

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Rugby merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah sangat populer di luar negeri. Olahraga ini populer di negara-negara Eropa, Amerika, dan Australia. Induk organisasi olahraga ini adalah IRB (Internasional Rugby Board). Olahraga ini sangat universal karena digemari orang laki-laki olahraga ini juga digemari para perempuan tidak hanya orang tua, muda bahkan anak-anak. Sejak tahun 1990 olahraga ini mulai dilakukan oleh para wanita meskipun sebelumnya olahraga ini hanya diperuntukkan bagi kaum pria. Di Indonesia sendiri rugby belum cukup terkenal. Hal ini dikarenakan rugby merupakan olahraga yang belum lama masuk ke Indonesia. Namun, sekarang ini sudah ada kompetisi resmi di bawah induk organisasi rugby tertinggi di Indonesia yaitu PRUI (Persatuan Rugby Union Indonesia). Adapun beberapa kompetisi rugby resmi di Indonesia seperti event berskala nasional yaitu Jakarta 7's, Jakarta 10's, Nusantara 7's, Jakarta XV, dan Sangata 7's serta yang berskala internasional seperti Jakarta 10's, Makassar 10's, dan Bali 10's. Di dalam sebuah kompetisi resmi diperlukan suatu kematangan dalam bermain.

Rugby merupakan olahraga beregu yang memiliki tiga kategori yaitu 7's (tujuh lawan tujuh), 10's (sepuluh lawan sepuluh), dan XV (lima belas lawan lima belas). Rugby mulai berkembang dengan pesat di Indonesia, hal ini terbukti dengan munculnya klub rugby di berbagai daerah juga munculnya klub-klub tangguh

ditingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Rugby adalah permainan taktis dimana banyak pola yang direncanakan bermain, walaupun pemain yang memiliki keterampilan tinggi bisa mendominasi pada kondisi tertentu, seorang pemain rugby harus saling bergantung pada setiap anggota tim untuk menciptakan permainan yang solid dan membuat keputusan yang tepat. Dalam segala hal, keberhasilan tim tergantung pada pemain yang bekerja dalam kombinasi. Untuk menguasai bola dan menciptakan kesempatan membuat poin, anggota tim harus meningkatkan kemampuan mengoper dan menerima bola yang baik. Kemampuan ini saling melengkapi satu sama lainnya karena setiap bola yang dioper harus diterima dan dikontrol dengan baik.

Secara esensi rugby adalah sebuah cabang olahraga permainan tim yang menggunakan bola sebagai alatnya yang dimainkan dengan satu atau kedua tangan dengan cara mengoper dan menerima bola dengan yang baik. Sedangkan secara aturan rugby adalah sebuah cabang olahraga permainan yang menggunakan bola sebagai alatnya dengan tujuan membuat try (gol) pada garis gawang lawan sebanyakbanyaknya dan mencegah agar tim lawan tidak dapat membuat try (gol) pada garis gawang sendiri. Dalam mendapatkan gol di perlukan sebuah proses yang panjang dengan teknik, taktik, fisik dan mental yang baik sehingga para pemain bisa menguasai bola untuk mendapatkan poin gol.

Dalam pembinaan prestasi olahraga, diperlukan adanya dukungan dari ilmu penunjang lainnya, sebab prestasi atlet ditentukan oleh kualitas latihan yang di berikan pelatih kepada atlet. Pelatih harus memiliki kemampuan mengatur segala macam porsi latihan dari fisik, teknik, taktik dan mental untuk membentuk tim yang

kuat. Komponen fisik dominan dalam permainan rugby antara lain daya tahan, kecepatan, kekuatan, power, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kelentukan, reaksi. Dalam permainan olahraga rugby dikenal berbagai teknik dasar. Teknik dasar dalam permainan ini adalah passing, tekel, ruck dan maul. Penguasaan teknik dasar rugby merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu tim didalam pertandingan, disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Dalam permainan olahraga rugby guna dapat mengembangkan mutu prestasi, teknik dasar yang harus benar-benar dipelajari salah satu adalah teknik dasar passing. Apabila passing ini dilakukan tidak baik maka permainan tidak akan berjalan lancar, sehingga passing diperlukan keterampilan dan ketepatan yang baik agar permainan dapat berjalan dengan baik.

