

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebagai manifestasi keolahragaan khas Indonesia, pencak silat diakui sebagai entitas kebudayaan autentik yang bermuasal dari tradisi Melayu, dengan ketersebarannya yang terdeseminasi secara meluas di pelbagai penjuru wilayah Nusantara. Entitas kebudayaan ini telah terinternalisasi secara komprehensif oleh masyarakat luas. Berakar dari rekayasa kultural Nusantara masa lampau, pencak silat bermula sebagai wujud proteksi diri serta mekanisme pertahanan yang berdimensi eksistensial dan menjaga integritas terhadap lingkungan alam sekitar. Praktik tersebut ditujukan guna mewujudkan keselarasan (ekuilibrium) kehidupan, sekaligus mengeskalisasi dimensi spiritualitas serta ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa (Sudiana & Sptyanawati, 2017).

Pengondisian fisik mencakup komanditer preskripsi latihan (yang dihimpun dari bermacam ranah cabang olahraga). Esensi kemampuan fisik pada olahraga merujuk kepada seluruh kompetensi ragawi pribadi yang menjadi pondasi terwujudnya suatu capaian prestasi. Konfigurasi kebugaran jasmani pada dasarnya melibatkan skema pengkondisian fisik yang memiliki signifikansi beragam bagi setiap cabang olah raga (Suratmin, 2018). Prasyarat kebugaran jasmani yang prima menjadi fondasi esensial dalam menunjang efektivitas serta optimalisasi program pembinaan fisik.

Sebagai perhelatan keolahragaan jamak yang diprakarsai otoritas daerah, Pekan Olahraga Nasional (PON) mengadopsi asas bertahap serta berkesinambungan. Atlet yang berlaga pada PON XXI ACEH-SUMUT 2024 secara ideal merupakan atlet terbaik yang berhasil menjuarai pada tahap *multi event* PORPROV, dan nantinya atlet terbaik yang menjuarai PORPROV Bali ini menjadi duta-duta olahraga *multi event* PRA PON yang terselenggara di kota solo dalam cabang olahraga Pencak Silat, kemudian atlet yang menjuarai PRA PON di kota Solo akan mewakili Provinsi masing-masing daerah dalam PON XXI ACEH-SUMUT 2024. Pelaksanaan tes kondisi fisik tahap pertama dan kedua atlet kontingen Provinsi Bali cabang olahraga pencak silat yang dipersiapkan dalam rangka PON XXI ACEH-SUMUT tahun 2024 telah diselenggarakan. Tes kondisi fisik tahap pertama di laksanakan hari sabtu - minggu, 30-31 Maret 2024, dan

tes kondisi fisik tahap kedua dilaksanakan pada hari selasa dan hari rabu, 30 – 31 Juli 204 di GOR Lila Bhuana, Denpasar. Rangkaian asesmen kebugaran fisik yang diselenggarakan secara komprehensif mencakup 15 (lima belas) indikator pengujian, yaitu: (1) analisis tekanan darah, (2) evaluasi antropometrik (tinggi dan bobot tubuh), (3) ketebalan jaringan adiposa tubuh, (4) tingkat kecepatan antisipatif, (5) kecepatan respons reaktif (melalui stimulus penglihatan serta pendengaran), (6) kemampuan ekuilibrium, (7) fleksibilitas persendian, (8) daya ledak muskulatur tungkai, (9) kapasitas kekuatan otot dorsal, (10) kekuatan cengkeraman palmar, (11) kekuatan muskulatur lengan dan bahu, (12) kekuatan otot abdominal, (13) ketahanan kekuatan muskulatur lengan, (14) tingkat agilitas, serta (15) kapasitas daya tahan kardiovaskular.

