

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Cabang olahraga dayung di Indonesia terdiri dari tiga induk cabang olahraga yaitu *rowing*, *canoeing*, dan *traditional boat race*. Ketiga cabang olahraga tersebut mempunyai induk organisasi internasional yang berdiri sendiri yaitu *Federation International Societies de Aviron* (FISA) untuk *rowing*, *International Canoe Federation* (ICF) untuk *canoeing* dan *International Dragon Boat Federation* (IDBF) untuk *traditional boat race*. Di Indonesia ketiga cabang olahraga itu bernaung dibawah satu induk organisasi yaitu Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI).

Cabang olahraga dayung canoeing telah diakui oleh badan Internasional seperti diterangkan Csaba Szanto (1991 : 2) sebagai berikut :

Those Belonging To The International Canoe Federation (ICF) are:

- *Racing or Olympic flatwater Canoeing / kayak and canoe*
- *Marathon racing*
- *White water and slalom Canoeing*
- *Canoe polo*
- *Touring*
- *Kayak Sailing*
- *Traditional Boat*

Dari ketujuh jenis perlombaan diatas, Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI) baru mempertandingkan jenis-jenis *racing or Olympic flatwater Canoeing/kayak*, *canoe* dan *canoe polo*. Jenis kayak mempunyai ciri khas dimana pedayung duduk di dalam perahu menggunakan satu tangkai

pengayuh dengan dua daun dayung kiri dan kanan. Perlombaan cabang olahraga canoeing khususnya jenis kayak di Indonesia dibagi dalam tiga jenis perahu perlombaan yaitu:

- 1) Kayak satu, jarak 500 meter dan 1000 meter.
- 2) Kayak dua, jarak 500 meter dan 1000 meter.
- 3) Kayak empat, jarak 500 meter dan 1000 meter.

Sedangkan perlombaan cabang olahraga. *Canoeing* di international sebagai berikut:

<i>EVENTS</i>	<i>OLYMPIC CHAMPIONSH IPS DISTANCES</i>	<i>WORLD CHAMPIONSHIPS DISTANCES</i>	<i>INTERNASIONAL REGATTA DISTANCE</i>
		<i>All Olympic events and plus</i>	<i>All Olympic and World C events plus</i>
K-1 MAN	500m and 1000m.	200M	5000M
K-2 MAN	500m and 1000m	200M	5000M
K4 MAN	1000m	200m and 500m	5000M
C-1 MAN	500m and 1000m	200M	5000M
C-2 MAN	500m and 1000m	200M	5000M
C-4 MAN	- -	200M-500M 1000M	5000M
K-1 WOMEN	500m	200M	5000M
K-2 WOMEN	500m	200M	5000M
K-4 WOMEN	500m	200M	5000M

Gambar. Table perlombaan cabang olahraga *Canoeing* Scaba Szanto (1991:8)

Menda yung bukanlah sebuah permainan, cenderung seperti membaca, sketing, dancing atau lain dari sebuah gerakan seni. Itulah yang digambarkan Stephen 1990 (Dede Rohmat 2001:1) tentang gerakan mendayung. Gerakan mendayung dilakukan secara berirama, terus menerus dan ada rasio yang baik antara fase kerja dan fase istirahat. Untuk mencapai gerakan yang ritmik dan harmonis tersebut tentunya perlu didukung oleh kualitas biomotorik, biometrik, psikologis, dan aspek pendukung lainnya. Bompa 1990:340 (Dede Rohmat 2001:5) mengemukakan karakteristik pedayung canoeing adalah badan besar, lengan panjang, konsentrasi yang berlangsung lama, kemampuan aerobic dan anaerobic yang tinggi dan tahan terhadap kelelahan dan stress. Demikian juga kemampuan fisik untuk pedayung kayak mempunyai ciri khas tersendiri seperti yang telah dikemukakan oleh Csaba Szanto (1990 : 39) yaitu : *“Skill or good efficient technique, endurance / aerobic, anaerobic, speed endurance, power or muscular strength/ power endurance: max, power, explosive, power/ speed, winner psychology”*

Dan menurut Jonath dan Krempel 1994 (Harsono 2001:6) “Ada beberapa komponen fisik yang dominan dan yang harus dilatih dengan baik dalam cabang olahraga dayung yaitu: daya tahan aerobic & anaerobic 60%, kekuatan 25%, Kecepatan 2,5%, Koordinasi 10%, Kelentukan 2,5%”. Dari berbagai sumber diatas faktor daya tahan selalu muncul sebagai suatu karakteristik cabang olahraga dayung. Maka dapat disimpulkan bahwa cabang olahraga dayung termasuk olahraga daya tahan.

B. BATASAN DAN RUMUSAN MASALAH

1. Batasan masalah

Dari permasalahan yang telah diurai diatas akan dibatasi masalah yang diteliti pembatasan masalah yang dilakukan agar peneliti lebih terarah, terfokus, dan tidak melenceng kemana-mana.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian dengan ruang lingkup sebagai berikut:

1. Penelitian ini dilakukan pada atlet daun kayak Mapala Tapak Giri yang merupakan atle kategori mahasiswa
2. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk melihat variabel tetap terhadap variabel terkait.
3. Fokus penelitian melihat adanya hubungan antara power otot lengan dan daya tahan tubuh dengan kecepatan atlet Dayung Kayak Mapala Tapak Giri.

2. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut :

- a. Seberapa besar hubungan power otot lengan dengan kecepatan atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri.
- b. Seberapa besar hubungan daya tahan tubuh dengan kecepatan atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri.
- c. Seberapa besar hubungan power otot lengan dan daya tahan tubuh dengan kecepatan atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri.

