

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Kemajuan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) semakin berkembang pesat akhir-akhir ini. Hal tersebut ditandai dengan banyaknya inovasi-inovasi yang muncul diberbagai disiplin ilmu. Olahraga prestasi merupakan ilmu terapan yang terpengaruh oleh adanya teknologi untuk mendukung ketika melakukan suatu aktivitas olahraga. Olahraga prestasi merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mencapai target prestasi setinggi-tingginya. Olahraga prestasi memerlukan banyak dukungan dari berbagai disiplin ilmu demi mencapai prestasi maksimal. Teknologi dalam olahraga prestasi digunakan oleh para pelatih dan atlet untuk menunjang proses latihan agar maksimal. Salah satu olahraga prestasi adalah renang.

Dirasakan atau tidak setiap orang yang bergerak itu diliputi oleh dua kekuatan yang berlawanan. 1). Kekuatan yang menghalangi gerakan itu, yang disebut hambatan. 2). Kekuatan yang menyebabkan orang bergerak, yang disebut dorongan (Al, Masbuchinasy'ari, 2013:6). Begitu juga dalam olahraga renang yang diliputi oleh dua kekuatan yang berlawanan. Dalam sebuah perlombaan dari keempat jenis gaya berenang tersebut kemenangan seseorang perenang ditentukan oleh kecepatannya saat berenang (Al, Masbuchinasy'ari, 2013:6).

Menurut Mauro Ottaviani dalam *Device for Resisted Swimming United States Patent Application Publication* (2008:1) bahwa : “Penemuan parasut

berhubungan dengan alat untuk hambatan berenang. Lebih khusus lagi, parasut renang menyangkut perangkat yang memungkinkan membuat "hambatan" dengan kondisi teknis terbaik. Selama tahun-tahun terakhir, teknik pelatihan yang berbeda dikembangkan di lapangan renang yang bertujuan mendapatkan hasil terbaik dari setiap atlet. Terutama selama tahap latihan, solusi yang berbeda, sedikit banyak diatur, telah disarankan antara lain, penggunaan pegangan tangan, berenang dengan memakai kaos katun, dan sebagainya. Baru-baru ini, telah diperkenalkan teknik renang yang dikenal sebagai "hambatan saat berenang", selalu untuk meningkatkan ketahanan terhadap kemajuan perenang untuk pelatihan. Perlawanan dan kekuatan atlet yang sama."

Model awal dari pengembangan ini adalah menggunakan ember yang direkatkan pada perenang untuk memberikan daya tahan tambahan yang meningkat, kemudian semakin berkembang menggunakan alat bantu. Banyak alat bantu lain yang dapat digunakan untuk mengevaluasi efektivitas perenang. *Drag Suit* dapat digunakan untuk meningkatkan tahanan renang. Berlatih berenang dengan menggunakan sepatu tenis, kemeja atau celana panjang dapat meningkatkan tahanan air."

Pada tahun 2008 Mauro Ottaviani membuat pengembangan alat bantu latihan resistensi yaitu berupa parasut. Hingga saat ini parasut renang adalah alat bantu latihan resistensi terbaik yang ditemukan. Parasut renang terdiri dari dua jenis yaitu parasut renang dengan ukuran 8 inci bagi pemula dan 12 inci untuk atlet profesional.

Dalam pengembangan alat bantu latihan resistensi berupa parasut renang, parasut didesain sebaik mungkin. Menggunakan kain parasut yang tebal dan dua lapis sehingga memungkinkan parasut tidak mudah sobek seperti produk sebelumnya. Selain itu, dalam pengembangan parasut juga terdapat sleting yang berfungsi untuk mengurangi atau meningkatkan beban yang telah ditentukan. Ini merupakan salah satu kelebihan yang sangat diperlukan dalam pengembangan ini. Parasut juga menggunakan diameter 16 inchi yang dapat dikurangi menjadi 12 inchi, tidak seperti produk sebelumnya yang hanya menggunakan 8 dan 12 inchi. Alasan menggunakan 16 inchi dikarenakan bahwa latihan harus semakin meningkat untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.

Latihan dengan menggunakan parasut renang efektif untuk meningkatkan daya tahan dan kecepatan yang menghasilkan *power*. Parasut renang termasuk latihan resistensi atau latihan menggunakan hambatan. Keuntungan menggunakan parasut adalah memastikan bahwa resistensi meningkat dengan berenang tanpa merubah teknik berenang itu sendiri, mudah untuk dipasang dan dilepas saat latihan dan mudah dibawa kemana-mana, selain itu jenis kain yang dipakai adalah *waterproof* atau tahan air.

