

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan sebuah aktivitas fisik yang memiliki aspek yang menyeluruh dan pencapaian prestasinya sangat didukung oleh penerapan ilmu dan teknologi yang tepat guna, yang mana tujuan berolahraga adalah mencapai prestasi setinggi-tingginya dengan semaksimal mungkin bagi mereka baik yang dia dalam individu maupun team. Untuk mendapatkan prestasi dibidang olahraga yang di geluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan pembinaan di usia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi dan mental serta melalui pendekatan ilmiah. Mendapatkan prestasi setinggi-tingginya diperlukan yang namanya usaha dan kerja keras yang latihannya udah terencana, berkelanjutan terukur yang sesuai dengan cabang olahraga yang dialami.

Renang gaya dada sering juga disebut renang gaya katak. Sebutan ini dikarenakan Gerakan renang gaya dada menyerupai Gerakan katak pada waktu berenang. Gaya dada terjemah dari breast stroke. Gaya dada merupakan suatu gaya renang yang sejak dimulainya dayungan lengan yang pertama sesudah start dan sesudah pembalikan badan harus telungkup dan kedua bahu segaris dengan air.

Menurut Thomas (2006:141) Renang gaya dada adalah gaya yang mudah dan nyaman untuk dilakukan. Jika dilakukan dengan benar, gaya dada memerlukan pernapasan yang teratur dengan wajah terbenam pada waktu meluncur.

Menurut Haller (2010:16) renang gaya dada adalah gaya yang pertama-tama dipelajari oleh orang-orang pada waktu mereka mulai belajar berenang.

Teknik gaya dada seperti gaya renang yang lain terdiri dari beberapa Gerakan, yaitu: start, posisi tubuh, Gerakan lengan (sapuan luar dan sapuan dalam), Gerakan tungkai, pengambilan nafas, dan koordinasi antara Gerakan lengan, Gerakan tungkai dan Gerakan pengambilan nafas. Dalam hal ini jika atlet melakukan teknik renang gaya dada tidak sempurna maka akan tertinggal dengan atlet lain saat kejuaraan.

Peneliti melakukan observasi, hasil observasi yang beberapa kali dilakukan peneliti pada saat latihan dan memperhatikan teknik renang gaya dada atlet Wanita Club Rajawali Aquatic. Melakukan observasi melalui rekaman video yang kemudian melakukan analisis gerak teknik renang gaya dada yang direkam melalui aplikasi *dartfish*. Hasil observasi teknik renang gaya dada kurang sempurna dan kurang baik dilakukan oleh atlet. Dari penjelasan teknik renang gaya dada diatas juga peneliti mengamati teknik renang sepenuhnya belum benar dilakukan terutama pada sapuan kaki luar dalam, koordinasi antar lengan belum lurus saat kaki melakukan sapuan. Melalui rekaman video dan melalui aplikasi *dartfish* dapat dipelajari untuk menyempurnakan Gerakan teknik gaya dada.

Hasil wawancara saya kepada pelatih Saferius Gulo, S.Pd dimana pelatih mengatakan teknik renang gaya dada sangat penting untuk menghasilkan kecepatan yang baik. Salah satu pegangan atlet untuk mengikuti setiap event kejuaraan dengan tujuan juara adalah teknik yg baik sehingga akan menghasilkan kecepatan yang baik pula. Dan hasil pengamatan saya pada latihan atlet wanita renang Club Rajawali Aquatic di kolam renang SSC Unimed. Gerakan renang

gaya dada atlet tersebut masih kurang baik dan belum sempurna melakukan teknik berenang gaya dada.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan peneliti diatas maka masalah diatas perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan dari peneliti ini. Maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gerak teknik berenang gaya dada pada atlet Rajawali Aquatic Tahun 2021
2. Apakah atlet Rajawali Aquatic Tahun 2021 belum sempurna dan masih kurang baik dalam melakukan gerak teknik berenang gaya dada yang baik dan benar ?

1.3 Batasan Masalah

Agar pembahasan masalah dalam peneliti ini tidak menjadi luas, maka peneliti ini dibatasi ruang lingkupnya atau juga disebut dengan batasan masalah.

Peneliti ini akan difokuskan dan dibatasi pada analisis tes keterampilan dalam gerak berenang gaya dada pada atlet Wanita Rajawali Aquatic Tahun 2021

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembahasan masalah yang dituliskan diatas maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut : Bagaimanakah teknik gerak berenang gaya dada yang dilakukan atlet wanita Rajawali Aquatic?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah, untuk mengetahui gerak teknik yang baik dan benar dalam berenang gaya dada yang dilakukan oleh Atlet Rajawali Aquatic Tahun 2021

1.6 Manfaat Penelitian

1. Untuk menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam menganalisis gerak teknik berenang gaya dada pada atlet renang melalui rekaman video memakai bantuan aplikasi *dartfish*
2. Sebagian bahan masukan bagi pelatih dan pembinaan atlet dalam menambah wawasan dan mutu mengenai gerak teknik lari berenang gaya dada.
3. Sebagian bahan informasi bagi peneliti dalam melakukan penelitian lebih lanjut

