

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Fakultas Ilmu Keolahragaan adalah salah satu lembaga pendidikan tinggi formal yang keberadaannya memiliki fungsi untuk mengimplementasikan tujuan pendidikan. Fungsi utama yang dilaksanakan oleh Fakultas Ilmu Keolahragaan tersebut adalah mengembangkan kemampuan mahasiswa baik secara intelektual, sikap, keterampilan melalui sarana proses yang sistematis, dan berkesinambungan dan menghasilkan tenaga profesional berbagai bidang Sosiokinetika, Antropokinetika dan Somatokinetika.

Senam termasuk kurikulum pendidikan mata kuliah wajib yang harus diambil semua mahasiswa, terutama dilihat dari fungsi yang kaya dan membina kualitas biomotorik yang berguna bagi mahasiswa untuk menguasai keterampilan di cabang olahraga lain, sifatnya dalam rangka membina rasa percaya diri dan keberanian sehingga mahasiswa tetap menggemari senam.

Olahraga senam merupakan salah satu mata kuliah gerak yang wajib bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Mata kuliah senam dibagi menjadi dua bagian yaitu senam artistik dan senam irama, senam artistik terdiri dari dua tingkatan yaitu senam I dan II (senam

sekolah dan senam artistik) karena mata kuliah wajib maka mahasiswa harus menguasai dengan baik dan benar.

Dalam materi mata kuliah senam I gerakan yaitu *Hanstand forward roll, dive roll, roll keep, roll backward, roll piked backward to handstand, drop one leg circle balance, kopstand, dive roll street knee, side cartwheel, handspring* dilanjutkan senam II terdiri dari gerakan *round off, back handspring, back tuck salto, front tuck salto dan vaulting table handspring*.

Dimana mata kuliah senam I dan II terdapat gerakan *roll piked backward to handstand* yang harus dikuasai oleh mahasiswa, yaitu dimana seluruh mahasiswa dituntut mampu melakukan keterampilan *roll piked backward to handstand* secara baik dan benar.

Mahasiswa yang mengikuti senam I dan II mengalami kesulitan dalam *roll piked backward to handstand* yaitu (kekuatan otot lengan dan keseimbangan), akibat kesalahan teknik *roll piked backward to handstand* mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan *roll piked backward to handstand* menjadi roll belakang, jatuh kesamping kanan atau kiri.

Proses pelaksanaan perkuliahan ternyata mahasiswa ada yang tidak melakukan gerakan *roll piked backward to handstand* hal ini menurut pengalaman diantaranya adalah mahasiswa tidak memiliki kekuatan otot lengan guna dijadikan tumpuan tangan, kekuatan diperlukan dalam menahan tubuh dan kedua ungkai ke atas. Kedua keseimbangan yaitu keterampilan yang diperlukan dalam mempertahankan kestabilan *teknik roll piked*

*backward to handstand* baik dalam tahap gerakan maupun tahap akhir. Seperti pendapat para ahli bahwa : Kemampuan fisik kelentukan, kekuatan, keseimbangan dan koordinasi, yaitu unsure-unsur keterampilan motorik yang sangat penting dalam meningkatkan keterampilan mahasiswa secara optimal.

Pada saat melakukan keterampilan *roll piked backward to handstand* kekuatan yang berperan adalah kekuatan dinamis adalah daya angkat maksimum yang dimiliki oleh seseorang untuk memindahkan berat badan dan disertai kekuatan statis adalah kekuatan otot menahan berat badan yang sedang diam kekuatan ini banya bertumpu.

Kekuatan otot lengan adalah kemampuan biomotorik yang dimiliki oleh seseorang guna menahan beban secara maksimal. Oleh sebab itu maka, terdapat indikasi melakukan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta tersebut, disebabkan rendahnya biomotorik yang dimiliki mahasiswa. Sedangkan keseimbangan sebagai keterampilan untuk menjaga kestabilan baik dalam keadaan bergerak maupun dalam keadaan diam. Dalam pelaksanaan teknik *roll piked backward to handstand*. Adanya keterampilan tersebut, maka daya kontrol lebih baik dan mudah hingga keterampilan gerakan dapat dicapai lebih efektif.

Bedasarkan pengamatan di atas ternyata begitu sulit melakukan, maka yang mempengaruhi keterampilan *roll piked backward to handstand* diantaranya adalah hubungan kedua otot lengan dan keseimbangan maka

dari itu perlu diadakan penelitian yang mempengaruhi keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 2013.

## **B. Identifikasi Masalah**

Bedasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan maka, terdapat beberapa masalah yaitu :

1. Apakah mahasiswa kurang fokus dalam melakukan keterampilan *roll piked backward to handstand* ?
2. Apakah proses keterampilan senam dapat dijadikan sarana pembelajaran di mata kuliah yang lain ?
3. Apakah terdapat hubungan biomotorik mahasiswa *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa yang mengambil mata kuliah senam ?
4. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* ?
5. Apakah terdapat hubungan keseimbangan dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* ?
6. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* ?

### C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan penelitian ini peneliti membatasi masalah yang ada. Peneliti mengambil hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 2013.

### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah indentifikasi asalah, maka masalah peneliti ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 2013?
2. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 2013?
3. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan secara bersama-sama dengan keterampilan teknik *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta 2013?

## E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui adanya hubungan antara variabel-variabel terikat terhadap variabel bebas dalam penelitian ini.
2. Mengetahui hubungan antara otot lengan dan keseimbangan terhadap keterampilan *roll piked backward to handstand* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yang mengikuti mata kuliah senam artistik tahun 2013.
3. Memberikan masukan kepada Dosen untuk mengetahui sejauh mana pengaruh kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap keterampilan *roll piked backward to handstand*.
4. Membantu mahasiswa untuk mengetahui bagai mana melakukan keterampilan *roll piked backward to handstand* yang baik dan benar.