

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Panahan adalah olahraga yang melibatkan penggunaan busur dan anak panah untuk menembakkan target. Selama berabad-abad, panahan telah berkembang dari kegiatan berburu dan militer menjadi olahraga kompetitif yang populer. Dalam berkompetitif panahan membutuhkan fokus, konsentrasi, dan teknik yang tepat untuk mencapai akurasi dan keberhasilan. Selain itu, panahan juga melatih kedisiplinan, mental, ketahanan fisik dan ketenangan di bawah tekanan, yang menjadikannya aktivitas bermanfaat, baik untuk tubuh maupun pikiran. (Asiva Noor Rachmayani, 2015)

Panahan ada beberapa klasifikasi yaitu jenis busur, jenis target, dan jenis kompetisi. Untuk klasifikasi jenis busur, busur *Recurve*, memiliki bentuk khas dengan ujung busur yang melengkung ke arah luar. Busur ini memberikan kekuatan dan akurasi yang lebih besar, digunakan dalam kompetisi *Olimpiade* dan banyak pertandingan panahan *international*. Busur *Recurve* yang dirancang khusus untuk mengikuti standar kompetisi resmi. Busur *Compound* menggunakan sistem *pulley* dan kabel untuk meningkatkan efisien dan memudahkan pemanah menarik busur, busur ini memiliki desain yang lebih kompleks dan teknologi tinggi, digunakan dalam kompetisi panahan *world archery*, pertandingan

internasional dan *hunting*, memungkinkan akurasi yang tinggi dan kestabilan pada saat menarik busur. Busur *Compound* dengan berbagai pengaturan dan penyesuaian untuk mencapai kinerja optimal. Busur *standard bow* menggunakan jenis busur yang terbuat dari kayu bentuk busur *standard bow* sama dengan *recurve* hanya berbeda jenis bahan pembuatannya, busur *standard bow* digunakan dalam pertandingan nasional di Indonesia. Busur *Barebow* sama dengan *recurve* dan *standard bow* dalam bentuknya dan jenisnya yang membedakan divisi ini ada dengan kelengkapan busurnya yang hanya memakai busurnya saja tanpa tambahan alat bidik, *stabilizer* dan lainnya.

Klasifikasi berdasarkan target panahan. Target panahan, adalah titik bidik di mana pemanah menembakkan ke *face target* tetap dari jarak tertentu seperti, divisi *compound* jarak 50 m, divisi *recurve* 70 m, *standard bow* di dalam kompetisi diandingkan 3 jarak 30 m, 40 m, dan 50 m, divisi *barebow* dengan jarak 20 m, 30 m, dan 50 m. untuk pertandingan *indoor*, ke 4 divisi ini dipertandingkan di jarak 18 m. target terdiri dari beberapa *point* yang berbentuk lingkaran dan berbagai macam ukuran sesuai dengan jarak masing-masing yang sudah ditentukan di peraturan panahan. Teknik untuk divisi *recurve*, *standard bow*, dan *barbow* memiliki teknik yang sama dalam melakukan gerakan, untuk divisi *compound* memiliki sedikit perbedaan dengan divisi lainnya dan untuk divisi *compound* untuk menarik busur menggunakan alat seperti *thumb*, *trigger release* dan *back tension* yang berbeda-beda juga. (Syahputra et al., 2021)

Klasifikasi berdasarkan teknik panahan mencakup berbagai jenis

busur, teknik, dan aplikasi yang digunakan dalam olahraga dan aktivitas. Dengan ini memahami klasifikasi ini, para pemanah dapat memilih perlengkapan dan teknik yang sesuai dengan kebutuhan mereka baik untuk kompetisi, berburu, atau rekreasi. Setiap kategori dalam klasifikasi panahan membawa keunikan dan tantangan tersendiri, menjadikannya olahraga yang beragam dan menarik. (Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., 2018)

Panahan adalah olahraga yang unik karena tidak memiliki batasan usia yang ketat untuk partisipasinya. Baik anak-anak, dewasa, maupun lanjut usia dapat berpartisipasi dalam olahraga ini, menjadikan olahraga inklusif yang dapat dinikmati oleh berbagai kelompok usia. Panahan adalah olahraga yang inklusif dan dapat dinikmati oleh orang dari semua usia. Manfaatnya meliputi pengembangan keterampilan motorik, peningkatan kesehatan fisik dan mental, serta kesempatan untuk terlibat dalam aktivitas sosial. Meskipun ada tantangan yang berbeda untuk setiap kelompok usia, penyesuaian dan adaptasi dalam perlengkapan, Teknik latihan, dan program pelatihan dapat membantu memastikan pengalaman yang aman dan menyenangkan. Dengan perhatian yang tepat, panahan dapat menjadi bagian berharga dari gaya hidup aktif dan sehat di berbagai tahap kehidupan. (Muslim, 2023)

