

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang untuk mencapai suatu maksud atau tujuan tertentu. Olahraga juga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak atau meningkatkan kualitas hidup. Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik; artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat ditinggalkan. Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial.¹

Ada berbagai macam cabang olahraga berprestasi telah berkembang di Indonesia, salah satunya cabang olahraga panahan.² Namun pada kenyataannya cabang olahraga Panahan merupakan olahraga yang kurang diminati oleh masyarakat dibandingkan dengan cabang olahraga seperti lari, renang, dll. Hal ini dikarenakan cabang panahan membutuhkan prasarana dan sarana khusus dan mahal.

Panahan merupakan cabang olahraga yang sangat memerlukan koordinasi, daya tahan, kelentukan, Panjang tarikan, dan keseimbangan untuk membentuk Teknik memanah yang baik. Factor-faktor di atas haruslah ditunjang dengan latihan yang baik serta kondisi fisik yang prima dan tahan lama. Kondisi fisik

yang dimaksud disini yaitu bahwa seseorang pemanah tidak hanya sekedar memiliki kekuatan yang besar, tetapi juga harus didukung oleh daya tahan yang baik agar penampilan si atlet tersebut tidak hanya bagus pada awal pertandingan saja, tetapi konsisten sampai akhir perlombaan.³

Ketepatan dalam memanah merupakan kemampuan untuk mendapatkan hasil (*point*) terhadap sasaran atau *target face* pada saat anak panah lepas dari busur dengan menggunakan konsentrasi yang tinggi dalam melakukan rangkaian teknik menembak, dalam melakukan rangkaian suatu teknik menembak dengan benar dan akurat, ada beberapa factor yang mempengaruhi ketepatan memanah adalah putaran angin yang dihasilkan oleh anak panah pada saat melepas dibusur, kelembapan suhu, udara dan posisi badan pada saat melakukan tembakan. Selain ukuran antropometri, persepsi kinestik yang baik juga menguntungkan pemanah untuk melakukan kekuatan tarikan terhadap ketepatan menembak agar dapat mengarahkan anak panah pada sasaran atau *target face*.⁴

Di Indonesia olahraga panahan sedang berkembang cukup baik dan telah berhasil meluncurkan atlet-atlet terbaik. Pada ajang Asean Games 2018, olahraga panahan Indonesia mampu menyumbang medali perak dan medali perunggu. Banyak beragam penjelasan mengapa atlet panahan berhasil atau tidak dalam meraih prestasinya karena bagaimana kemampuan atlet dalam menjaga dan mempertahankan konsentrasi dan keseimbangan tubuhnya.

Lengan merupakan ekstremitas superior yang terdiri dari bahu, lengan atas, lengan bawah, pergelangan tangan dan tangan.⁵ Pada penelitian sebelumnya bahwa

Panjang lengan ada hubungan yang signifikan terhadap kemampuan memanah.

Cukup banyak penelitian mencari hubungan-hubungan yang berpengaruh terhadap ketepatan memanah, akan tetapi belum ada penelitian yang membahas tentang profil panjang lengan, panjang tungkai, dan IMT terhadap ketepatan memanah. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian terkait profil Panjang lengan, kekuatan otot lengan, Panjang tungkai, dan IMT terhadap ketepatan memanah pada atlet panahan Kabupaten Bandung.

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan permasalahan umum sebagai berikut:

Bagaimana Profil Panjang Lengan, kekuatan otot lengan, Panjang Tungkai, Dan IMT Terhadap Ketepatan Memanah Pada Atlet Panahan?

Permasalahan umum tersebut dijabarkan menjadi permasalahan khusus sebagai berikut:

1. Bagaimana profil panjang lengan terhadap ketepatan memanah atlet panahan?
2. Bagaimana profil kekuatan otot lengan terhadap ketepatan memanah atlet panahan?
3. Bagaimana profil Panjang tungkai terhadap ketepatan memanah atlet panahan ?
4. Bagaimana profil index massa tubuh terhadap ketepatan memanah atlet panahan ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui profil Panjang lengan, kekuatan otot lengan, panjang tungkai, dan IMT terhadap ketepatan memanah pada atlet panahan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui profil panjang lengan terhadap ketepatan memanah atlet panahan.
2. Mengetahui profil kekuatan otot lengan terhadap ketepatan memanah atlet panahan
3. Mengetahui profil Panjang tungkai terhadap ketepatan memanah atlet panahan.
4. Mengetahui profil index massa tubuh terhadap ketepatan memanah atlet panahan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bidang Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan keilmuan dibidang kedokteran, terutama bidang olahraga.

1.4.2 Bidang Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk rujukan referensi untuk penelitian berikutnya.

1.4.3 Bidang Olahraga

Dalam bidang olahraga diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai profil Panjang lengan, Panjang tungkai, dan IMT terhadap ketepatan memanah pada atlet panahan.

1.4.4 Bidang Kedokteran Olahraga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan referensi untuk penelitian lebih lanjut.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian orsinil. Berikut adalah beberapa penelitian yang pernah dipublikasikan, yang isinya berkaitan dengan penelitian profil Panjang lengan, kekuatan otot lengan, Panjang tungkai, dan IMT terhadap ketepatan memanah pada atlet panahan.

Tabel 1. Keaslian penelitian

Penulis dan Judul	Metodelogi	Hasil Penelitian
Ari ardianto, 2013 Hubungan ukuran Panjang lengan, ukuran tinggi badan, kekuatan tarikan dan persepsi kinestik terhadap kemampuan atlet PPLD panahan mandiri Bojonegoro Tahun 2011.	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan studi korelasional, populasi dalam penelitian ini adlah mencakup atlet PPLD panahan mandiri yang berjumlah 20 orang.	Ada hubungan yang signifikan antara Panjang lengan, ukuran tinggi badan, kekuatan tarikan dan persepsi kinestik dengan kemampuan memanah.
Munawar, M. Furqon hidayatulloh, Agus kristiyant. 2013 Prediksi prestasi panahan ronde nasional	Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan korelasional, populasi penelitian ini	Terdapat prediksi antara daya tahan otot lengan, ketajaman penglihatan dan kecemasan secara

berdasarkan daya tahan otot lengan, ketajaman penglihatan dan kecemasan pada atlet PPLP panahan Jawa Tengah.	adalah seluruh atlet panahan PPLP Jawa Tengah yang berjumlah 18 atlet. Pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling.	Bersama-sama dengan prestasi ronde nasional.
--	--	--

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu:

- 1) Sampel penelitian yang berbeda, atlet yang terdapat di Kabupaten Bandung.
- 2) Tempat penelitian ini berada di Kabupaten Bandung.
- 3) Variabel bebas yaitu Panjang lengan, kekuatan otot lengan, Panjang tungkai, dan IMT dan variabel terikat yaitu ketepatan memanah.
- 4) Penelitian ini menggunakan studi analitik yang bersifat observasional dengan menggunakan rancangan *cross-sectional*.
- 5) Pemilihan Teknik sampling menggunakan *random sampling*.