

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Sepatu roda adalah sepatu beroda kecil (mainan anak-anak untuk meluncur). Sehingga dapat kita artikan bahwa olahraga sepatu roda adalah olahraga yang menggunakan sepatu beroda kecil (KBBI).

Sejarah mencatat bahwa cabang olahraga sepatu roda merupakan cabang olahraga terukur resmi pada PON XI / 1985 di Jakarta. Walaupun sempat tidak diperlombakan dalam periode berikutnya, cabang olahraga sepatu roda kembali diperlombakan secara rutin dimulai pada PON XVI /2004 Sumatera Selatan hingga sesuai Surat keputusan (SK) Ketua Umum Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Pusat Nomor Pertandingan/Perlombaan, dan Kuota Atlet Setiap Cabang Olahraga Pekan Olahraga Nasional (PON) XX Tahun 2021 di Papua akan mengikutsertakan sepatu roda sebagai salah satu cabang olahraga resmi yang diperlombakan. Sedangkan di tingkat Internasional juga telah diperlombakan pada *SEA Games xxvi / 2011 indonesia*, *ASIAN Universiade 2016*, *ASIAN Games 2018 / Indonesia*, dan *Youth Olympic Games 2018 / Argentina*.

Di Provinsi DKI Jakarta, cabang olahraga sepatu roda merupakan salah satu cabang olahraga unggulan, dimana capaian medali atlet asal DKI Jakarta pada *Multievent Nasional dan Internasional* yang diikuti antara lain sesuai tabel 1.1 sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Capaian Medali Atlet Sepatu Roda Asal Provinsi DKI Jakarta Pada Kejuaraan Multievent Nasional maupun Internasional  
Sumber : Database KONI DKI Jakarta 2023**

EVENT	MEDALI		
	EMAS	PERAK	PERUNGGU
SEA GAMES XXVI / 2011	1	1	1
PON XVI / 2004	6	2	3
PON XVII / 2008	11	2	3
PON XVII / 2012	6	3	2
PON XIX / 2016	6	5	1
PON XX / 2020	13	8	2



**Gambar 1.1 Cabang Olahraga Sepatu Roda saat diperlombakan pada SEA GAMES XXVI / 2011 di Palembang, Indonesia**

Dengan berkembangnya olahraga sepatu roda dan maraknya berbagai kompetisi yang tersedia tersebut, tuntutan penampilan seorang atlet sepatu roda yang membuahkan capaian prestasi adalah hal yang wajib, dimana menurut Alderman dalam Sudibyo Seyobroto (2017) menyatakan

bahwa penampilan seorang atlet salah satunya dapat ditinjau dari dimensi kesegaran jasmani atau kondisi fisik.

Kondisi fisik merupakan komponen terpenting dalam pencapaian prestasi. Kondisi fisik ialah hal mutlak yang wajib dimiliki oleh atlet di dalam mengembangkan dan meningkatkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga segenap kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai karakteristik dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga (Hanief, Y. N., et al,2017).

Kondisi fisik menurut Mochamad Sajoto (1988: 57), diidentifikasi sebagai salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan sebagai landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi. Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen - komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaan. Artinya bahwa di dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus berkembang. Komponen kondisi fisik meliputi kekuatan (*Strength*), daya tahan, kekuatan, kecepatan, daya lentur, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, dan reaksi

Kondisi fisik menurut Djoko Pekik Irianto, (2014: 9), juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain makanan / gizi, faktor istirahat kebiasaan hidup sehat, lingkungan dan latihan olahraga. Faktor latihan olahraga punya pengaruh yang besar terhadap peningkatan kesegaran jasmani seseorang. Seseorang yang secara teratur berlatih sesuai dengan

keperluannya dan memperoleh kesegaran jasmani dari padanya disebut terlatih. Sebaliknya, seseorang yang membiarkan ototnya lemas tergantung dan berada dalam kondisi fisik yang buruk disebut tak terlatih. Berolahraga adalah alternatif paling efektif dan aman untuk memperoleh kebugaran, sebab olahraga mempunyai multi manfaat baik manfaat fisik, psikis, maupun manfaat sosial. Latihan olahraga tersebut memiliki sasaran utamanya yaitu membantu atlet, meningkatkan keterampilan atau prestasi semaksimal mungkin, dimana latihan dapat dilihat dari 4 aspek yaitu aspek latihan fisik, teknik, taktik dan mental. (Harsono (1988: 100-101).

Pada cabang olahraga sepatu roda, menurut Publow (2017), menyatakan bahwa seorang atlet sepatu roda memerlukan kesegaran jasmani atau komponen fisik untuk mencapai prestasi terbaik. Olahraga sepatu roda merupakan olahraga yang membutuhkan kecepatan untuk melaju dari point A hingga *point B* secepat mungkin dan memiliki teknik dasar terdiri dari *Basic Position, Push In, Push Out, Recovery, Arm Swings*, dan *Turn*. Dengan melibatkan dimensi kekuatan, daya tahan, koordinasi, kelentukan, keseimbangan, kelincahan, akslerasi, *power* dan kecepatan. Dianne (1984), juga menyatakan bahwa dalam mencapai *performance* terbaik, seorang atlet sepatu roda perlu berlatih dengan memperhatikan komponen-komponen kondisi fisik tersebut melalui program latihan *off skate* (tanpa memakai sepatu roda) maupun *on skate* (memakai sepatu roda).

Sehubungan dengan teori - teori yang telah disampaikan serta kondisi cabang olahraga sepatu roda yang rutin menyumbangkan medali

emas bagi Provinsi DKI Jakarta, maka peneliti antusias untuk meneliti tentang model latihan koordinasi dengan media alat tongkat terhadap teknik *inside* pada atlet sepatu roda DKI Jakarta. Model teknik *inside* dibuat karena pada dasarnya atlet bias membuat gerakan khusus teknik yang benar dan bagus ketika sedang berlatih, namun tidak saat pertandingan. Harapannya ketika bias menguasai teknik *inside* ini sendiri mampu untuk membuat irama gerak, khususnya koordinasi secara alami.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah identifikasi yang saya ambil adalah:

- a. Perlunya koordinasi pada atlet sepatu roda.
- b. Perlunya media alat tongkat terhadap koordinasi atlet sepatu roda.
- c. Pentingnya Teknik *Inside* pada atlet sepatu roda.
- d. Pentingnya media alat tongkat terhadap koordinasi dalam Teknik *Inside* atlet sepatu roda.

### **C. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas maka penelitian ini difokuskan untuk membuat Model Latihan Koordinasi Dengan Media Alat Tongkat Terhadap teknik *Inside* Pada Atlet Sepatu Roda Pelatda DKI Jakarta.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

Bagaimana Model Latihan Koordinasi Dengan Media Alat Tongkat Terhadap teknik *Inside* Pada Atlet Sepatu Roda Pelatda DKI Jakarta?.

### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Adapun kegunaan hasil penelitian ini berdasarkan rumusan masalah di atas antara lain sebagai berikut :

1. Menerapkan model latihan dengan teknik terbaru yaitu teknik *inside* pada olahraga sepatu roda.
2. Menerapkan model latihan koordinasi dengan media alat tongkat yang inovatif terhadap teknik *inside* pada olahraga sepatu roda
3. Efektivitas model latihan terbaru dengan teknik *inside* pada olahraga sepatu roda.
4. Memberikan sumbangan yang efektif dalam latihan dengan teknik terbaru bagi pelatih dan atlet sepatu roda.

