

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia sedang ramai memperbincangkan virus baru yang pertama kali muncul akhir tahun 2019 lalu di Wuhan, China. Virus ini merupakan penyakit yang disebabkan oleh sebuah virus yaitu *Corona Virus Disease-19*, kemudian disingkat COVID-19. Penyebarannya yang sangat mudah menyebabkan seluruh negara di dunia telah terparah oleh virus ini. Virus Corona benar-benar telah merubah tatanan kehidupan di dunia. Dampak dari timbulnya virus ini sangat terlihat, di berbagai sektor industri banyak sekali karyawan yang terpaksa diberhentikan bahkan pabrik-pabrik ditutup total.

Tidak hanya itu, dunia pendidikan turut melakukan pencegahan penularan wabah dengan melakukan segala kegiatan pembelajaran melalui daring. Pemerintah banyak mengeluarkan kebijakan yang dibuat terkait penanggulangan virus ini, seperti anjuran untuk masyarakat agar *stay at home* dan melakukan *physical and social distancing*. Ada juga kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), dengan harapan dapat meminimalisir penyebaran virus corona di tanah air namun akhirnya menyebabkan perekonomian masyarakat menurun. Sebagai usaha pencegahan penyebaran COVID-19, WHO merekomendasikan untuk menghentikan sementara kegiatan-kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan massa (Firman dan Sari Rahayu Rahman,2020:81). Dampak yang lain juga dirasakan di dunia olahraga, semua *event* olahraga ditunda bahkan terpaksa dibatalkan.

Kewaspadaan terhadap penyebaran virus corona menjadi alasan utama. Hingga kini kasus kematian akibat virus terus bertambah dan tidak dapat diprediksi

akan berakhir. *Event* yang rencananya dilaksanakan tahun ini bahkan tahun depan belum tentu akan berjalan. Seperti halnya *event* yang ditunggu-tunggu oleh para atlet Jawa Timur, yakni PORPROV XIV tahun 2022. Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) yang digelar dua tahun sekali, diikuti oleh seluruh atlet se-Jawa Barat dalam berbagai cabang olahraga dengan pembatasan usia untuk PORPROV XIV tahun 2022 yang akan datang adalah maksimal kelahiran tahun 2000. Namun terkait dengan hal itu, Komite Olahraga Nasional (KONI) Kota Bekasi yang pada PORPROV VI Tahun 2019 telah berhasil menjadi urutan ke dua juara umum, memutuskan untuk kembali mengadakan latihan atlet setelah beberapa bulan melakukan karantina atlet.

Keselamatan adalah yang utama, kini latihan dilakukan dengan tetap mematuhi prosedur *physical and social distancing*. Latihan yang terbatas dan tidak maksimal menjadikan masalah kebugaran jasmani atlet yang patut dipertanyakan. Selain itu karena adanya anjuran pemerintah untuk *stay at home* membuat status gizi para atlet sempat tidak terkontrol. Kebugaran jasmani dan status gizi merupakan fondasi dasar seorang atlet untuk bisa mendapatkan prestasi yang cemerlang. Ada banyak 3 cabang olahraga di KONI Kota Bekasi, diantaranya terdapat beberapa cabang olahraga terukur unggulan yang nantinya ditargetkan dapat meraih banyak medali pada ajang PORPROV VII tahun 2021. Salah satunya yaitu pada cabang olahraga terukur.

Cabang olahraga terukur terdiri dari berbagai cabang, antara lain: atletik, renang, panahan, angkat besi, angkat berat, selam dan lain-lain. Dari banyaknya cabang olahraga terukur tersebut, peneliti mengambil tiga cabang olahraga yang

unggul menurut data terakhir perolehan medali pada PORPROV VI tahun 2019, sehingga dinilai berpeluang lagi mendapat banyak medali pada PORPROV XIV tahun 2022 yang akan datang. Cabang olahraga tersebut yaitu atletik, angkat besi, dan bela diri. Berdasarkan observasi di lapangan (Koni Kota Bekasi) bahwa belum pernah diadakannya tes kondisi fisik/ kebugaran jasmani selama ini, khususnya cabang olahraga atletik, angkat besi, bela diri sehingga, Peneliti tertarik untuk mengetahui kondisi fisik atlet di cabang olahraga tersebut. Maka menjadi alasan yang tepat dari peneliti untuk melakukan penelitian dalam masa *pandemic* COVID-19 ini. berdasarkan tersebut peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul “Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet KONI Kota Bekasi

B. Identifikasi Masalah

1. Belum adanya standarisasi tingkat Komposisi Tubuh Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi
2. Belum adanya standarisasi tingkat Kelentukan Tubuh Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi
3. Belum Adanya Standarisasi tingkat Kapasitas Aerobik Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini adalah mengenai Analisis Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka penelitian ini dapat dirumuskan yaitu:

1. Bagaimana tingkat Komposisi Tubuh Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi?
2. Bagaimana tingkat Kelentukan Tubuh Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi?
3. Bagaimana tingkat Kapasitas Aerobik Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi?

E. Kegunaan dan Manfaat Penelitian

Pada akhirnya penelitian ini sebagai bahan masukan yang dapat berguna sebagai berikut:

1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat disumbangkan kepada Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, khususnya Prodi Ilmu Keolahragaan dalam rangka memperkuat bahan penelitian dan sumber bacaan tentang analisis profil kebugaran jasmani khususnya pada pegawai dalam upaya untuk meningkatkan kualitas kebugaraan jasmani pada Atlet Komite Olahraga Nasional Kota Bekasi

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada atlet mengenai pentingnya kebugaran jasmani terhadap tubuh pada saat berlatih dan bertanding. Dengan demikian, atlet dapat menerapkan pola olahraga yang baik agar mendapatkan kebugaraan yang baik dan kemampuan konsentrasi

yang maksimal saat bertanding sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal.