Parasut renang juga memiliki beban berbeda-beda, untuk mempermudah maka direkatkan re-sleting untuk mengurangi beban. Sehingga atlet dapat memilih sendiri beban yang akan ditarik. Alat parasut renang ini sangat praktis dibawa dan ringan serta dapat dilipat sehingga tidak memakan ruang yang besar. Dengan menggunakan parasut renang, teknik pelatihan menjadi berbeda dan berkembang serta menjadi teknis terbaik untuk latihan berenang. Parasut

renang akan selalu stabil mengikuti perenang itu sendiri sehingga tidak mengganggu teknik renang itu sendiri.

Observasi dilakukan pada tanggal 10 Juni 2017 yang dilakukan di kolam selayang dengan memberikan angket kepada atlet renang dan wawancara pada pelatih. Sehingga peneliti mendapat hasil analisis kebutuhan yaitu :

PERTANYAAN	Persentase	
	YA	TIDAK
1. Apakah anda mengetahui tentang latihan resistensi ?	90%	10%
2. Sudah pernahkah anda melakukan latihan resistensi ?	90%	10%
3. Apakah latihan resistensi dibutuhkan oleh atlet renang ?	100%	
4. Pernahkah pelatih anda memberikan latihan resistensi ?	100%	
5. Apakah anda mengetahui tentang parasut renang ?	100%	
6. Pernahkah anda menggunakan parasut renang untuk latihan resistensi ?	100%	
7. Setujukah anda jika latihan menggunakan parasut renang sangat baik untuk melatih strength dan speed ?	100%	
8. Tertarikah anda latihan dengan menggunakan parasut ?	100%	
9. Pentingkah bagi anda untuk mencoba alat baru dalam latihan ?	90%	10%
10. Yakinkah anda pengembangan teknologi mampu meningkatkan prestasi atlet ?	100%	

Tabel 1.1 Hasil Analisis Kebutuhan Berdasarkan Angket

Status	Kesimpulan
Pelatih	latihan resistensi sangat dibutuhkan oleh atlet renang karena latihan resistensi dapat meningkatkan, daya tahan dan kecepatan yang dapat menghasilkan daya ledak. Untuk memenuhi latihan resistensi maka

	perlu dilakukan latihan dengan menggunakan parasut renang.
Atlet	Atlet membutuhkan pengembangan alat bantu latihan resistensi menggunakan parasut renang untuk meningkatkan hasil latihan yang lebih optimal

**Tabel 1.2 Hasil Analisis Kebutuhan Berdasarkan Wawancara**

Setelah peneliti membagikan angket analisis kebutuhan didapatkan 90% mengetahui latihan resistensi, 90% atlet sudah pernah melakukan latihan resistensi, 100% atlet membutuhkan latihan resistensi, 100% Atlet pernah menggunakan parasut renang, 100% atlet tertarik berlatih menggunakan parasut renang, 90% atlet mengatakan bahwa mencoba alat aru dalam latihan itu penting, 100% atlet mengatakan pengembangan teknologi mampu meningkatkan prestasi atlet. Berpacu pada hasil analisis diatas, membuat penulis tertarik untuk melakukan sebuah kajian ilmiah dalam bentuk penelitian dengan judul : Pengembangan Alat Bantu Latihan Resistensi Menggunakan Parasut Cabang Olahraga Renang Tahun 2017.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka identifikasi masalah ialah: Diperlukannya pengembangan alat bantu latihan resistensi menggunakan parasut cabang olahraga renang agar lebih efisien.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas dan menghindari pembahasan yang terlalu luas, maka yang menjadi pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah Pengembangan Alat

Bantu Latihan Resistensi Menggunakan Parasut Cabang Olahraga Renang Tahun 2017.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimana mengembangkan alat bantu latihan resistensi menggunakan parasut dalam produk baru lebih efektif dan efisien?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut : Untuk mengembangkan alat bantu latihan resistensi menggunakan parasut cabang olahraga renang serta mengenalkan alat baru di klub renang untuk mencapai prestasi tertinggi.

#### 1.6 Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

##### 1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan alat parasut pada cabang olahraga renang dan peneliti lain dapat melakukan eksperimen tentang parasut baru.

##### 2. Bagi Atlet

Atlet dapat mengetahui alat baru dan fungsinya, serta memiliki jenis latihan resistensi dengan menggunakan alat baru untuk meningkatkan hasil renang.

### 3. Bagi Pelatih

Memberikan pengetahuan dan masukan baru bagi pelatih terkait dengan alat parasut pada cabang olahraga renang.

### 4. Bagi Klub yang Diteliti

Penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan motivasi untuk mengembangkan alat yang mampu meningkatkan prestasi atlet.

### 5. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada masyarakat luas mengenai pengembangan alat parasut pada cabang olahraga renang dan dapat dimanfaatkan untuk referensi bahan perbandingan terhadap hasil penelitian yang telah ada maupun digunakan bagi peneliti lain sebagai bahan rujukan.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY