERPANI Kota Banda Aceh bahwa masih banyak atlet yang terkendala di bagian otot lengan yang sangat berpengaruh dan berdampak pada ketepatan memanah.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis ingin mengetahui bagai mana pengaruh daya tahan otot lengan terhadap ketepatan memanah melalui suatu kajian ilmiah dengan judul ***“Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh”***.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas maka permasalahan yang dapat diidentifikasi masalah yaitu :

1. Kekuatan otot lengan yang kurang maksimal pada saat memanah.
2. Kurangnya kekuatan otot lengan yang mengakibatkan ketepatan memanah tidak tepat sasaran atau tidak stabil.
3. kurangnya kepercayaan diri Atlet pada saat memanah yang di sebabkan lemahnya otot lengan yang dapat berpengaruh pada ketepatan memanah atlet ketika melepaskan anak panah ke *target face*.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identitas masalah yang telah di paparkan maka penelitian membatasi penelitian ini pada :

1. Pengaruh Kekuatan otot lengan terhadap memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh.
2. Pengaruh Ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh
3. Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan judul tersebut maka dapat di ambil beberapa masalah pokok yang sangat menarik untuk di kaji lebih lanjut, di antaranya :

1. Apakah terdapat Pengaruh Kekuatan otot lengan terhadap ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh?
2. Apakah ada Pengaruh ketepatan terhadap memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh pada saat melaksanakan sesi latihan setiap sorenya?
3. Apakah terdapat Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh pada saat melaksanakan *scoring* mingguan?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Kekuatan otot lengan terhadap ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh pada saat sesi latihan dan juga pada saat melaksanakan *scoring* mingguan?
2. Untuk mengetahui apakah ada Pengaruh ketepatan terhadap memanah Atlet PERPANI Banda Aceh pada saat sesi latihan dan juga pada saat melaksanakan *scoring* mingguan?

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat digunakan sebagai frekuensi ilmiah untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang pendidikan bagi pembaca dan secara praktis dapat memberikan manfaat bagi peneliti dan masyarakat.

1.7 Hipotesis

Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh kekuatan otot lengan terhadap Atlet PERPANI Kota Banda Aceh.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh ketepatan memanah terhadap Atlet PERPANI Kota Banda Aceh.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh kekuatan otot lengan terhadap ketepatan memanah Atlet PERPANI Kota Banda Aceh.