

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

National Paralympic Committee (NPC) yang merupakan induk organisasi olahraga bagi penyandang disabilitas di Indonesia. Organisasi ini merupakan institusi resmi yang menaungi atlet-atlet khusus penyandang difabel atau disabilitas. Organisasi ini didirikan di Surakarta tanggal 31 Oktober Tahun 1962 yang pertama kali bernama Yayasan Pembina Olahraga Cacat (YPOC) dan terus ada serta berlangsung untuk waktu yang tidak terbatas, atas saran KONI Pusat, Menteri Pemuda dan Olahraga RI, Menteri Sosial RI dan pihak-pihak terkait maka YPOC perlu ditingkatkan kedudukannya menjadi Organisasi Payung Olahraga Cacat Indonesia dengan terlebih dahulu mengubah status Yayasan menjadi organisasi sosial kemasyarakatan.

Dalam Musyawarah Olahraga Nasional (MUSORNAS) YPOC ke VII Tanggal 31 Oktober sampai dengan 1 November 1993 di Yogyakarta, maka wadah tersebut kemudian ditetapkan dengan nama baru yaitu Badan Pembina Olahraga Cacat Indonesia (BPOC) sebagai kelanjutan dari YPOC, Musyawarah Olahraga Nasional (MUSORNAS) X BPOC tanggal 18 sampai 20 November 2006 di Surakarta, atas saran Menteri Pemuda dan Olahraga RI serta mengikuti aturan lembaga-lembaga Paralympic Regional dan International, maka BPOC perlu ditingkatkan eksistensi dan kedudukannya bahwa BPOC tingkat Pusat

merupakan National Paralympic Committee (NPC) sehingga disebut BPOC dan atau NPC Indonesia

Dalam musyawarah olahraga nasional luar biasa tanggal 28 Juli 2010 di Surakarta dilakukan perubahan nama dari BPOC yang dulunya YPOC berubah nama menjadi NPC Indonesia organisasi ini adalah satu-satunya wadah keolahhrgaan penyandang disabilitas Indonesia yang berwenang mengkoordinasikan dan membina setiap dan seluruh kegiatan olahraga prestasi penyandang disabilitas diseluruh wilayah hukum Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Untuk itu dalam upaya meningkatkan prestasi atlet National Paralympic Committee (NPC) Sumatera Utara mengingat perlunya pemenuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh atlet, maka seorang atlet harus mengetahui bagaimana peranan gizi dalam meningkatkan prestasi. Adapun perlunya pengetahuan gizi bagi atlet, disebabkan oleh karena setiap atlet membutuhkan energi. Kebutuhan energi yang dibutuhkan setiap orang berbeda beda tergantung pada beberapa factor, antara lain, jenis kelamin, berat dan tinggi badan serta berat atau ringannya aktivitas sehari-hari.

Menurut Suniar (2002) Pengetahuan gizi adalah kemampuan seseorang memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya dengan kesehatan. Peningkatan pengetahuan, sikap dan menunjang peningkatan ketahanan fisik dan diharapkan pada waktunya atlet dapat menunjang prestasi yang terbaik. Dalam masa pertumbuhan serta perkembangan, proses kehidupan seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, salah

satunya asupan zat gizi. Makanan untuk seorang olahragawan harus mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan untuk mengganti zat-zat gizi dalam tubuh yang berkurang akibat digunakannya zat gizi tersebut untuk aktivitas olahraga.

Dalam pengertian lain, gizi olahraga adalah terapan gizi kepada atlet agar mampu mencapai prestasi yang optimal. Ilmu gizi olahraga adalah ilmu yang mempelajari hubungan antara pengelolaan makanan dengan kinerja fisik yang bermanfaat untuk kesehatan, kebugaran, pertumbuhan anak serta pembinaan prestasi olahraga. Pengaturan gizi untuk atlet tidaklah jauh berbeda dengan pengaturan gizi bagi orang yang bukan atlet.

Zat Gizi yang tepat merupakan dasar utama bagi penampilan prima seorang atlet pada saat bertanding. Selain itu, zat gizi ini dibutuhkan pula pada kerja biologik tubuh untuk penyediaan energi pada saat seorang atlet melakukan berbagai aktivitas fisik, misalnya pada saat latihan (training), bertanding dan saat pemulihan baik setelah latihan maupun setelah bertanding (Suniar, 2002).

Masalah yang sering timbul dalam menyediakan makanan bagi atlet adalah menu makanan yang membosankan, atlet malas makan karena letih dan atlet suka makan jajanan, sehingga kecukupan gizi kemungkinan tidak terpenuhi.

(Apriantono,2007), pada umumnya bahwa banyak laporan tentang atlet yang kurang disiplin soal makan. Bila makanan dianggap kurang memenuhi selera, mereka langsung mengkonsumsi makanan diluar penginapan yang belum tentu bergizi cukup buat atlet. Zat gizi yang baik bersama latihan yang teratur, kemampuan alami, keterampilan, dan motivasi merupakan faktor-faktor utama yang akan mempengaruhi penampilan atlet. Tidak ada makanan seperti suplemen

husus atau minuman penambah tenaga yang bisa membuat seseorang menjadi maha bintang dalam olahraga (Hartono, 2006). Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa atlet National Paralympic Committee (NPC) Provinsi Sumatera Utara tentang pengetahuan gizi ternyata masih kurang. Beberapa atlet tidak memahami tentang konsumsi lemak yang baik digunakan untuk kebutuhan sehari-hari, dampak mengkonsumsi lemak yang berlebih, dampak mengkonsumsi alkohol dll, Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik meneliti Pengetahuan Gizi Atlet Program Pembinaan Intensif (PPI) National Paralympic Committee (NPC) Provinsi Sumatera Utara Tahun 2018.

1.2 Identifikasi Masalah.

Adapun identifikasi masalah yang dihadapi adalah: Se jauh mana Pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 tentang gizi? Faktor apa sajakah yang mempengaruhi pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 tentang gizi ?.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan dalam penelitian ini perlu dilakukan untuk menghindari interpretasi yang keliru dalam penelitian dan ruang lingkup penelitian menjadi jelas, masalah yang menjadi sasaran penelitian ini adalah Pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang diteliti yaitu: Bagaimana pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018.?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari peneliti ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi peneliti sendiri dalam upaya meningkatkan pengetahuan gizi atlet PPI NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018.
2. Sebagai bahan masukan bagi atlet khususnya atlet PPI dan NPC Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 dalam memperbaiki pengetahuan gizi.