

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keterampilan yang kita pandang sebagai satu perbuatan atau tugas adalah merupakan sebuah indikator dari tingkat kemahiran. Jika suatu keterampilan di pandang sebagai aksi motorik atau pelaksanaan suatu tugas, maka keterampilan tersebut akan terdiri dari respon motorik dan persepsi yang di peroleh melalui proses belajar.

Olahraga renang merupakan olahraga yang dilakukan di air atau lebih tepatnya dilakukan di kolam renang yang memiliki panjang 50 meter dan lebar 25 meter, ada empat gaya yang dikenal dalam olahraga renang yaitu gaya bebas, gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu. (Syukur, Abdul; Fadhilah Amin, 2015)

Keempat gaya tersebut memiliki teknik yang berbeda-beda salah satunya gaya bebas. Inti dari prestasi renang disabilitas adalah terletak pada kecepatan renang atau renang secepat-cepatnya. Membahas prestasi renang faktor kecepatan tidak dapat dipisahkan. Kecepatan ini secara meyakinkan menyumbang dalam prestasi renang cepat *sprints*. Prestasi maksimal tidak dapat tercapai tanpa adanya faktor-faktor pendukung. Salah satunya komponen biomotor seperti kecepatan, kelentukan, daya tahan, kekuatan, dan koordinasi.

Salah satunya adalah renang gaya bebas, gaya bebas adalah salah satu yang paling banyak diminati, sehingga banyak faktor dan teknik yang harus dipelajari, renang gaya bebas mempunyai beberapa teknik seperti teknik tarikan lengan, pernafasan, tungkai dan teknik koordinasi tarikan lengan dan tungkai.

Latihan olahraga renang juga mempunyai berbagai macam metode latihan, latihan renang juga menggunakan alat bantu latihan. Olahraga renang adalah suatu cabang olahraga individu dimana prestasi olahraga tersebut diukur dari keterampilan dan keahlian atlet itu sendiri, pada cabang olahraga renang bukan hanya dilakukan oleh fisik yang normal saja tetapi juga ada cabang olahraga renang disabilitas yang sudah diatur oleh instansi terkait.

Disabilitas adalah mereka yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu yang lama dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalaminya hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif. (Hartono, 2021)

Renang merupakan olahraga yang kompleks khususnya untuk renang disabilitas netra, hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi seorang pelatih dalam memberikan latihan sehingga pelatih harus mampu mengembangkan berbagai inovasi bentuk latihan. Pada penerapan latihan renang bagi disabilitas netra sebelum memulai diperlukan juga visualisasi gerakan, hal ini memiliki peran penting pada tahap kognisi dimana perenang disabilitas netra yang ingin menguasai gerakan renang akan lebih mudah memahami sebagai bentuk pengayaan gerak dari variasi latihan renang. Gerakan – gerakan yang telah dipahami oleh atlet selanjutnya dilakukan pada tahap asosiasi.

Olahraga renang merupakan olahraga yang memiliki tingkat kesulitan sendiri yang tentunya akan mempengaruhi tingkat minat bagi penyandang difabel untuk mau menjadi atlet olahraga renang. Selain mempengaruhi minat bagi penyandang difabel. Keterbatasan fisik tentunya akan menjadi tantangan tersendiri bagi pelatih dalam melatih atlet difabel.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui observasi yang dilakukan peneliti di salah satu *club* renang disabilitas di Jakarta yaitu Jakarta *ParaSwim*, ditemukan fakta bahwa masih banyak perenang yang melakukan kesalahan teknik dasar. Salah satu kesalahan yang banyak dilakukan oleh atlet disabilitas netra adalah menyebar atau kurang rapatnya jari-jari tangan pada saat melakukan teknik kayuhan dalam berenang. Sementara itu, pelatih mengaku terkadang kesulitan dalam mengedukasi perenang pemula untuk merapatkan jari-jari mereka selama melakukan kayuhan dalam berenang.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian eksperimen yaitu “Upaya Peningkatan Keterampilan tarikan lengan / *Pulling* gaya bebas melalui *Finger paddle* pada atlet disabilitas netra (*vision impairment*)”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, penelitian memfokuskan pada tarikan lengan/*Pulling* yang bertujuan untuk mengetahui: peningkatan keterampilan tarikan lengan / *Pulling* melalui *finger paddle* pada disabilitas netra (*vision impairment*).

C. Perumusan Masalah

Dalam upaya meningkatkan keterampilan keterampilan tarikan lengan/*Pulling* pada olahraga renang gaya bebas dan untuk menghindari penelitian ini agar tidak meluas maka dapat dirumuskan masalah yang menjadi dasar penelitian sebagai berikut: “Apakah penggunaan media alat bantu *finger paddle* dapat meningkatkan keterampilan tarikan lengan/ *Pulling* gaya bebas pada disabilitas netra (*vision impairment*)?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Meningkatkan keterampilan tarikan lengan / *pulling* khususnya rapatnya jari-jari tangan.
2. Bahan referensi dalam memberikan materi latihan teknik untuk atlet disabilitas netra (*vision impairment*).
3. Sebagai sumber informasi cabang olahraga renang khususnya gaya bebas dalam meningkatkan keterampilan tarikan lengan / *pulling* dengan menggunakan alat bantu latihan *finger paddle*.
4. Memberikan wawasan kepada masyarakat umum bahwa media alat bantu latihan sangat dibutuhkan.
5. Mengembangkan teori – teori baru yang bias digunakan bagi pelatih, atlet, dan pihak - pihak yang terkait untuk meningkatkan prestasi.