

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Renang merupakan aktivitas olahraga di dalam air. Olahraga renang membuat tubuh semakin sehat karena hampir semua otot tubuh bergerak sewaktu berenang. Kegiatan berenang biasanya dimanfaatkan untuk rekreasi bersama keluarga, olahraga kesehatan, olahraga pendidikan atau sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan prestasi seseorang di dalam olahraga. Seiring perkembangan zaman, olahraga renang menjadi semakin populer. Olahraga renang pun semakin berkembang dengan banyaknya klub-klub renang yang dibentuk. Dengan banyaknya klub renang yang telah dibentuk, dapat dilihat bahwa olahraga renang telah berhasil menarik perhatian banyak orang di seluruh dunia. Banyaknya klub renang yang terbentuk memicu munculnya kompetisi-kompetisi renang, baik nasional maupun internasional. Dalam renang kompetisi. Renang gaya dada merupakan bentuk olahraga air yang dilakukan dengan posisi tubuh seperti merangkak di permukaan air yang dipadukan 3 dengan gerakan tangan dan kaki yang selalu terkoordinasi. Teknik dasar renang gaya dada ini terbagi menjadi gerakan kaki, gerakan tangan, sikap dan posisi tubuh, pengambilan nafas, dan koordinasi gerakan renang gaya dada.

Olahraga renang dibagi menjadi empat gaya yaitu gaya crawl, gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu. Gaya kupu-kupu merupakan gaya lanjutan atau renang lanjutan, sedangkan gaya crawl, gaya punggung dan gaya dada merupakan renang dasar, sehingga renang gaya kupu-kupu ini diberikan sesudah renang dasar

diberikan (Sismadiyanto 2005: 71). Pendapat lain mengatakan bahwa olahraga renang merupakan keterampilan gerak yang dilakukan di air yang 3 bertujuan untuk bersenang-senang, mengisi waktu luang dan mendapatkan prestasi di tingkat nasional maupun internasional (Haller, 2007: 7).

Kecepatan renang merupakan komponen yang dinilai dalam perlombaan renang dimana pemenang adalah peserta yang mencapai garis finish dalam tempo waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan renang sendiri dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya adalah struktur anatomi tubuh perenang. Struktur anatomi tubuh perenang yang dapat mempengaruhi kecepatan renang seseorang diantaranya adalah panjang lengan, panjang tungkai, dan tinggi badan (Mulyawati, Marijo & Indraswari, 2018). Dalam hal kaitannya terhadap prestasi renang khususnya di Jembrana Bali, terdapat 1 klub di Jembrana yang sudah banyak mendapatkan berbagai prestasi di berbagai kelompok umur maupun nomor renang yaitu Danu Swimming Club. Club renang ini sudah meraih banyak sekali prestasi di cabang olahraga renang baik tingkat kabupaten hingga tingkat provinsi. Namun beberapa tahun belakangan, Danu Swimming Club tidak terlihat aktif berprestasi lagi dalam event-event renang.

Salah satu faktor yang mengakibatkan penurunan prestasi tersebut adalah regenerasi yang tidak seperti pendahulunya yang dapat dilihat melalui hasil observasi kemampuan renang gaya dada pada anak usia 6-12 tahun pada tahun 2021 yang secara umum dapat dilihat beberapa anak masih belum sempurna dalam melakukan gerakan renang gaya dada dengan baik presentase anak yang menguasai gaya dada lebih kecil dibandingkan yang belum menguasai gaya dada. Masih terdapat kesalahan-kesalahan

yang dilakukan oleh siswa baik kesalahan gerakan kaki, tangan, nafas, maupun koordinasi tubuh. Pada saat anak melakukan renang gaya dada, kaki anak cenderung melebar dan menekuk. Hal ini mengakibatkan terjadinya hambatan dalam melakukan gerakan renang gaya dada. Beberapa anak masih mengalami trauma air dikarenakan pernah mengalami tenggelam sebelumnya. Sedangkan yang lainnya belum bisa melakukan gaya dada sama sekali atau masuk kategori buruk. Selain itu kayuhan pada lengan yang dimiliki anak tersebut juga kurang mendukung penguasaan renang gaya dada sehingga hasil yang dicapai kurang maksimal. Selain itu berdasarkan wawancara dengan informan pada klub renang tersebut, dinyatakan bahwa postur tubuh peserta klub renang tahun ini jauh lebih kecil dan pendek dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya sehingga postur tubuh mereka mempengaruhi kecepatan renang mereka pula sehingga pelatih tidak bisa menerapkan strategi yang sama setiap tahunnya.

