

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Artinya dalam membina dan mengembangkan atlet untuk meraih prestasi yang gemilang, harus melalui proses yang terencana dalam mempersiapkan semua aspek yang mendukung sesuai kebutuhan cabang olahraga yang ditekuni, berjenjang sesuai tahapan usia dan berkelanjutan melalui kompetisi. Untuk memperoleh itu semua harus didukung ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Gulat merupakan bela diri individu tertua di dunia yang berasal dari Yunani-Romawi kuno yang menekankan penggunaan tangan, kaki, dan pinggang sebagai subyek gerakannya. Olahraga gulat mengenal banyak teknik untuk memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan, pegulat berusaha untuk mengungguli lawan dengan cara menarik, mendorong, membanting, menjegal, dan mengunci samping punggung lawan menempel di atas matras. Tetapi sebelum sampai ketahap mempelajari keterampilan teknik-teknik di atas, ada keterampilan teknik yang sangat mendasar yaitu teknik kuda-kuda.

Teknik dasar kuda-kuda, yang juga disebut sebagai posisi netral, merupakan titik awal atau yang paling fundamental yang harus dilatih sebelum

masuk ketahap teknik selanjutnya. Para pegulat harus sempurna pada posisi kuda-kuda, agar dalam menyerang lawan untuk memperoleh nilai teknik atau *touche*. Dengan membangun posisi kuda-kuda yang sempurna, pegulat akan mampu bergerak ke segala arah tanpa harus memaparkan dirinya sambil menciptakan sudut-sudut untuk serangan (gerakan) sendiri, mampu bergerak naik turun sehingga dapat menyerang daerah atas maupun daerah bawah pusat gravitasi lawan (mengubah ketinggian), dan mampu bergerak menembus pertahanan lawan.

Olahraga gulat sudah mulai tersebar di seluruh kabupaten/kota Sumatera Utara pada dewasa ini. Hal itu dapat dilihat dari jumlah kontingen yang mengikuti Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara (PORPROVSU) 2014, di cabang olahraga gulat yang berjumlah 22 kabupaten/kota dari 33 kabupaten/kota yang ada di Sumatera Utara. *Boys Gulat Club* salah satu club gulat yang berada di Sumatera Utara. *Boys Gulat Club* berada di kecamatan Barusjahe Kabupaten Karo, pada saat ini mempunyai atlet usia pemula 8-12 tahun yang sudah dilatih selama 6 bulan.

Dalam proses latihan pembentukan teknik kuda-kuda gulat adalah dasar bagi seorang pegulat untuk melakukan serangan, antisipasi terhadap lawannya. Dengan teknik dasar kuda-kuda juga seorang pegulat akan mudah menjaga keseimbangan badan dan mudah mengantisipasi serangan lawan. Apabila teknik dasar gulat tidak benar-benar dikuasai oleh pegulat sejak dini maka seterusnya pegulat tersebut akan sulit untuk memperbaikinya kembali.

Atlet usia pemula adalah atlet yang menjadi cikal bakal pegulat yang handal. Berpedoman kepada atlet usia pemula, atlet tersebut adalah atlet yang masih dominan dalam usia bermain dan ingin gembira. Menurut hasil observasi

peneliti hingga saat ini di *boys gulat club* mempunyai banyak atlet usia dini. Selama ini dalam proses latihan dalam melatih teknik dasar kuda-kuda diberikan dalam metode intruksi dan demonstrasi. Hampir semua atlet usia pemula sulit untuk memahami konsep dari teknik-teknik yang dipelajarinya khususnya teknik dasar kuda-kuda sehingga memunculkan kebiasaan teknik yang salah, yang dimaksud kedalam teknik kuda-kuda yang salah adalah atlet membuka kaki selebar-lebarnya, menyilang kaki, lutut tidak ditekuk, posisi badan terlalu condong ke depan, posisi badan terlalu tegak. Dalam setiap sesi latihan kebanyakan atlet mengalami kejenuhan dalam melakukan proses latihan kuda-kuda, sehingga peneliti menemukan permasalahan di teknik kuda-kuda atlet *boys gulat club*.