C. TUJUAN PENELITIAN

Menurut Arikunto (2006: 58) Tujuan penelitian adalah rumusan kalimat yang menunjukkan adanya suatu hal yang diperoleh setelah penelitian selesai. Dalam setiap tujuan pasti mempunyai tujuan untuk memberikan arahan yang tepat, sehingga tercapai tujuan yang diinginkan. Adapun tujuan dari penulisan ini adalah:

1. Ingin mengetahui hubungan latihan dayung kayak menggunakan power otot lengan dengan kecepatan atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri.
2. Ingin mengetahui hubungan latihan dayung kayak menggunakan latihan daya tahan tubuh atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri .
3. Ingin mengetahui hubungan latihan power otot lengan dan daya tahan tubuh dengan atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat :

1. Bagi atlet

Memberikan informasi mengenai manfaat power otot lengan dan daya tahan tubuh untuk kecepatan daung kayak

2. Manfaat bagi pelatih

Sebagai pedoman untuk menyusun program, membina alet dan sebagai bahan pertimbangan dalam mencapai bibit atlet ang berbakat

3. Manfaat buat guru

Sebagai pertimbangan dalam mengajar khususnya dan kesehatan sehingga akan membantu proses belajar mengajar selain itu juga untuk bahan pertimbangan dan pedoman dalam memberikan kegiatan Ekstrakurikuler.

E. DEFINISI OPERASIONAL

Agar tidak terjadi salah pengertian mengenai istilah-istilah yang terkandung dalam judul tersebut diatas, dibawah ini peneliti menjelaskan arti serta maksud dari beberapa istilah secara operasional antara lain: 1. Hubungan, 2. Power Otot Lengan, 3. Daya Tahan Tubuh, 4. Kecepatan, 5. dayung, 6. kayak

1. Hubungan atau korelasi adalah sebagai keadaan berhubungan atau dihubungkan. (W.J.S Poerwadarminta, 1982: 562). Korelasi adalah hubungan antara dua variable atau lebih dinyatakan dengan dua angka atau grafis. (Winarno Surakhmad, 1980: 83).
2. Power Otot Lengan adalah kekuatan merupakan unsur penting dalam tubuh manusia seperti yang dikemukakan oleh Rusli Lutan, dkk (2000:66), kekuatan adalah komponen yang sangat penting guna meningkatkan kondisi fisik seseorang secara keseluruhan.
3. Daya tahan Tubuh adalah kemampuan kondisi tubuh untuk bekerja dalam jangka waktu yang lama, tanpa disertai kelelahan yang berlebihan ketika sudah menyelesaikan pekerjaan tersebut (Harsono: 1998). Daya tahan tubuh adalah

suatu kemampuan makhluk hidup untuk melawan kelelahan yang datang pada saat menjalankan aktivitas dalam waktu yang lama. (suharno: 1985)

4. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak yang sesingkat-singkatnya (Mochamad Sajoto 1988: 21).
5. Dayung adalah olahraga di mana atlet berpacu dengan satu sama lain dalam perahu, di sungai, di danau atau di laut, tergantung pada jenis ras dan disiplin. Perahu yang didorong oleh pasukan reaksi pada dayung pisau Karena mereka mendorong terhadap air.
6. kayak adalah sebuah perahu kecil bertenaga manusia, biasanya dengan bagian depan dan belakan tertutup, sehingga hanya menyisakan lubang seukuran awak. Kayak dilengkapi dengan dayung berkepala tunggal atau ganda.
(<https://id.m.wikipedia.org>)

F. ANGGAPAN DASAR DAN HIPOTESIS

1. Anggapan dasar

Metode merupakan prosedur untuk mencapai suatu tujuan. Suatu metode latihan memiliki hubungan yang erat dengan tujuan latihan tersebut. Dalam proses latihan peranan metode latihan yang digunakan sangat penting. Penggunaan metode yang baik dan tepat akan sangat membantu dalam meningkatkan prestasi. Sebaliknya apabila metode latihan kurang tepat maka tujuan dari latihan tersebut akan sulit dicapai. Begitu juga dalam mendayung kayak, kalau dalam

proses latihannya menggunakan metode yang tepat maka tujuan yang ingin dicapai yaitu meningkatkan daya tahan akan tercapai. Karena prestasi dayung kayak ditentukan oleh daya tahan, maka perlu diupayakan suatu cara atau suatu metode yang tepat yang digunakan dalam proses latihannya agar dapat meningkatkan daya tahan. Menurut Jorver (1986:13) menjelaskan bahwa: “Terutama sekali yang terpenting adalah pilihan yang tepat mengenai metode apa yang akan dipakai untuk mengembangkan program latihan”.

Menurut Doherty (1983:61), menjelaskan bahwa :

The method of Continuous work is specially oriented towards an improved general endurance." Maksudnya: metode terus menerus dalam latihan khusus untuk mengembangkan daya tahan umum.

2. Hipotesis

Menurut Suharsimi Arikuno (2006:71) Hipotesis merupakan penuntun kearah pemecahan masalah yang sedang diteliti. Maka penyelidik dituntut untuk mengajukan suatu hipotesis. Bertitik tolak dari anggapan dasar diatas, penulis mengajukan hipotesis yang mengacu pada anggapan dasar yaitu :

1. Ada hubungan power otot lengan dengan kecepatan atlet dayung kayak mapala tapak giri.
2. Ada hubungan daya tahan tubuh dengan kecepatan atlet dayung kayak mapala tapak giri.
3. Ada hubungan antara power otot lengan dengan kecepatan Atlet dayung kayak Mapala Tapak Giri.