PON Jawa Barat yang dipertandingkan dari tanggal 19 sampai 25 september 2016. Tim pencak silat bali hanya menempati posisi ke 4, yang dimana tim pencak silat bali hanya mendapatkan 2 Emas 2 perak, dan 4 perunggu, lalu kita bandingkan dengan hasil saat Pekan Olahraga Nasional XX Papua tim Pencak Silat Bali telah menuntaskan perjuangannya di babak final untuk kategori seni PON XX Papua 2021, yang bertempat di Gedung Olahraga Toware Papua. Sejatinya dalam setiap PON, kategori seni selalu langganan menyumbang emas, namun sebagai Binpres sekaligus mantan juara dunia Pencak Silat, Yamadhiputra mengapresiasi perjuangan para atlet. “Sejak 2008 hingga PON Jawa Barat dari nomor seni selalu langganan emas. Bahkan pada PON Riau tahun 2012 dari 6 emas, 5 diantaranya dari seni. Waktu 2008 itu emasnya dari Tunggal Putri Ni Putu Spyanawati. Kemudian terakhir di PON Jabar, emas kita dari Ganda Putri Ayu Sidan dan Made Dwiyaniti”, tuturnya saat di wawancarai oleh peneliti. Sementara itu Pelatih Pencak Silat Bali I Made Alex Dwiputra mengakui tekanan untuk nomor seni memang berat. Banyak atlet pelatnas yang tampil di PON kali ini, sementara Bali memang sebagian besar atlet junior yang baru memulai debutnya di arena PON.

Kendati performa atlet pencak silat Bali tercatat kerap mengalami grafik peningkatan signifikan dari kurun PON sebelumnya, dinamika kualifikasi Pra PON periode ini mendulang torehan yang meleset dari sasaran tim pelatih. Kontingen yang menerjunkan kekuatan 21 pesilat tersebut tercatat hanya mampu meloloskan 15 atlet ke tahap berikutnya. Faktor aturan baru yang menguras kondisi fisik atlet menjadi alasan pelatih tim pencak silat bali, hal ini dapat juga kita lihat dalam peningkatan performa fisik atlet-atlet pencak silat Bali yang saat Tes Kondisi fisik selalu di katakan baik dan sangat baik.

Fokus kajian ini tertuju pada analisis komprehensif mengenai kondisi fisiologis pesilat kontingen Bali pada perhelatan PON XXI Aceh serta Sumatra Utara 2024. Peneliti hendak mengkaji secara eksplisit korelasi antara kapasitas fisik dan akumulasi capaian prestasi, terutama bagi atlet yang mengalami lompatan performa signifikan dari ranah moderat atau amat kurang pada penilaian awal menuju kategori prima pada asesmen susulan, hingga akhirnya mampu mengukir raihan puncak saat berkompetisi.

1.2 Identifikasi Masalah

Kajian ilmiah ini berlandaskan pada determinasi problematika mengenai pemetaan profil fisik pesilat kontingen Bali melalui evaluasi komparatif antara pengujian fase awal dan fase lanjutan.

1.3 Pembatasan Masalah

Kajian ini menitikberatkan pembahasannya semata (mata) pada evaluasi profil kebugaran jasmani atlet pencak silat kontingen Bali dalam perhelatan PON XXI ACEH (SUMUT) 2024.

1.4 Rumusan Masalah

Bagaimana telaah komprehensif mengenai tingkat kebugaran fisik atlet pencak silat Provinsi Bali pada Pekan Olahraga Nasional (PON) XXI Aceh (Sumut) 2024 berdasarkan pencapaian hasil pengujian fisik gelombang awal dan gelombang lanjutan?

1.5 Tujuan Penelitian

Merujuk pada pokok permasalahan di atas, sasaran utama kajian ini ialah membedah performa fisik para pesilat Bali yang berlaga dalam PON XXI Aceh Sumut 2024 melalui perbandingan hasil asesmen fisik periode pertama dan periode berikutnya.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun faedah serta kemaslahatan yang ditargetkan melalui temuan studi ini meliputi:

- 1) Manfaat Bersifat Teoritis

Rangkaian temuan kesenjangan tersebut diproyeksikan sebagai rujukan faktual (fondasi riset) guna memperluas spektrum pemikiran serta memperkaya postulat teoretis kajian.

2) Manfaat Bersifat Praktis

a. Bagi Pelatih

Berperan sebagai entitas kewajiban sekaligus wahana refleksi jangka panjang sepanjang siklus olah latih.

Bagi Ketua Akademi

Pijakan ini difungsikan sebagai sarana penilikan sekaligus rujukan utama dalam memformulasikan tindakan esensial demi akselerasi institusi akademik.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menyajikan deskripsi fakta empiris paling aktuail yang berkaitan dengan tingkat kebugaran kejasmanian dan kapabilitas fisik olahragawan.

