BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kegiatan yang tidak bisa lepas dari kehidupan kita sehari-hari. Sangat penting bagi kita melakukan kegiatan olahraga untuk menjaga tubuh agar tetap bugar. Olahraga juga merupakan bentuk kegiatan untuk menjaga kualitas psikis seseorang. Terlihat jelas perbedaan fisik seseorang yang sering melakukan kegiatan olahraga dengan seseorang yang jarang melakukan olahraga. Jadi, olahraga sangat bagus untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang.

Seseorang melakukan kegiatan olahraga dengan berbagai tujuan yang ingin mereka capai. Ada individu yang berolahraga untuk mendapatkan tubuh yang bagus, menjaga kesehatan, mengatur konsentrasi, atau untuk mencapai prestasi. Apabila individu ingin mencapai prestasi dalam bidang olahraga harus mempunyai tekad yang kuat, modal berupa materi, dan memilih cabang olahraga yang mereka kuasai.

Terdapat banyak cabang olahraga yang ada di Indonesia salah satunya panahan. Aktifitas memanah juga dapat melatih kekuatan,

ketahanan, fokus, koordinasi tangan kita dengan mata, keseimbangan, dan juga meningkatkan kesabaran dan percaya diri seseorang. Oleh karena itu panahan bisa menjadi olahraga sosial yang mampu berkembang di masyarakat atau bisa juga direalisasikan menjadi prestasi untuk seseorang.

Awal mula kegiatan panahan dilakukan untuk berburu dan berperang. Sejak abad ke-16, panahan mulai dilombakan secara resmi di Inggris. Cabang ini masuk ke olimpiade pada tahun 1908 dan 1920. Karena sepi peminat cabang ini ditiadakan dan baru muncul kembali pada tahun 1972 di Munich, Jerman. Indonesia sendiri panahan telah berkembang sebagai olahraga akurasi. Dimulai dari organisasi panahan di Indonesia yang terbentuk pada tanggal 12 Juli 1953 di Yogyakarta atas prakarsa Sri Paku Alam VIII, kemudian Indonesia diterima sebagai anggota FITA (*Federation Internationale de Tir A L'arc*) pada tahun 1959 pada kongres di Oslo, Norwegia.¹ Pada saat itu juga panahan telah menjadi olahraga modern yang dikenal oleh masyarakat. Indonesia pertama kali mendapat medali di Olimpiade melalui cabang panahan yang didapatkan oleh Nurfitriyana Saiman, Lilies Handayani, dan Kusuma Wardhani. Trio ini lah yang biasa kita kenal dengan sebutan Trio Srikandi.

1 Ramdan Pelana, Nadya Dwi Oktafiranda, *Teknik Dasar Olahraga Panahan*, (Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2017), h.5

Panahan di Indonesia berkembang sangat baik, dengan banyaknya kejuaraan yang diadakan setiap tahunnya. Dan telah banyak muncul klub-klub panahan di Indonesia. Antusias masyarakat terhadap olahraga panahan juga sangat baik. Masyarakat tertarik dengan olahraga ini, karena merasa olahraga ini merupakan olahraga sunnah pada masyarakat yang beragama islam. Olahraga ini juga menjadi digemari oleh masyarakat untuk meningkatkan konsentrasi dari diri sendiri.

Olahraga panahan juga menjadi salah satu ekstrakurikuler di sekolah tingkat dasar sampai sekolah tingkat atas. Olahraga panahan memiliki berbagai teknik dasar yaitu *stance*, *nocking*, *set up*, *drawing*, *anchoring*, *tighten*, *aiming*, dan *release*. Itu adalah teknik – teknik yang harus dimiliki seseorang sebelum melakukan olahraga memanah.

Siswa yang ingin menekuni olahraga panahan harus mengeluarkan uang yang cukup banyak untuk membeli satu set busur dan beberapa anak panah. Pemanah pemula mempunyai kendala saat pertama kali melakukan olahraga ini yaitu tidak kuat dalam menarik string busur. Biasanya seseorang yang baru pertama kali melakukan olahraga memanah tidak langsung diberikan busur sungguhan. Para pemula pelaku olahraga ini juga sering kali tidak bisa atau tidak kuat ketika baru pertama kali melakukan gerakan memanah.

Dikarenakan mereka tidak terbiasa menarik busur panah. Oleh karena itu, para pemula diberikan sebuah media tambahan untuk mempelajari teknik dasar memanah. Karena menggunakan media tersebut bisa memudahkan pemula untuk melakukan gerakan memanah.

Olahraga memanah menjadi salah satu ekstrakurikuler di sekolah dasar Islam Nurul Hikmah. Banyak siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Siswa tertarik mengikuti kegiatan tersebut karena melihat aksi demonstrasi saat ekstrakurikuler yang menarik. Sekitar 14 siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler memanah. Dalam proses pembelajaran panahan di sebuah club atau ekstrakurikuler panahan sangat jarang disediakan busur yang sesuai dengan kriteria postur tubuh peserta . Dari 14 siswa yang mengikuti hanya 3 siswa yang mempunyai busur standard bow . Banyak siswa tidak memiliki busur panahan dikarenakan harga yang cukup mahal .

Adanya permasalahan di atas, penulis ingin menggunakan media tambahan berupa sebuah busur yang dibuat dari paralon untuk dijadikan alat pengganti untuk meningkatkan keterampilan memanah siswa menjadi baik. Busur yang dibuat ini sangat mudah dibuat, mudah dicari bahan – bahannya dan yang terpenting harga yang relatif terjangkau dikalangan masyarakat umum.

Oleh karna itu peneliti bermaksud ingin melakukan penelitian tentang peningkatan keterampilan memanah dengan media busur buatan pada peserta ekstrakurikuler panahan di SDIT Nurul Hikmah Jakarta Timur.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang maka fokus penelitian peneliti menyatakan media busur buatan dapat meningkatkan keterampilan memanah pada peserta ekstrakurikuler panahan di SDIT Nurul Hikmah Jakarta Timur.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka perumusan masalah sebagai berikut, “Apakah media busur buatan dapat meningkatkan keterampilan memanah pada peserta ekstrakurikuler panahan di SDIT Nurul Hikmah Jakarta Timur?”.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Menjawab perumusan masalah tentang peningkatan keterampilan memanah dengan media busur buatan pada peserta ekstrakurikuler panahan di SDIT Nurul Hikmah Jakarta Timur.
2. Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan, sumber referensi dan bahan acuan untuk program latihan dengan pendekatan

keilmuan menggunakan pembelajaran yg lebih efektif terhadap

kemampuan memanah.

3. Memberikan informasi yang bermanfaat untuk pengembangan dan pembinaan prestasi olahraga memanah di SDIT Nurul Hikmah Jakarta Timur.