

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan moderen sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dan bugar. Kebugaran jasmani merupakan kecocokan keadaan fisik terhadap tugas yang harus dilaksanakan oleh fisik atau jasmani berdasarkan syarat-syarat fisik yang bersifat anatomis, fisikologis, kesesuaian anatomik dan kesesuaian fisiologik. Kebugaran jasmani lebih baik bertitik berat pada *physiological fitness*, sehingga dapat didefinisikan tingkat kesesuaian derajat sehat dinamis yang dimiliki oleh pelaksana terhadap beratnya tugas fisik yang harus dilaksanakan. Kebugaran jasmani yang baik akan menjamin seseorang dalam melaksanakan penampilan yang optimal, serta mempunyai semangat hidup yang tinggi.

Kebugaran jasmani merupakan modal dasar bagi seseorang melakukan aktivitas fisik secara berulang-ulang dalam relative lama tanpa menimbulkan kelelahan. Aktivitas olahraga sangat mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang, aktivitas olahraga memberikan kontribusi langsung pada komponen kebugaran jasmani. Menurut Santoso Giriwijoyo: 2005 (dalam Gilang Okta Prativi dkk: 2013) dari sudut ilmu faal olahraga, olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan seseorang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya, sesuai dengan tujuannya melakukan olahraga.

Efektivitas pembelajaran merupakan salah satu standart mutu pendidikan dan sering kali diukur dengan tercapainya tujuan, atau dapat juga diartikan sebagai ketepatan dalam mengelola suatu situasi, Efektivitas ialah suatu pemanfaatan sarana prasarana, sumber, daya dalam jumlah tertentu yang sebelumnya telah ditetapkan untuk menghasilkan sejumlah barang atau jasa kegiatan yang akan dijalankan oleh seseorang, Dewasa ini masyarakat dunia tengah diresahkan dengan adanya wabah Corona Virus Disease (COVID-19) yang menjadi sebuah pandemi. Seluruh dunia kini disibukkan dengan berbagai upaya pencegahan COVID-19 untuk menahan lonjakan pasien positif karena hingga saat ini masih belum ditemukan obat maupun vaksinnnya. Selain itu, dengan adanya virus COVID-19 pemerintah membuat beberapa kebijakan untuk menghentikan penyebaran wabah ini, seperti melakukan lockdown didaerah yang sudah termasuk kedalam zona merah penyebaran virus secara kontak fisik.

Penyakit yang ditimbulkan oleh Novel Corona Virus 2019 (Covid-19) adalah penyakit yang menular yang disebabkan oleh SARS-COV-2, salah satu jenis koronavirus dimana penyakit ini telah menjadi pademi ditahun 2019-2020. Infeksi menyebar dari satu orang ke orang lain melalui percikan (droplet) dari saluran pernapasan yang sering dihasilkan saat batuk atau bersin. Sejak merebaknya pandemi yang disebabkan oleh virus corona di Indonesia, banyak cara yang dilakukan oleh pemerintah untuk mencegah penyebarannya. Salah satunya dengan melalui surat edaran Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Tinggi No 1 tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) di provensi bali melalui surat edaran tersebut memberikan instruksi kepada atlet-atlet untuk menyelenggarakan efektivitas jarak jauh dan

menyarankan atlet untuk efektivitas dirumah masing-masing. Dengan persebaran pandemi covid-19 yang begitu cepat melanda dunia hal ini menyebabkan pelatih dan atlet-atlet mau tidak mau berjuang dengan keadaan ini. Situasi yang sebelumnya proses aktifitas berlangsung dengan tatap muka, dengan latihan langsung bertemu fisik dengan proses dilapangan menjadi suatu hal yang tidak bisa dilaksanakan lagi.

Pada masa pandemi covid-19 ini bisa mempengaruhi jasmani atlet-alet renang pada club renang di kabupaten Badung untuk itu para atlet tersebut perlu menjaga kebugaran jasmani dengan beraktifitas namun dengan keterbatasan dalam melakukan aktifitas jasmani maka peneliti bertujuan ingin mengetahui motivasi atlet club renang di kabupaten Badung dalam menjaga kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19.

Berikut ini beberapa penelitian relevan yang pernah dilakukan dan secara umum penelitian tersebut menu njukkan bahwa aktifitas jasmani yang dilakukan dengan berbantuan teknologi pada masa pandemi covid sangat efektif serta inovatif dalam menjaga kebugaran jasmani seperti : 1) Penelitian oleh Muhammad Ali (2011) yamh berjudul “Kontribusi Status Gizi dan Motivasi Belajar Terhadap Kesehatan Jasmani Mahasiswa Gizi dan Motivasi Belajar Terhadap Kesehatan Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi” menyatakan bahwa pada analisis data dan pembahasan yang dikemukakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: (a) Status gizi memberi kontribusi yang signifikan terhadap kesegaran jasmani mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi: (b) Motivasi belajar memberi kontribusi yang signifikan terhadap Kesegaran Jasmani Mahasiswa Program Studi

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi: (c) Status gizi dan motivasi belajar secara bersama-sama memberi kontribusi terhadap kesegaran jasmani mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi.

2) Penelitian oleh I Ketut Suidana (2014) yang berjudul “Peran Kebugaran Jasmani Bagi Tubuh” menyatakan bahwa seluruh lapisan masyarakat sangat diharapkan agar dapat merubah pola hidup sehat dan berolahraga yang teratur, terprogram dan sistematis mengikuti prinsip-prinsip pelatihan.

3) Penelitian oleh Meira Zuraida, dkk (2015) yang berjudul “Motivasi Intrinsik Masyarakat Dalam Megikuti Senam Aerobik di Stadion Harapan Bangsa Banda Aceh Tahun 2015”. Menyatakan bahwa penulis dapat menyimpulkan bahwa frekuensi yang penulis dapatkan dari keseluruhan hasil penelitian yaitu : (a) Berdasarkan indikator ingin tahu 99,985% masyarakat pada umumnya ingin mengetahui manfaat dan pentingnya olahraga aktifitas senam terhadap kebugaran jasmani. (b) Berdasarkan indiktator penghargaan 99,984% masyarakat pada umumnya dapat menikmati hasil dari aktifitas senam yang mereka ikuti. (c) Berdasarkan indikator semangat 99,982% masyarakat pada umumnya sangat berantusias dalam mengikuti aktifitas olahraga senam aerobik ini.

Berdasarkan latar belakang di atas maka diajukan penelitian “Motivasi Atlet Club Renang di Kabupaten Badung dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Pemahaman atlet masih kurang cara menjaga kebugaran jasmani dalam masa pandemi covid-19
2. Dibatasinya aktivitas para atlet renang untuk berlatih karena covid-19

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka pembatasan masalah dalam penelitian ini pada survei motivasi atlet club renang di kabupaten Badung dalam menjaga kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Motivasi Atlet Club Renang di Kabupaten Badung dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19”?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Motivasi Atlet Club Renang di Kabupaten Badung Dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19”.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu bahan kajian dalam upaya mendalami motivasi atlet club renang di kabupaten Badung dalam kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian bagi atlet dan pelatih bahwa melalui motivasi atlet club renang di kabupaten Badung dalam kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19.