Untuk tidak mengulang kembali kesalahan teknik dasar kuda-kuda yang dialami. Peneliti tertarik untuk memberikan solusi dengan menggunakan metode yang berbeda dan sesuai dengan karakter anak usia pemula, yaitu metode latihan bermain. Dengan metode bermain ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas kuda-kuda atlet usia pemula *boys gulat club* menjadi baik dan kokoh dan menjadi kebiasaan yang baik untuk meningkatkan kemampuan ke teknik-teknik selanjutnya.

Pada tes pendahuluan pelaksanaan teknik dasar kuda-kuda yang menggunakan lembar fortopolio pada atlet usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* Tahun 2015 pada hari Jum'at Tanggal 3 Agustus 2015. Dari 16 atlet yang diberi tes berupa lembar fortopolio, hanya 5 orang katagori cukup, 8 orang katagori kurang, dan 3 orang katagori kurang sekali. Dari hasil tes tersebut kebanyakan atlet kurang menguasai teknik dasar kuda-kuda yang sempurna.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik mengadakan suatu penelitian yang berjudul Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Permainan *Fight For A Ball* Dengan Metode Latihan Permainan Ekor Rubah Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Kuda-kuda Pada Atlet Gulat Usia Pemula (8-12 Tahun) *Boys Gulat Club* Tahun 2015.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :faktor – faktor apa saja yang dapat meningkatkan teknik dasar kuda-kuda? Apakah ada faktor metode latihan teknik yang dapat memberikan peningkatan terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda? Apakah latihan permainan *fight for a ball* dapat meningkatkan teknik dasar kuda-kuda? Apakah latihan permainan ekor rubah meningkatkan teknik dasar kuda-kuda? Manakah yang lebih berpengaruh antara latihan permainan *fight for a ball* dan latihan permainan ekor rubah terhadap hasil teknik dasar kuda-kuda?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang lebih luas dan pendapat yang berbeda diperlukan pembatasan masalah. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah :Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruh antara latihan permainan *fight for a ball* dengan latihan permainan ekor rubah terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda atlet gulat usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari indentifikasi masalah yang dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah, yaitu :

1. Apakah ada pengaruh yang signifikan latihan permainan *fight for a ball* terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda atlet usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015?
2. Apakah ada pengaruh yang signifikan latihan permainan ekor rubah terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda atlet gulat usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015?
3. Manakah yang lebih berpengaruh secara signifikan antara latihan permainan *fight for a ball* dengan latihan permainan ekor rubah terhadap teknik dasar kuda-kuda atlet gulat usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015?

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan dari latihan permainan *fight for a ball* terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda atlet usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015.
2. Untuk mengetahui pengaruh yang signifikan dari latihan permainan ekor rubah terhadap peningkatan teknik dasar kuda-kuda atlet gulat usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015.
3. Untuk mengetahui pengaruh yang lebih besar antara latihan permainan *fight for a ball* dengan latihan permainan ekor rubah terhadap teknik dasar kuda-kuda atlet gulat usia pemula (8-12 tahun) *boys gulat club* tahun 2015.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Bagi peneliti hasil ini sebagai masukan dan dapat memperkaya ilmu pengetahuan olahraga khususnya bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bagi para Pembina dan pelatih khususnya *boys gulat club*.
 - a. Untuk meningkatkan kreatifitas pelatih dalam membuat dan mengembangkan suatu metode latihan yang akan digunakan.
 - b. Sebagai bahan masukan pelatih dalam memilih alternative latihan yang akan dilakukan.
 - c. Untuk meningkatkan kinerja pelatih dalam menjalankan tugasnya secara profesional, terutama dalam mengembangkan metode latihan.
3. Bagi atlet *boys gulat club*.
 - a. Menciptakan suasana latihan yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif atlet dalam mengikuti latihan, serta meningkatkan teknik dasar kuda-kuda.
 - b. Dapat meningkatkan minat dan kemampuan teknik dasar kuda-kuda, serta mendukung pencapaian prestasi.