

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia adalah olahraga. Olahraga tidak hanya digunakan sebagai hiburan dan rekreasi, tetapi juga digunakan untuk menunjukkan prestasi dan kebanggaan bangsa. Di dalam dunia olahraga, terdapat individu-individu yang berperan aktif dalam meraih berbagai prestasi, yaitu para atlet.

Indonesia memiliki potensi besar dalam bidang olahraga. Banyak talenta muda yang berprestasi di berbagai cabang olahraga. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga bukan hanya sekedar kebutuhan, tetapi telah menjadi gaya hidup. Pada umumnya masyarakat melakukan olahraga untuk menjaga kebugaran tubuh serta menjaga kesehatan agar dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan fit, akan tetapi tidak sedikit juga mereka yang melakukannya karena hobi atau mengejar prestasi pada ajang atau event keolahragaan.

Atlet adalah orang yang memiliki kekuatan fisik dan mental yang luar biasa untuk mencapai tingkat tertinggi dalam bidang olahraga yang mereka geluti dengan berusaha keras dan berdedikasi tinggi. Mereka juga menjadi duta negara yang membawa nama baik negara di mata dunia dengan tujuan untuk berkompetisi dan mencapai prestasi tertentu.

Atlet tidak hanya dituntut untuk memiliki keterampilan teknis dalam olahraga yang mereka geluti, tetapi juga harus memiliki kondisi fisik yang prima, mental yang kuat, dan disiplin yang tinggi. Mereka sering menjalani program pelatihan yang ketat dan terstruktur untuk meningkatkan performa mereka, yang mencakup latihan fisik, teknik, dan strategi. Maka dari itu menjadi seorang atlet, bukanlah perjalanan yang mudah. Ada banyak tantangan yang harus dihadapi, mulai dari cedera, tekanan untuk berprestasi, hingga mengabaikan kehidupan pribadi.

Atlet berjuang untuk memberikan prestasi maksimal yang terbaik, maka dari itu memiliki faktor fisik yang baik tidak cukup jika atlet memiliki fisik yang prima saja. Ada beberapa aspek yang dapat pelatih harus liat dari memilih calon atlet, seperti postur kaki, tinggi badan, panjang tungkai, panjang lengan, hingga berat badan. Memiliki fisik yang ideal saja tidak cukup untuk berprestasi tanpa adanya latihan fisik. Postur tubuh yang baik dapat membantu seorang atlet dalam beberapa cabang olahraga untuk mencapai prestasi terbaik mereka. Selain itu, postur tubuh yang baik juga memungkinkan atlet untuk dapat melakukan gerakan yang lebih baik dalam berbagai jenis olahraga daripada atlet dengan postur tubuh yang kurang baik. Karena perannya yang sangat penting, banyak cabang olahraga yang menjadikan antropometri ini sebagai salah satu pengukuran untuk tubuh seorang atlet yang wajib dilakukan dan hampir semua cabang olahraga yang menjadi faktor dan menentukan prestasi terletak dari struktur tubuh seorang atlet.

Dalam kehidupan sehari-hari, antropometri akan memberikan data fisik manusia secara lengkap dan hal itu dapat digunakan sebagai persyaratan untuk berbagai macam keperluan, termasuk bagi tim pemandu bakat untuk mencari atlet yang dibutuhkan sesuai dengan cabang olahraga masing – masing.

Dalam usaha mewujudkan cita-cita prestasi olahraga nasional yang lebih tinggi, pemerintah Indonesia telah berkomitmen untuk menyiapkan generasi penerus yang berbakat melalui berbagai inisiatif. Langkah-langkah ini telah dirumuskan dengan cermat dalam Peraturan Presiden Nomor 86 Tahun 2021 yang merancang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) ini menjadi landasan dalam pembinaan olahraga prestasi yang saling terintegrasi, menjangkau dari tingkat pendidikan dasar hingga pelatihan atlet senior.

Salah satu implementasi Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) adalah pembentukan Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional (SLOMPN) dan bekerja sama dengan Perguruan Tinggi yang mempunyai Fakultas Ilmu Keolahragaan. Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional (SLOMPN) dirancang sebagai tempat untuk mengasah bakat olahragawan muda usia 12 hingga 15 tahun. Program inovatif ini ditujukan untuk memberikan pelatihan dan sumber daya yang diperlukan bagi para atlet muda agar dapat berkembang menjadi talenta yang siap bersaing di kancah nasional maupun internasional. Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional bekerja sama dengan empat universitas yang mempelajari ilmu keolahragaan, diantaranya yaitu, Universitas Negeri Surabaya (UNESA), Universitas

Pendidikan Indonesia (UPI), Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Universitas Negeri Semarang (UNNES).