Dengan berbagai masalah pada renang gaya dada tersebut membuat pengaruh pada panjang lengan dan tungkai yang dimana anak-anak tersebut memiliki panjang lengan dan tungkai yang tidak sama dan beberapa anak terlihat secara signifikan perbedaan panjang lengan dan beberapa juga ada yang berbeda panjang tungkai, walaupun hanya berbeda 1-2 cm namun, pengaruh terhadap kecepatan renang sangat terlihat signifikan dibandingkan dengan yang memiliki panjang lengan dan tungkai sama.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti akan mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Panjang Lengan dan Tungkai Terhadap Frekuensi dan Kecepatan Renang Gaya Dada pada anak usia 6-12 tahun”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang terjadi yaitu sebagai berikut :

1. Postur tubuh peserta Danu Swimming Club tidak seperti tahun sebelumnya sehingga mempengaruhi kecepatan renang.
2. Danu Swimming Club mulai minim prestasi akibat regenerasi yang tidak seperti tahun sebelumnya.
3. Adanya ketidaksempurnaan gerakan peserta Danu Swimming Club pada renang gaya dada dan adanya trauma.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang terjadi pada masing-masing anak maka penelitian kali ini perlu adanya batasan masalah agar pembahasannya menjadi lebih spesifik. Adapun penelitian ini memfokuskan pada permasalahan hubungan antropometri terhadap kemampuan renang gaya dada jarak tempuh 50 meter.

1.4. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang lengan dengan frekuensi kayuhan lengan ?
2. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang lengan dengan kecepatan renang gaya dada?
3. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan?

4. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang tungkai dengan kecepatan renang gaya dada?
5. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan?
6. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan kecepatan renang gaya dada?
7. Apakah ada hubungan yang positif antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan dan kecepatan renang gaya dada?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan :

1. Hubungan antara panjang lengan dengan frekuensi kayuhan lengan.
2. Hubungan antara panjang lengan dengan kecepatan renang gaya dada.
3. Hubungan antara panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan.
4. Hubungan antara panjang tungkai dengan kecepatan renang gaya dada.
5. Hubungan antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan.
6. Hubungan antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan kecepatan renang gaya dada.
7. Hubungan antara panjang lengan dan panjang tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan dan kecepatan renang gaya dada.

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, adapun manfaat dari penelitian ini adalah untuk memperoleh temuan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis
 - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang bermanfaat untuk memberikan bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi para pembina, atau pelatih renang dan juga guru-guru di sekolah dasar sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan gerakan renang gaya dada pada anak usia 6-12 tahun.
 - b. Hasil penelitian ini dapat mendukung dan memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang ilmu keolahragaan bagi pelatih, guru olahraga renang, atlet, siswa dan penggemar olahraga renang gaya dada mengenai Hubungan Antara Kecepatan Panjang Lengan dan Tungkai Terhadap Frekuensi dan Kecepatan Renang Gaya Dada pada anak usia 6-12 tahun.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Pelatih

Penelitian kali ini memberikan manfaat bagi para pelatih dalam menentukan kriteria perenang terkait dengan hubungan antara panjang lengan dan tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan dan kecepatan renang gaya dada diharapkan bisa menjadi masukan bagi para pelatih renang dan juga acuan dalam pebibitan atlet renang pada anak usia 6-12 tahun.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengetahuan melalui hubungan kecepatan frekuensi gayuhan, panjang lengan, dan dorongan tungkai terhadap prestasi renang gaya dada pada anak usia 6-12 tahun serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.

c. Bagi club danu swimming

Penelitian ini memberikan pengetahuan dan pemahaman teori melalui hubungan panjang lengan dan tungkai dengan frekuensi kayuhan lengan dan kecepatan renang gaya dada pada anak usia 6-12 tahun serta dapat dijadikan pertimbangan terhadap prestasi bagi atlet danu swimming club

