

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga Renang merupakan olahraga yang terkenal dengan kecepatan gerakan tangan dan kaki dipermukaan air. Olahraga renang termasuk kedalam salah satu jenis olahraga akuatik. Olahraga ini dapat dilaksanakan dalam konteks kompetisi maupun hiburan. Menurut riset yang telah dilakukan oleh *MindLab International*, seseorang yang rutin berolahraga renang dapat efektif menjadikan pikiran menjadi lebih positif, meningkatkan energi dan menjadikan kualitas tidur yang baik.

Dikutip dari BBC, olahraga renang diciptakan oleh seorang bernama Matthew Webb. Pada tahun 1875, Kapten Matthew Webb untuk kali pertama memperkenalkan olahraga renang kepada masyarakat dunia. Saat itu, ia sedang berenang untuk menyeberangi selat Inggris dengan renang gaya dada. Sang kapten mampu menempuh jarak sepanjang 34,12 KM dan sampai daratan kembali dalam waktu selama 21 jam 15 menit. Berselang satu dekade kemudian, Inggris membuat sebuah perlombaan renang di sekitar Kota London dengan nama *National Swimming Society*. Pada tahun 1880 itu juga dibentuk asosiasi renang amatir di Inggris dengan anggota yang berjumlah 300 klub regional. Kemudian, beberapa negara Eropa yang lain turut serta untuk mendirikan federasi renang, seperti Jerman pada 1882, Perancis 1890 hingga Hungaria 1896.

Sejarah renang di Indonesia pertama kali diketahui pada tahun 1904. Namun, pada saat itu olahraga renang hanya dilakukan oleh orang-orang kulit putih atau bangsa Belanda dan orang-orang berada saja. Perkembangan olahraga renang mulai dapat dilihat pada saat didirikannya perkumpulan renang *Bandungsche Zwembond* atau bisa juga disebut Perserikatan Renang Bandung pada tahun 1917. Setahun berselang, perkumpulan renang Indonesia ini menjadi bertambah luas, yaitu mulai dibentuknya Perserikatan Berenang Jawa Barat atau *West Java Zwembond* didirikan. Setelah Jawa Barat, Jawa Timur pun menyusul dengan mendirikan Perserikatan Berenang Jawa Timur atau *Oost Java Zwembond* pada tahun 1927. Perserikatan ini sendiri pun berhasil menjadi induk atas 7 perkumpulan sekaligus, di antaranya yaitu perkumpulan renang di lingkungan sekolah seperti halnya *OSVIA*, *MULO* dan *KWEEKSCHOO*. Setelah mulai banyak memiliki anggota, perserikatan renang mulai menyelenggarakan perlombaan renang antar daerah. Dikarenakan perlombaan ini masih dalam kekuasaan

Belanda, maka berbagai rekor yang tercipta pada perlombaan tersebut juga dicatat sebagai rekor di Belanda. Organisasi Renang di Indonesia baru saja berganti nama dari Persatuan Renang Republik Indonesia (PRSI) menjadi Akuatik Indonesia. Perubahan nama serta logo ini dilakukan pada saat Musyawarah Nasional Khusus (Munasus) tahun 2023. Perubahan nama dan logo ini dinilai sebagai respon atas bergantinya nama dan logo Federasi Renang Dunia dari *FINA* menjadi *World Akuatik*.

Seiring dengan perkembangan olahraga renang yang sangat pesat di Indonesia, banyak atlet-atlet bertalenta Indonesia yang sudah banyak menyumbangkan medali bagi Indonesia pada cabang olahraga renang. Dalam olahraga pembinaan olahraga prestasi tentu tidak dapat lepas dari aspek-aspek penunjang seperti unsur kondisi fisik. Tentu kondisi fisik seorang atlet renang perlu ditingkatkan seperti kekuatan otot lengan, tungkai, serta perut. Dengan eksplosifnya gerakan dalam gaya renang, maka resiko terjadinya cedera akan semakin tinggi.

Oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian lebih dalam lagi tentang “Gambaran Cedera pada Atlet Renang Tirta Benteng *Swimming Club*”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi berbagai permasalahan sebagai berikut:

1. Olahraga renang beresiko mendatangkan cedera
2. Pengetahuan tentang teknik renang yang benar sangat rendah
3. Sarana olahraga renang yang masih belum sesuai standar yang dapat mengakibatkan cedera.
4. Atlet renang yang pernah mengalami cedera olahraga
5. Cedera yang sering terjadi pada atlet renang.
6. Belum diketahui secara mendalam tentang jenis, lokasi, faktor penyebab terjadinya cedera, penanganan cedera dan pencegahan cedera.

C. Batasan Masalah

Dari masalah yang telah diidentifikasi, penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini yaitu "Gambaran Cedera pada Atlet Renang Tirta Benteng *Swimming Club*.”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, klarifikasi masalah dan batasan masalah diatas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah atlet renang pernah mengalami cedera?
2. Apa saja Jenis cedera yang terjadi pada atlet renang?
3. Dimanakah lokasi cedera anggota gerak tubuh yang sering dialami atlet renang?
4. Apa saja faktor penyebab terjadinya cedera pada atlet renang?
5. Apa sifat cedera yang sering terjadi pada atlet renang?
6. Apa penanganan yang dapat dilakukan oleh atlet renang?
7. Apa pencegahan yang dapat dilakukan oleh atlet renang?

E. Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui apa saja jenis, lokasi, sifat, penyebab, penanganan dan pencegahan cedera olahraga yang sering dialami oleh atlet renang pada saat latihan ataupun pada saat bertanding.

F. Manfaat Penelitian

Dari tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Pelatih

Memberikan pengetahuan tentang pengertian cedera olahraga, serta memberikan pengetahuan tentang, jenis, lokasi, faktor penyebab terjadinya cedera yang sering terjadi pada atlet hoki baik saat latihan maupun saat bertanding. Serta mengetahui bagaimana pencegahan yang dapat dilakukan apabila terdapat atlet yang pernah mengalami cedera sebelumnya.

2. Bagi Atlet

Atlet dapat mengetahui cedera yang mendominasi pada olahraga renang. Atlet dapat melakukan latihan dengan teknik yang benar serta pemanasan yang cukup saat melakukan latihan maupun saat kejuaraan.

3. Bagi Pembaca

Memberikan informasi berupa presentase cedera yang pernah terjadi. Memberikan informasi kepada pembaca lokasi, jenis, faktor penyebab, sifat, penanganan dan pencegahan cedera yang dapat dilakukan pada atlet renang.