Tujuan dari terbentuknya Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional adalah meningkatkan kapasitas, sinergitas serta produktivitas olahraga prestasi nasional melalui pembinaan, pengembangan olahragawan. Tujuan tersebut diharapkan dapat menghasilkan atlet Indonesia yang berprestasi ditingkat olimpiade. Dalam hal ini Universitas Negeri Jakarta merupakan salah satu perguruan negeri terkemuka dalam bidang olahraga.

Sentra Universitas Negeri Jakarta menyediakan fasilitas dan program pelatihan yang memiliki standar kuantitas dan kualitas tinggi untuk para atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional. Fasilitas yang disediakan di Sentra Universitas Negeri Jakarta adalah lapangan olahraga, *gym*, ruang terapi, dan asrama bagi para atlet. Atlet-atlet muda Indonesia memerlukan persiapan teknik, strategi, serta mentalitas juara sejak usia dini. Dalam Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional di Universitas Negeri Jakarta, ada 3 cabang olahraga yang diterima yaitu cabang olahraga atletik, panahan dan panjat tebing. Di dalam program Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional, para ahli-ahli seperti ahli fisiologi olahraga, ahli fisioterapi, ahli gizi olahraga, ahli psikologi olahraga atau psikolog, *masseur* dan *recovery*, teknisi cabor, pelatih fisik, ahli analisa performa dan *big data analytics*, dokter spesialis kedokteran olahraga atau dokter dan perawat, ahli biomekanika olahraga yang berpengalaman juga dilibatkan untuk memastikan setiap atlet mendapatkan bimbingan yang terbaik. Lebih lanjut, sentra latihan ini juga diharapkan dapat

menjadi model bagi pengembangan pusat-pusat pelatihan olahraga lainnya di berbagai daerah. Universitas Negeri Jakarta bersepakat dan berkomitmen untuk memberikan kontribusi nyata bagi kemajuan olahraga nasional dalam mendukung pembinaan atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional.

Peneliti percaya bahwa karakteristik fisik setiap individu sangat berperan penting untuk menentukan potensi dalam performanya di cabang olahraga yang diminatinya. Proporsi tubuh, komposisi, dan kapasitas fisik seseorang atlet merupakan dasar penting untuk pengembangan strategi pelatihan yang efektif. Karena itu, Antropometri dapat memberikan gambaran yang objektif terhadap pembangan fisik para atlet. Dengan memahami Profil Antropometri atlet, peneliti berharap penelitian ini dapat membantu menciptakan pendekatan pelatihan yang lebih personal dan optimal bagi atlet, sekaligus memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang olahraga dan kesehatan. Maka peneliti tertarik untuk mengolah data Antropometri Atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta untuk memenuhi *database* sehingga para pelatih dapat melihat dan menyeleksi atlet berdasarkan antropometrinya untuk mencapai prestasi yang baik.

Intelligentia - Dignitas

B. Identifikasi Masalah

1. Belum diketahui profil antropometri atlet sentra latihan olahragawan muda potensial nasional universitas negeri jakarta
2. Belum adanya informasi profil antropometri atlet sentra latihan olahragawan universitas negeri jakarta
3. Belum diketahui standar ideal data terkait item tes pengukuran antropometri atlet sentra latihan olahragawan universitas negeri jakarta
4. Hanya item tes tinggi badan dalam pengukuran antropometri yang menjadi *benchmark* seorang atlet yang terpakai di Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta. Namun, banyak item tes pengukuran antropometri lainnya seperti berat badan, lengan atas, lengan bawah, telapak tangan, rentang lengan, tungkai atas, tungkai bawah, dan telapak kaki, yang seharusnya juga menjadi *benchmark* Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah maka, untuk menghindari penafsiran yang berbeda dan meluasnya lingkup penelitian terhadap masalah yang akan dibahas penelitian ini dibatasi oleh permasalahan, yaitu : Profil Antropometri atlet Sentra Latihan Olahragawan Muda Potensial Nasional Universitas Negeri Jakarta.

D. Rumusan Masalah

”Bagaimanakah profil antropometri atlet berdasarkan tinggi badan, tinggi duduk, berat badan, lengan atas, lengan bawah, telapak tangan, rentang lengan, tungkai atas, tungkai bawah, telapak kaki Sentra latihan olahragawan muda potensial nasional Universitas Negeri Jakarta?”

E. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoretis

a. Pengembangan Ilmu Keolahragaan

Penelitian ini dapat memperkaya literatur dan basis data terkait antropometri atlet di Indonesia.

b. Referensi Ilmiah

Menjadi acuan bagi peneliti lain yang ingin mendalami membantu membangun model teoretis tentang perkembangan fisik yang ideal untuk berbagai cabang olahraga.

c. Evaluasi Program Pembinaan Atlet

untuk mengevaluasi efektivitas program pembinaan di sentra latihan olahraga.

2. Manfaat Praktis

a. Identifikasi Bakat

Data antropometri membantu seleksi atlet sesuai kebutuhan cabang olahraga.

b. Program Latihan

Intelligentia - Dignitas

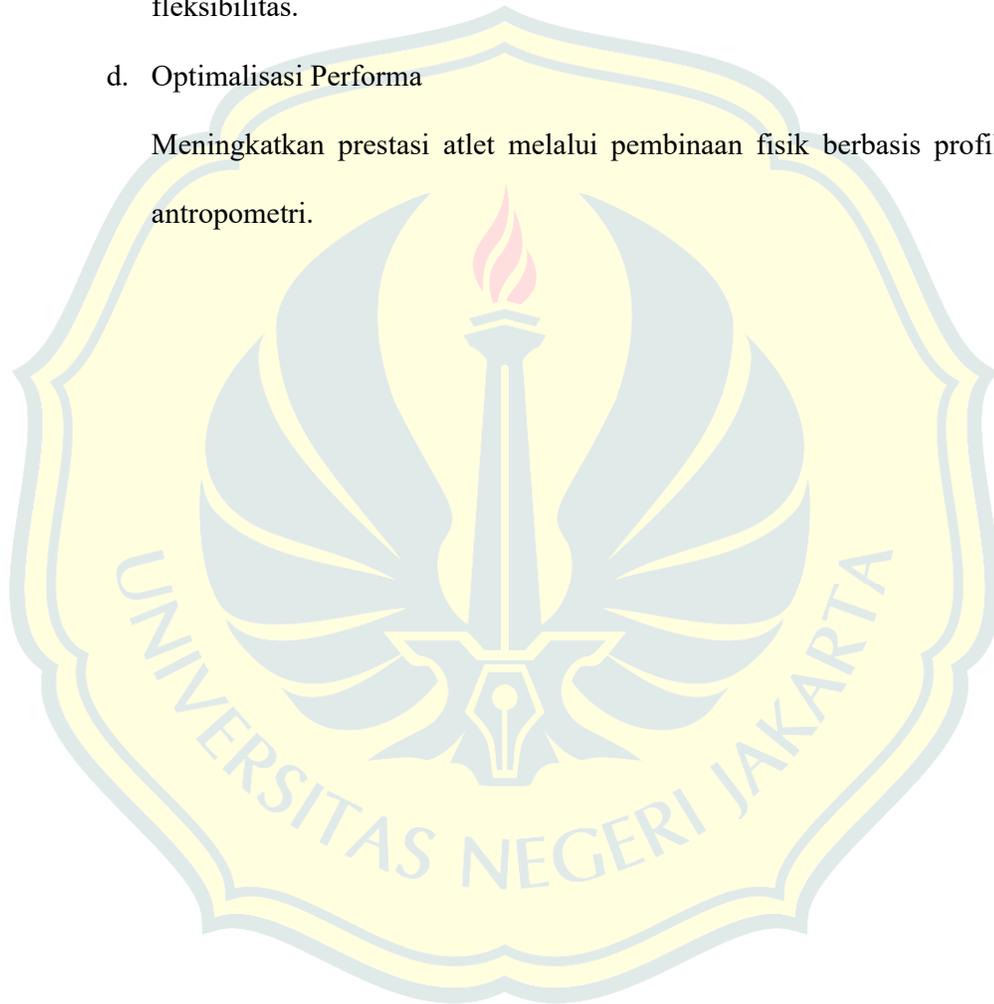
Mendukung perancangan latihan spesifik sesuai karakteristik fisik atlet.

c. Pemecahan Masalah

Mengatasi kendala performa terkait kekuatan, daya tahan, atau fleksibilitas.

d. Optimalisasi Performa

Meningkatkan prestasi atlet melalui pembinaan fisik berbasis profil antropometri.



Intelligentia - Dignitas

