

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga gulat merupakan salah satu cabang olahraga beladiri yang menggunakan ketangkasan dan keuletan didalam setiap gerakannya. Gulat disebut juga *wrestling* dikalangan Internasional dan merupakan cabang olahraga yang dipertandingkan pada *Event* Internasional seperti: *Olympiade, Asian Games, Sea Games* dan demikian juga pada tingkat Daerah dan Nasional seperti: PORPROV, KEJURNAS, dan PON.

Olahraga gulat merupakan olahraga yang kompleks, dimana jenis olahraga ini menggunakan hampir seluruh komponen fisik. Akan tetapi komponen fisik yang paling dominan pada cabang olahraga ini adalah: daya ledak, kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukkan serta kelincahan. Karena begitu kompleksnya komponen fisik yang digunakan pada cabang olahraga ini, maka cabang olahraga gulat dominan melatih komponen fisik, disamping latihan teknik.

Didalam pertandingan olahraga gulat terbagi atas dua gaya, yaitu gulat Gaya Bebas (*Free Style*) dan gulat gaya *Greco* Romawi. Dimana yang dimaksud dengan gulat gaya bebas adalah, pada pergulatan atlet diperkenankan menangkap kaki lawan dan menggunakan seluruh anggota tubuh untuk melakukan suatu teknik untuk mengambil nilai dari lawannya (FILA, 2005 : i). Sedangkan didalam gulat gaya *Greco* Romawi atlet dilarang keras menangkap bagian bawah pinggang lawan atau penggunaan kaki secara aktif untuk memperoleh suatu nilai.

Dari hasil pengamatan peneliti disaat atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi berlatih tanding pada hari Jum'at tanggal 24 Maret 2017 di GOR Asber Nasution Tebing Tinggi, pada saat berlatih, atlet-atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi yang berlatih tersebut masih banyak kesalahan dan kekurangan dalam melakukan tehnik bantingan lengan, dan cenderung gagal apabila melakukan terjadi bantingan lengan tersebut.

Berdasarkan fakta dengan melalui wawancara pada hari Jum'at tanggal 24 Maret 2017 dengan pelatih gulat Pengkot PGSI Tebing Tinggi sertifikasi nasional yang menangani atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi yaitu, Hisar Sibarani, S. Pd, mengatakan bahwa ;

” Cenderung gagalnya suatu bantingan karena disebabkan lemahnya otot lengan untuk bereaksi secara cepat dan kuat, dan juga kurangnya dukungan dari tungkai untuk menghasilkan suatu bantingan. Untuk dapat melakukan bantingan yang perlu dilakukan adalah melatih otot lengan, dan juga otot tungkai agar dapat saling mendukung untuk melakukan teknik bantingan, dengan didukung latihan fisik yang mengarah kepada otot-otot tersebut ”.

Dari hasil wawancara kepada pelatih tersebut, peneliti melihat ada masalah pada *physical conditioning* masing-masing atlet gulat putri Pegkot PGSI Tebing Tinggi terutama pada otot lengan, dan otot tungkai atlet. Lemahnya daya ledak otot lengan, dan otot tungkai atlet gulat putri Pegkot PGSI Tebing Tinggi yang mengakibatkan tidak maksimalnya atlet dalam melakukan tehnik bantingan lengan yang menyebabkan sering gagalnya teknik tersebut pada saat dilakukan.

Berdasarkan penjelasan di atas isu utama dalam penelitian ini adalah daya ledak otot lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pegkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut : Faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan kondisi fisik dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan teknik dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan taktik dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan mental dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan daya ledak otot lengan dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan? Apakah ada hubungan antara daya ledak otot lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari salah penafsiran dan sekaligus membuat sasaran pembahasan menjadi lebih terfokus, maka perlu dibuat pembatasan masalah. Pada kesempatan ini peneliti membatasi masalah yaitu pada daya ledak otot lengan, dan daya ledak otot tungkai sebagai variabel bebas sedangkan kemampuan bantingan lengan merupakan variabel terikat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang diteliti yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan secara bersama - sama antara daya ledak otot lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan penjelasan dalam permasalahan yang dikemukakan di atas yaitu :

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017.
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017.
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan yang paling besar antara daya ledak otot lengan, daya ledak otot tungkai dengan kemampuan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017.

F. Manfaat Penelitian

Bila penelitian yang dilakukan ternyata menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi tahun 2017, maka penelitian ini bermanfaat bagi :

1. Menjadi bahan informasi dan menambah khasanah dan pengetahuan bagi peneliti dalam mengembangkan ilmu kepelatihan yang telah diperoleh selama perkuliahan.
2. Pelatih gulat, sebagai sumbangan pengetahuan tentang metode pelatihan suatu teknik bantingan harus juga melatih daya ledak otot lengan dan juga daya ledak otot tungkai dan bukan hanya sekedar melatih teknik bantingan lengan tersebut.