

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Rugby merupakan permainan dengan bola yang berbentuk lonjong sebagai subjek utama untuk di bawa melewati garis gawang musuh dan menaruhnya ke tanah untuk memperoleh poin. Awal permainan *rugby* itu sendiri berasal dari salah satu sekolah yang berada di kota Inggris, ketika William Webb Ellis ada pertandingan sepak bola tingkat sekolah, ia mengambil bola dengan tangannya dan membawanya lari. Dari ulah spontan William Webb Ellis munculah yang kemudian menjadi semacam permainan ini. Dan kemudian Universitas Cambridge memodifikasi permainan ini dan mempopulerkan dan membuat peraturan resmi *rugby*.

Dua abad kemudian, olahraga *rugby* telah berevolusi dan menjadi salah satu olahraga *rugby* populer di dunia, dimana jutaan orang bermain, menyaksikan dan menikmati permainan *rugby*. Olahraga *rugby* memiliki kehormatan yang terjaga selama bertahun-tahun. Tidak hanya dimainkan berdasarkan pada peraturan, akan tetapi dengan semangat peraturan melalui disiplin, penguasaan diri, serta menghargai orang lain atau lawan, dapat menumbuhkan naluri persahabatan dan menumbuhkan sikap *fair play* dalam setiap pemain. Semua dasar tersebut menegaskan bahwa permainan *rugby* merupakan suatu permainan yang sehat dan *sportif*.

Di Indonesia sendiri olahraga *rugby* mulai banyak dikenal pada awal tahun 2000. Dengan popularitas yang semakin menanjak, sekelompok anggota berkumpul dan memutuskan untuk mendirikan organisasi Persatuan *Rugby Union* Indonesia

(PRUI) pada bulan Mei 2004. Peresmian organisasi induk *rugby* di Indonesia pada bulan Agustus 2013. Tujuan organisasi tersebut adalah untuk memasyarakatkan olahraga *rugby* di Indonesia. Tepatnya pada tahun 2006, timnas *rugby union* Indonesia terbentuk dengan memiliki julukan “*Rhinos*” yang dikapteni Nelson Joku diperkuat oleh 22 pemain, terdiri dari 15 Untuk saat ini PB.PRUI memfokuskan kurikulum *rugby* dari *International Rugby Board* (IRB) yang merupakan induk organisasi dunia pada olahraga *rugby* yang memberikan materi tentang *rugby* kesekolah-sekolah dan daerah diseluruh dunia, gerakan tersebut dikenal dengan *Get Into Rugby* (GIR), namun program tersebut bukan untuk kompetisi melainkan hanya pengenalan olahraga *rugby*.

Rugby Universitas Negeri Jakarta merupakan klub pertama yang beranggotakan mahasiswa dan juga pencetus pertama penyelenggara Kejuaraan Nasional Antar Perguruan Tinggi Se-Indonesia. *Rugby* Universitas Negeri Jakarta banyak mencetak atlet-atlet *rugby* putra maupun putri untuk mewakili Indonesia diberbagai event seperti PON 2016, SEA GAMES 2017 dan juga ASIAN GAMES 2018 yang akan dilaksanakan di Jakarta – Palembang.

Pencapaian prestasi yang maksimal pada olahraga *rugby* sangat ditentukan oleh kebugaran jasmani pada atlet. Komponen kebugaran jasmani yang dibutuhkan atau dominan pada cabang olahraga ini salah satunya adalah kelincahan.

Kelincahan merupakan kondisi yang menggambarkan kemampuan dan kesanggupan seseorang untuk dapat menyelesaikan suatu pekerjaan tertentu secara cepat dan tepat. Kelincahan merupakan modal utama bagi seseorang untuk melakukan aktifitas fisik agar menjadi efisien. Dengan kondisi kelincahan yang baik akan memungkinkan seseorang mampu untuk melaksanakan tugasnya dengan

produktif, dan tangguh dalam menghadapi kehidupan yang penuh dengan tantangan.

Banyak latihan kelincahan yang dilakukan selalu monoton, sehingga atlet mengalami bosan dan telalu merasakan ketegangan. maka penulis menyimpulkan perlu diadakan metode latihan yang berbasis permainan yang berguna untuk meningkatkan kelincahan dalam mengikuti latihan.

Terkait kenyataan yang terjadi di lingkungan atlet *rugby* Universitas Negeri Jakarta khususnya pada saat latihan, penulis melihat terjadi permasalahan kurangnya latihan kelincahan. Dengan demikian penulis mengambil permasalahan tersebut yang ada di *rugby* Universitas Negeri Jakarta dengan judul “Penerapan Modifikasi Permainan *Rugby* untuk Meningkatkan Kelincahan Atlet *Rugby* di Universitas Negeri Jakarta”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, agar fokus penelitian ini tidak meluas sehingga tidak akan terjadi kesalahan pendapat, maka peneliti membatasi masalah kepada Penerapan Permainan Modifikasi *Rugby* Untuk Meningkatkan Kelincahan Pada Atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta.

Dengan permainan modifikasi *rugby* yang diterapkan dalam peningkatan kelincahan dapat diarahkan kepada atlet *rugby* di Universitas Negeri Jakarta dalam bentuk kelincahan yang optimal, fokus penelitian ini akan diarahkan kepada tindakan yang dipilih oleh peneliti, yaitu bentuk dan macam jenis permainan yang utuh dan yang sudah dimodifikasi dalam melihat hasil dan proses bermain untuk meningkatkan kelincahan.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: apakah permainan modifikasi *rugby* dapat meningkatkan kelincahan pada atlet *rugby* Universitas Negeri Jakarta?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Dengan diadakannya penelitian ini, penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis, hasil dari penelitian ini untuk menjadikan suatu program bentuk permainan olahraga yang mampu diterapkan pada cabang olahraga *rugby*.
2. Manfaat praktis.

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk atlet, dapat meningkatkan kelincahan dan mengetahui berbagai macam bentuk dan jenis permainan *rugby*.
- b. Untuk guru/pelatih, dapat dijadikan pedoman berbagai macam bentuk permainan yang dapat meningkatkan kelincahan.

- c. Untuk program studi rekreasi, dapat dijadikan panduan mahasiswa olahraga rekreasi dalam pengembangan ilmu permainan khususnya di olahraga *rugby*.