

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman saat ini bertumbuh sangat pesat, seiring dengan kemajuan pada teknologi dan juga kebutuhan dalam beraktifitas khususnya di daerah berkembang seperti Kota Tangerang ini menjadi merubah kebiasaan-kebiasaan lama. Banyak dari mereka melupakan akan pentingnya beraktifitas olahraga dan bergerak. Mereka dimanjakan oleh perkembangan teknologi dan juga alat yang mampu mempermudah aktifitasnya dalam mencapai keinginannya. Seperti kendaraan bermotor, komputer dan juga *game console*. Mereka melupakan betapa dibutuhkannya olah gerak yang cukup, khususnya pada anak-anak. Pada saat ini mereka lupa akan menariknya bermain olah fisik karna sudah dimanjakan dengan *game-game* yang berteknologi seperti permainan *game online* dan juga *game console*. Dengan begitu mereka tidak melakukan aktifitas seperti melompat, berlari, melempar dan juga memukul. Semua itu mereka lakukan dalam permainan digame berteknologi seperti komputer dan juga *game console*.

Banyak olah gerak yang dilakukan manusia dalam sehari-harinya, gerakan tersebut dilakukan manusia sejak kecil hingga dewasa ini. Mereka tidak dibatasi oleh umur dan juga jenis kelamin. Banyak dalam kebutuhannya

mereka melakukan gerakan-gerakan yang kompleks, salah satunya memukul. Memukul dalam artiannya didunia olahraga berbeda-beda. Seperti pada olahraga tinju yang dapat diartikan memberikan pukulan pada lawan, pada olahraga voly yang bisa diartikan melakukan smash kencang ke lawan dan juga pada olahraga softball yang diartikan mengenai bola dengan pemukul.

Softball merupakan modifikasi dari permainan baseball dan telah lama berkembang dan populer di Amerika Serikat. Softball tumbuh dan populer mulai tahun 1930–1940 di Amerika, selanjutnya softball semakin berkembang ke beberapa negara lain seperti : Australia , New Zealand dan Asia. Di benua Asia juga telah terbentuk organisasi softball, diantaranya indonesia sebagai salah satu dari anggotanya.

Dalam olahraga softball terdapat 2 bagian dalam permainannya, yaitu tim bertahan dan juga tim menyerang. Pada saat menyerang lah kita akan melakukan aktifitas memukul yang mempunyai beberapa jenis dalam tehnik memukulnya yang salah satunya ialah *swing*. Dalam perosesnya harus dilakukan berulang-ulang agar mendapat gerakan yang bagus dan terbiasa dalam melakukannya. Pada saat ini permainan softball adalah permainan yang memberikan kemampuan berlari, melempar, menangkap dan memukul. Dengan kegiatan tersebut bisa melatih kita dalam kekuatan jasmani, dimana melatih bermacam-macam kebutuhan olah tubuh.

Aktifitas memukul dilakukan dalam waktu yang relatif lama dan banyak pengulangannya sehingga memperoleh gerakan yang tepat. Kebutuhan energi yang diperlukan pun cukup banyak. Semua itu dalam pergerakannya membutuhkan oksigen. Dalam proses menyebarkan energi tersebut ke seluruh tubuh, memerlukan pompaan jantung yang secara tetap dan terus menerus menyalurkan melewati pembuluh darah. Karena setiap makhluk hidup seperti manusia memiliki jantung yang tugasnya memompakan darah. Dengan seringnya seseorang melakukan hal tersebut maka orang tersebut akan semakin terbiasa dan beradaptasi pada aktifitasnya.

Orang yang sering melakukan olahraga, biasanya dipersiapkan dalam menghadapi suatu kejuaraan. Seperti PORPROV (pekan olahraga provinsi) dan lain-lain. Dalam program tersebut, dijalankan oleh suatu daerah untuk mempersiapkan dirinya masing-masing. Salah satunya Kota Tangerang dimana banyak menyokong hal tersebut.

Kota Tangerang sendiri dalam memajukannya, mendirikan berbagai sarana prasarana yang memadai, contohnya dalam cabang olahraga softball dimana banyak membantu atletnya dalam meraih pengalaman dalam bertanding.

Berdasarkan uraian yang telah saya kemukakan, timbul pemikiran lebih lanjut tentang aktifitas memukul bola softball yang dilakukan menimbulkan perubahan denyutan pada seorang *batter* (pemukul)

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka telah dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah efek aktifitas memukul bola softball terhadap perubahan denyut nadi pada atlet putra softball Kota Tangerang?
2. Apakah perubahan denyut nadi yang signifikan mempengaruhi ayunan pukulan dalam memukul bola softball?
3. Lebih banyak mana, perubahan denyut nadi pada tim penyerang atau bertahan?

C. Pembatasan Masalah

Dalam penulisan yang saya buat ini agar masalah tidak meluas, maka penulisan ini hanya dibatasi pada : efek aktifitas memukul bola softball terhadap perubahan denyut nadi pada atlet putra softball.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Bagaimanakah efek aktifitas memukul bola softball terhadap perubahan denyut nadi pada atlet putra softball Kota Tangerang?

E. Kegunaan Penelitian

Pada akhirnya hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Memahami efek aktifitas memukul bola softball terhadap perubahan denyut nadi pada atlet putra softball Kota Tangerang.
2. Sebagai sumber pengetahuan ilmiah yang diharapkan membantu masyarakat dalam mencari informasi tentang perubahan denyut Nadi.
3. Sebagai sumber pengetahuan seberapa besar didalam aktifitas memukul bola softball softball yang mengalami perubahan denyut nadi.
4. Sebagai salah satu syarat kelulusan Sarjana pada Fakulats Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
5. Diharapkan hasil penelitian ini pun dapat berguna dalam mencari informasi, khususnya mahasiswa FIK UNJ.