

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga panjat tebing merupakan salah satu cabang olahraga yang saat ini mulai populer dan banyak digemari masyarakat. Panjat tebing merupakan salah satu bagian dari pendaki gunung yang tidak bisa dilakukan dengan berjalan kaki melainkan harus menggunakan peralatan dan teknik-teknik tertentu untuk bisa melewatinya.

Menurut (Hanum, 2017) dalam (Nasugian & Suropto, 2021) berpendapat bahwa panjat tebing merupakan olahraga yang memiliki sifat petualangan murni dan sedikit sekali memiliki peraturan yang jelas, seiring dengan berkembangnya olahraga panjat tebing dari waktu ke waktu memiliki bentuk dan standart baku dalam aktifitas di olahraga panjat tebing yang diikuti oleh penggiat panjat tebing.

Menurut (Nurhasan, 2005) dalam (Supriyanto & Martiani, 2019) kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot dalam menahan beban secara maksimal. Sedangkan menurut (Kravitz, 2001) dalam (Supriyanto & Martiani, 2019) kekuatan otot adalah kemampuan otot yang menggunakan tenaga maksimal, untuk mengangkat beban otot yang kuat dapat melindungi persendian yang dikelilinginya dan mengurangi kemungkinan terjadinya cedera karena aktifitas fisik.

Sedangkan menurut (Prastyoanam, 2017) dalam (Mahyuddin & Sudirman, 2021) kekuatan otot lengan adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan daya semaksimal mungkin untuk mengatasi sebuah tahanan.

Menurut (Saefullah, 2017) dalam (Setiawan et al., 2020) menyatakan bahwa koordinasi mata-tangan juga dikenal sebagai (*hand-eye coordination*) adalah kontrol terkoordinasi gerakan mata dengan gerakan tangan, dan pengolahan informasi visual untuk mencapai suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasi mata dan tangan kedalam rangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh dan terus menerus secara tepat dalam irama gerak yang terkontrol yang memunculkan reaksi umpan balik.

Adapun hasil dari observasi pada atlet FPTI Kota Bekasi saat melakukan tes pemanjatan kategori *speed* kurangnya memiliki fisik yang kuat, maka dari itu peneliti melakukan latihan kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan untuk meningkatkan kemampuan fisik atlet saat melakukan gerakan panjat kategori *speed*.

Berdasarkan uraian di atas, penulis bermaksud menyusun sebuah analisis dengan judul: “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*”.

## **B. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu pula hal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan. Batasan ruang lingkup penelitian adalah sebagai berikut:

- a) Ruang lingkup penelitian ini di fokuskan di Wall Climbing FPTI Kota Bekasi.
- b) Objek difokuskan terhadap atlet FPTI Kota Bekasi sebanyak 15 orang putra-putri.
- c) Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*.
- d) Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*.
- e) Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*.

## **2. Rumusan Masalah**

Suatu penelitian tentu mempunyai masalah yang ingin diteliti dan dicari jalan keluarnya. Berdasarkan pada alasan pemilihan judul dalam penelitian ini, maka permasalahan yang akan dikaji adalah :

- a) Apakah terdapat hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dengan hasil Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*?
- b) Apakah terdapat hubungan antara Koordinasi Mata-Tangan dengan hasil Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*?
- c) Apakah terdapat hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan secara bersama-sama terhadap hasil Kemampuan Panjat Tebing Kategori *Speed*?

### **C. Tujuan penelitian**

Sesuai dengan perumusan diatas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui :

- 1) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil latihan *Speed* olahraga Panjat Tebing.
- 2) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan hasil latihan *Speed* olahraga Panjat Tebing.
- 3) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama terdapat hasil latihan *Speed* olahraga Panjat Tebing.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diambil dalam penelitian ini, adalah:

- 1) Bagi Atlet  
Memberikan sumbangan pemikiran bagi atlet akan pentingnya koordinasi mata-tangan bagi seorang atlet.
- 2) Bagi Institusi  
Memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teori kepelatihan cabang olahraga khususnya olahraga Panjat Tebing.
- 3) Bagi Pelatih  
Sebagai pedoman atau dasar dalam pelaksanaan pembinaan, agar latihan Panjat Tebing bagi atlet dapat berjalan efektif dan efisien.

4) Bagi Penulis

Sebagai penambah ilmu pengetahuan bagi penulis dalam cabang olahraga Panjat Tebing.

### **E. Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah pengertian atau pemahaman terhadap istilah yang digunakan dalam skripsi ini dan untuk memperoleh gambaran yang jelas, maka istilah-istilah yang perlu ditegaskan adalah:

1) Hubungan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) hubungan adalah 1) keadaan berhubungan atau dihubungkan, 2) sesuatu yang dipakai untuk berhubungan atau menghubungkan, 3) pertalian, sangkut paut, ikatan.

2) Kekuatan Otot Lengan

Menurut (Harsono, 1988) dalam (Supriyanto & Martiani, 2019) kekuatan otot lengan adalah kemampuan dari otot lengan untuk membangkitkan tegangan dengan suatu tahanan dan mengangkat beban.

3) Koordinasi Mata-Tangan

Koordinasi mata-tangan adalah kemampuan sistem visi untuk mengkoordinasikan informasi yang diterima melalui mata untuk mengendalikan, membimbing, dan mengarahkan tangan dalam pemenuhan tugas yang diberikan.

#### 4) Atlet

Menurut (Setiyawan, 2017) dalam (Ningsih et al., 2021) atlet merupakan olahragawan yang terlatih kekuatan, ketangkasan dan kecepatan untuk diikuti sertakan dalam pertandingan.

#### 5) Panjat Tebing

Panjat Tebing atau istilah asingnya dikenal dengan *Rock Climbing* merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga alam bebas dan merupakan salah satu bagian dari mendaki gunung yang tidak bisa dilakukan dengan cara berjalan kaki melainkan harus menggunakan peralatan dan teknik-teknik tertentu untuk bisa melewatinya.