

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Panjat tebing atau istilah asingnya dikenal dengan *rock climbing*, merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga alam bebas dan merupakan bagian dari mendaki gunung yang tidak bisa dilakukan dengan cara berjalan kaki melainkan harus menggunakan peralatan dan teknik-teknik tertentu untuk bisa melewatinya. Pada umumnya panjat tebing dilakukan pada daerah berkontur batuan tebing dengan sudut kemiringan mencapai 45° dan mempunyai tingkat kesulitan tertentu.

Secara umum pengertian panjat menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah menaiki dengan kaki dan tangan. Sedangkan tebing menurut Kamus Besar Indonesia, Tebing ialah lereng (gunung) yang tinggi dan terjal. Namun menurut, Wiyanto (1997) menjelaskan bahwa panjat tebing adalah kegiatan yang menumbuhkan kemampuan fisik untuk dapat memanjat lebih tinggi, kemampuan teknik untuk menempatkan kaki dan tangan diatas permukaan dinding, kemampuan mengatur strategi menentukan jalur dan kemampuan berpikir untuk mengambil keputusan yang cepat, guna mencapai tempat yang lebih tinggi.

Saat ini panjat tebing merupakan salah satu olahraga ekstrim yang penuh tantangan sehingga memerlukan peralatan yang lengkap untuk melakukan pemanjatan, namun meskipun demikian, saat ini panjat tebing mulai digemari oleh masyarakat dari berbagai kalangan dan olahraga panjat tebing ini sudah

banyak ditemui di tempat rekreasi dan digemari oleh anak-anak. Hal itu bisa dilihat dari bertambah banyaknya perkumpulan olahraga panjat tebing baik di kota maupun daerah, baik tingkat sekolah, perguruan tinggi, maupun kelompok yang berdiri di luar lingkungan pendidikan, sehingga olahraga ini pun menjadi *trend* yang digemari dan dijadikan olahraga tantangan bagi para generasi muda.

Olahraga panjat tebing memiliki nilai-nilai yang positif yang harus terus menerus kita kembangkan bersama, antara lain pembentukan karakter, mengokohkan kepribadian, memupuk jiwa sportifitas, daya juang yang tidak kenal menyerah, dan sarana penyaluran bakat dan prestasi. Sebagai olahraga beresiko tinggi panjat tebing membutuhkan banyak peralatan untuk keselamatan bagi si pemanjat seperti *wall climbing, karmantel, harness, runner, chaklbag, magnesium, carabiner* sepatu panjat, dan lain-lain. Peralatan tersebut minimal harus dimiliki pemanjat sebelum melakukan kegiatan pemanjatan. Selain peralatan yang sudah lengkap, ada hal lain yang perlu diperhatikan yaitu faktor keselamatan karena didalam olahraga panjat tebing itu sendiri bermain dengan ketinggian minimal 15 meter.

Tujuan dari kegiatan panjat tebing sangat beragam ada melakukan ekspedisi, mengukir prestasi dan rekreasi. Pada dasarnya pemanjat tebing pemula harus mengetahui alat-alat panjat tebing dan teknik-teknik dasar pemasangan alat-alat panjat untuk menghindari kecelakaan namun beberapa kasus kecelakaan yang terjadi karena kelengahan dan kurang mengetahui atau lupa tentang teknik dasar pemasangan alat panjat tebing sehingga dapat terjadinya kecelakaan dalam berkegiatan panjat tebing.

Banyaknya tuntutan tentang perkembangan olahraga ini memberi alternatif lain dari unsur petualangan itu sendiri. Dengan lebih mengedepankan unsur olahraga murni (*sport*). Secara garis besar panjat tebing dibedakan menjadi dua yaitu panjat tebing alam (*rock climbing*), dan panjat tebing buatan (*wall climbing*). Panjat tebing buatan identik dengan panjat tebing sport atau panjat tebing prestasi (Darsono & Setria, 2008).

Dalam olahraga panjat tebing juga memiliki banyak manfaat dari segi kesehatan dan kebugaran. Dari segi kesehatan panjat tebing membutuhkan daya tahan tubuh yang *fit* dan dengan sendirinya jika dilakukan secara efektif serta berkala tentu akan meningkatkan daya tahan tubuh, begitupun dengan kinerja jantung yang bekerja lebih keras sehingga memompa darah ke seluruh bagian tubuh sekaligus melancarkan sirkulasi peredaran darah.

Seiring berjalannya waktu panjat tebing pertama kali dilakukan oleh para tentara Eropa sebelum pada perang dunia ke 1 tepatnya 1910, sebagai aktivitas yang dilakukan para tentara untuk mencapai tebing-tebing dengan ketinggian tertentu dan dengan menggunakan peralatan bantuan. Peralatan yang digunakan adalah tali tebal, cincin kait (*carabiner*), dan paku tebing (*pyton*) yang terbuat dari baja. Kala itu, pemanjatan tebing dilakukan dalam rangka menaklukkan gunung-gunung es dengan mengusung kebanggaan negara yang diwakili.

