

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menembak adalah olahraga yang tidak begitu dikenal masyarakat dan tentu tidak sepopuler olahraga lainnya, seperti olahraga sepak bola, bola basket, futsal dan lain sebagainya yang mungkin sudah tidak asing lagi di telinga kita.

Cabang Olahraga menembak merupakan cabang yang memiliki karakteristiknya hampir sama dengan olahraga panahan hanya membedakan dari jenis kekuatan dorongan, panahan sangat tergantung pada energi atau tenaga yang timbul karena tarikan atau rentangan pemanah terhadap busur sedangkan pada menembak kekuatan dorongan diperoleh dari ledakan alat itu sendiri. Selain mengandalkan pada senjata, atlet memerlukan daya tahan, fisik yang prima, dan memiliki akurasi yang konstan, karena atlet menurun performanya pada saat tembakan seri terakhir, itu dikarenakan perbedaan tembakan untuk penembak air rifle 10m putra dan putri berbeda pada pelurunya untuk putra 60 peluru dengan waktu 1 jam 30 menit dan untuk putri 40 peluru dengan waktu 60 menit.

Di dalam olahraga menembak memiliki banyak nomor dan yang di akui oleh ISSF (*Internasional Shooting Sport Federation*) dalam kategori pertandingan untuk putra sendiri 19 (sembilan belas) nomor dan untuk putri 13 (tiga belas) nomor, dari individual dan tim, dan untuk katagori umur *junior, adult, senior*. Untuk senjatanya dibagi menjadi pistol, laras panjang (*rifle*), *shotgun*. Bahkan di menembak terdapat jarak yang dipertandingkan dari 300 m, 50 m, 25 m, 10 m, dan lain sebagainya, dari setiap jarak berbeda juga untuk pelurunya, jenis senjatanya dan *artibute* dari senjata tersebut tergantung dari penggunaan jaraknya, untuk amunisinya menggunakan 4,5 mm, maksimum panjang laras 850 mm dan berat maksimum senjata 5,5 kg untuk pria dan wanita.

Hal dasar yang harus dijadikan pedoman adalah proses terjadinya tembakan. Dimana untuk mendapatkan hasil tembakan yang sempurna diperlukan : (1) Pernafasan, nafas tidak ditahan, melainkan ditarik dan dihembuskan secara perlahan dan dinamis. (2) Bidikan, bidikan yang baik tidak terlepas dari sikap tembak yang baik. Sikap tembak yang baik adalah dimana untuk posisi badan, lebar kaki, angkatan tangan pada senjata dan mata sesuai dan terarah alami menuju sasaran. (3) Tekan Picu, setenang apapun nafas kita, sebagus apapun gambar bidik kita, jika eksekusi terakhir terhadap picu dihentak maka hilang sudah tembakan yang sempurna.

Olahraga menembak adalah salah satu cabang olahraga yang berada di bawah naungan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Pada awal diperkenalkan oleh Bapak Drs. Cornelius Glenn Clifton Apfel yaitu pada tanggal 9 September 2016, Klub Olahraga Prestasi (KOP) menembak UNJ beranggotakan 60 orang yang aktif berlatih dan aktif mengadakan kegiatan pertandingan menembak antar mahasiswa.

Menurut data yang dimiliki KOP menembak UNJ pada tahun 2016 dan 2017 terdapat penurunan jumlah anggota latihan. Latihan biasanya dihadiri oleh 20 orang namun seiring berjalan waktu anggota yang aktif berlatih semakin sedikit, hanya 10 orang anggota KOP menembak UNJ yang masih bertahan aktif latihan. Peneliti mulai mendapatkan bahwa tingkat penurunan jumlah anggota latihan ini semakin besar (semakin sedikit anggota yang latihan).

Menurut peneliti faktor yang mempengaruhi berkurangnya para anggota untuk aktif dalam KOP menembak UNJ adalah kejenuhan para anggota dengan latihan yang ada, latihan yang kurang bervariasi dan membosankan (kurangnya *game* atau permainan). Dalam KOP menembak UNJ pada dasarnya tidak ada nama pelatih yang terdaftar, selama latihan para anggota hanya diberikan materi oleh para atlet PPLM (Pusat Pendidikan dan Pelatihan Mahasiswa).

Dari faktor penyebab tersebut peneliti melihat permainan pada cabang olahraga lain sebagai suatu kegiatan yang menyenangkan, bahkan bukan hanya di cabang yang memiliki karakteristik permainan tapi juga ada pada cabang olahraga beladiri maupun lainnya. Bahkan dalam cabang olahraga panahan yang merupakan olahraga sejenis dengan menembak, peneliti menemukan kegiatan yang bersifat permainan.

Oleh sebab itu peneliti merencanakan untuk membuat gagasan atau ide-ide menarik untuk mengembangkan model latihan menembak menjadi lebih menarik dan bervariasi. Peneliti juga mengharapkan dengan adanya pengembangan latihan dengan permainan ini dapat membuat lebih banyak model latihan yang lebih menyenangkan.

## **B. Fokus Penelitian**

Agar dicapai hasil optimal dari pengembangan model latihan menembak, maka fokus masalah pada penelitian ini adalah pengembangan model latihan dengan permainan dalam olahraga menembak pada anggota KOP menembak UNJ.

### **C. Perumusan Masalah**

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

*“Bagaimana pengembangan model latihan dengan permainan dalam olahraga menembak pada anggota KOP menembak UNJ?”*

### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak materi latihan yang bervariasi dan tentu saja tidak membosankan, sehingga dapat digunakan pada anggota KOP menembak UNJ. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain:

- 1) Untuk mengetahui model yang di pakai dalam melatih menembak dengan permainan. Memberikan pengetahuan kepada mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta;
- 2) Memberikan suasana baru bagi anggota klub olahraga prestasi menembak dalam proses latihan, sehingga anggota merasa tidak jenuh;
- 3) Mempermudah anggota klub olahraga prestasi menembak dalam melakukan latihan;

- 4) Membantu upaya memajukan prestasi atlet menembak Indonesia khususnya pada klub olahraga prestasi menembak Universitas Negeri Jakarta untuk meraih prestasi tertinggi.