Kualitas gerak ditingkatkan dengan meningkatkan dan mempertahankan rentang gerak yang baik pada sendi. Flexibility keseluruhan harus dikembangkan dengan berbagai sendi spesifik kebutuhan gerak dalam pikiran sebagai sendi individu bervariasi dari satu ke yang lain. Kehilangan Flexibility dapat menjadi faktor predisposisi untuk masalah fisik seperti sindrom nyeri atau gangguan keseimbangan. Dalam permainan rugby yang memiliki aktifitas full body contact sangat memerlukan kualitas kelentukan otot yang baik pada saat benturan pemain harus tetap melakukan lemparan baik jarak yang pendek atau jauh sehingga kelentukan otot dapat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan kemparan.

Olahraga rugby pada tahun 2020 sudah mulai diperkenalkan di kalangan masyarakat Kota Tangerang selatan Selatan. Beberapa atlet rugby tangsel juga banyak yang sudah memiliki pengalaman bermain rugby di klub yang ada di DKI

jakarta tersebut serta memperkenalkan olahraga rugby kepada masyarakat provinsi banten dengan cara mensosialisasikan olahraga tersebut. Cabang olahraga rugby merupakan olahraga yang memerlukan kontak fisik yang sangat tinggi, namun olahraga ini sangat menjunjung tinggi sportifitas yang sangat kental dimana terdapat nilai-nilai yang terdapat didalam olahraga ini seperti Integrity, Passion, Solidarity, Discipline, dan Respect merupakan pedoman dalam olahraga rugby diseluruh Dunia.

Setelah itu rugby kota tangerang selatan selatan lebih aktif mensosialisasikan kepada masyarakat agar banyak yang mengetahui olahraga rugby tersebut. Pada tahun 2020 olahraga rugby akhirnya terdaftar sebagai anggota KONI Kota Tangerang selatan Selatan dimana setelah persyaratan yang dibutuhkan sudah terlengkapi, dan juga olahraga rugby mewakili Provinsi Banten ikut serta dalam kegiatan yang sangat bergengsi di Nasional yaitu Pekan Olahraga Nasional (PON) XX tahun 2020.

Selain itu, cabang olahraga rugby juga akan berusaha untuk mengejar persyaratan yang dibutuhkan untuk dapat berpartisipasi dalam kegiatan Daerah atau Pekan Olahraga Provinsi dimana kegiatan tersebut adalah pesta olahraga yang ada di Provinsi Banten.

Dalam persiapan Pekan Olahraga Provinsi Banten (PORPROV) yang akan dilaksanakan pada bulan september 2022. Tentunya dibutuhkan kondisi fisik yang baik dan prima bagi Atlet Rugby Kota Tangerang selatan Selatan yang akan berlaga dalam event tersebut. Kebugaran atlet sangatlah penting dan berpengaruh dalam kondisi fisik serta mental ketika pertandingan. Karna jika Kebugaran atlet buruk

maka atlet tidak bisa bermain dengan baik saat pertandingan. Dari permasalahan tersebut peneliti bermaksud untuk meneliti seberapa baik kondisi fisik atlet rugby Kota Tangerang Selatan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Belum diketahuinya status kondisi fisik atlet rugby kota tangerang selatan selatan menuju porprov 2022.
2. Belum adanya penilaian terhadap performa atlet rugby kota tangerang selatan selatan menuju porprov 2022.

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini berjalan dengan lancar dan baik, maka masalah penelitian ini perlu dibatasi dan masalah yang akan dibahas adalah “Profil Kondisi Fisik Atlet Rugby Kota Tangerang selatan Selatan Menuju PORPROV 2022”, yang berkaitan dengan indeks massa tubuh, kelincahan, kecepatan, keseimbangan dan daya tahan kardiorespirasi.

## **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “ Bagaimana Profil Kondisi Fisik Atlet Rugby Kota Tangerang selatan Selatan Menuju Porprov 2022?”

## **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Adapun kegunaan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kondisi fisik atlet rugby kota tangerang selatan selatan menuju porprov 2022.

2. Menjadi data pelatih dan pengurus PRUI kota tangerang selatan selatan sebagai bahan acuan meningkatkan kualitas atlet rugby kota tangerang selatan selatan menuju porprov 2022.
3. Memudahkan pelatih serta pengurus PRUI kota tangerang selatan selatan dalam menentukan atlet rugby kota tangerang selatan selatan yang memiliki kondisi fisik yang baik.
4. Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai keadaan profil kondisi fisik atlet rugby kota tangerang selatan selatan menuju porprov 2022.