Di Indonesia sendiri perkembangan panjat tebing mulai disebarluaskan sejak Gladian Pecinta Alam pada 1975 di tebing Citatah, Padalarang, Bandung. Pada 1985 kompetisi panjat tebing alam mulai dipertandingkan di Prancis, pada saat musim semi tiba di Prancis para atlet tidak dapat berlatih ditebing kerana

cuaca yang tidak memungkinkan, jalan keluarnya adalah mereka berlatih ditembok rumah yang dipasang pegangan buatan kemudian lahirlah apa yang disebut *wall climbing*. Seiring olahraga panjat tebing dinilai sebagai olahraga prestasi karena olahraga yang diperlombakan berdasarkan pada katagori tercepat, tertinggi dan terkuat menurut kaidah *olympic sport*, kemudian KONI pusat pada tahun 1994 menerima FPTI (Federasi Panjat Tebing Indonesia) sebagai induk organisasi yang mewadahi olahraga panjat tebing indonesia.

Sebagai salah satu cabang olahraga panjat tebing banyak digemari di berbagai kalangan usia mulai dari kalangan dewasa hingga anak-anak. Untuk menemui tempat rekreasi dengan adanya sarana dan prasarana panjat tebing sudah mulai tersedia di tempat bermain atau rekreasi khususnya di *Mall*. Sehingga anak-anak gemar bermain dan tidak lupa juga dengan memperhatikan kondisi fisiknya. Bermain bagi anak merupakan kegiatan yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual anak. Psikomotorik yang meliputi perilaku gerakan dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik seseorang. Keterampilan yang akan berkembang jika sering dipraktikkan ini dapat diukur berdasarkan jarak, kecepatan, kecepatan, teknik dan cara pelaksanaan.

Afektif adalah segala sesuatu yang berkaitan dengan emosi seperti penghargaan, nilai, perasaan, semangat, minat, dan sikap terhadap sesuatu hal. Pada ranah afeksi, Bloom menyusun pembagian kategorinya (David Krathwol). Aspek kognitif menjadi aspek utama dalam banyak kurikulum pendidikan dan menjadi tolok ukur penilaian perkembangan anak. Kognitif yang berasal dari

bahasa latin *cognitio* memiliki arti pengenalan, yang mengacu kepada proses mengetahui maupun kepada pengetahuan itu sendiri.

Dengan bermain anak dapat mengenal lingkungan, berinteraksi, serta mengembangkan emosi dan imajinasi dengan baik. Pada dasarnya anak-anak gemar bermain, bergerak, bernyanyi dan menari, baik dilakukan sendiri maupun berkelompok. Bermain adalah kegiatan untuk bersenang-senang yang terjadi secara alamiah.

Dalam panjat tebing juga terdapat berbagai macam aktivitas yang bermanfaat bagi anak. Termasuk dalam mereka melakukan aktivitas teknik pijakan (*edging*), keseimbangan (*balance*), dan pegangan (*grip*). Sehingga anak dapat bergerak lebih aktif, mampu bersosialisasi dan mengenal lingkungan baru mereka.

Berdasarkan penjelasan diatas, *kids climbing* sangat melatih kefokuskan, kepuasan, gerak dasar, dan kesenangan anak. Maka peneliti tertarik untuk membuat Model *Kids Climbing* Pada Atlet Klub Panjat Tebing IMS Jakarta.

B. Fokus Penelitian

Adapun fokus penelitian ini berdasarkan pada permasalahan yang ada, agar tidak terjadi perluasan masalah. Penelitian difokuskan pada Model *Kids Climbing* Pada Atlet Klub Panjat Tebing IMS Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Berkaitan dengan penjelasan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

- a. Apa hasil produk dari penelitian model *kids climbing* pada atlet klub panjat

IMS jakarta?

- b. Apakah produk layak untuk diterapkan oleh para atlet dan pelatih dalam proses latihan?
- c. Apakah produk efektif untuk diterapkan oleh para atlet dan pelatih dalam proses latihan?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa kegunaan diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Menjadikan salah satu syarat menyelesaikan studi Strata satu (S1) dan mendapatkan gelar sarjana olahraga.
2. Dapat mereduksi kejenuhan dan mengurangi resiko cedera dengan penggunaan Model permainan pada aktifitas pemanasan dalam olahraga.
3. Secara umum dapat menjadikan bahan ajaran dan bahan referensi tentang materi pemanasan olahraga bagi pelatih serta khalayak umum.
4. Meningkatkan motivasi dan memberikan suasana baru pada sesi aktifitas pemanasan olahraga melalui kegiatan permainan.