Setelah dilakukannya analisis dan observasi pada cabang olahraga panahan, latihan untuk meningkatkan akurasi sangat kurang ada nya variasi latihan, dan dilatih ketika atlet sudah memasuki kategori yang sudah matang, terjadinya *point* pada anak panah tidak masuk sesuai dengan bidikan seorang atlet, tidak terjadinya

grouping pada anak panah dalam titik bidik, masuk ke *point* tengah atau *point* tertinggi dikarenakan bidikan yang sesuai bukan karena kebetulan atau hal yang tidak disengaja, sedangkan akurasi bisa dilatih dari atlet masih pemula dan sudah memahami teknik dengan baik, akan menghasilkan yang lebih maksimal ketika atlet pemula sudah diberikan latihan untuk meningkatkan akurasi, ada nya variasi latihan akurasi akan membuat atlet akan merasa lebih menarik dan bersemangat ketika latihan dan tujuan dari latihan akurasi pun tercapai.

Akurasi adalah komponen utama dalam panahan yang menentukan seberapa baik seorang pemanah dapat menembak anak panah ke target dengan tepat. Mencapai akurasi yang tinggi melibatkan berbagai faktor, mulai dari teknik yang benar hingga perlengkapan yang sesuai dan kondisi mental. Yang mempengaruhi akurasi dalam memanah, teknik dalam memanah, perlengkapan panahan, kondisi lingkungan, kondisi fisik dan mental, strategi untuk meningkatkan akurasi, latihan untuk akurasi, latihan target, latihan variasi membidik. Akurasi dalam panahan bergantung pada kombinasi teknik yang benar, perlengkapan yang sesuai, kondisi lingkungan, dan kesiapan mental serta fisik. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi dan menerapkan strategi yang tepat dalam latihan, seorang pemanah dapat meningkatkan keterampilan dan mencapai hasil yang lebih baik. Penerapan teknik dan faktor-faktor yang lain adalah kunci untuk mengasah akurasi dan mencapai performa optimal dalam panahan. (Lindu & Kurniawan, 2021)

Untuk meningkatkan akurasi bisa dilatih dengan variasi jarak berbeda dengan jarak yang sesuai dengan pertandingan, dan bisa menggunakan variasi *face target*

yang berbeda dengan standar kompetisi, agar ketika latihan menjadi lebih sulit daripada kompetisi, agar bisa meningkatkan akurasi pada saat membidik target.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka fokus penelitian tersebut untuk meningkatkan akurasi terhadap cabang olahraga panahan untuk pemula.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan dari fokus penelitian tersebut perumusan masalah terhadap pengembangan model latihan akurasi terhadap cabang olahraga panahan untuk pemula, sebagai berikut:

1. Terjadinya *point* pada anak panah tidak masuk sesuai dengan bidikan seorang pemanah.
2. Tidak terjadinya *grouping* pada anak panah dalam titik bidik.
3. Masuk ke *point* tengah dikarenakan bidikan yang sesuai bukan karena kebetulan atau hal lainnya.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada mahasiswa khususnya dan masyarakat luas pada umumnya, penelitian ini dapat dijadikan suatu sistem latihan atau kurikulum dalam suatu komunitas panahan.
 - b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan agar peneliti-peneliti lain semakin banyak termotivasi untuk melakukan penelitian tentang

pengembangan model latihan akurasi terhadap cabang olahraga panahan untuk pemula.

2. Secara Praktis

- a. Bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan ilmiah, terutama dalam bidang olahraga dan khususnya dalam cabang olahraga panahan.
- b. Hasil penelitian ini bisa menjadi referensi bagi pelatih yang ada di Indonesia untuk melakukan program latihan meningkatkan akurasi pada cabang olahraga panahan.
- c. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya dan dapat meneliti lebih dalam
- d. Hasil penelitian pengembangan model latihan akurasi terhadap cabang olahraga panahan untuk pemula.

