

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga sudah menjadi kebutuhan kita dalam menjalani aktivitas kehidupan sehari-hari, karena dengan melakukan olahraga dapat membuat tubuh manusia menjadi lebih sehat dan bugar, baik secara jasmaniah ataupun rohani. Berdasarkan UU No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Atlet sebagai olahragawan adalah sebagai pelaku olahraga yang mengikuti pelatihan secara teratur dan kejuaraan dengan penuh dedikasi tinggi untuk mencapai prestasi. Setiap cabang olahraga semuanya bersifat kompetitif, maka sudah tentu mengharapkan tercapainya suatu prestasi puncak, salah satunya adalah pada cabang olahraga gulat.

Olahraga gulat dalam mencapai prestasi yang memuaskan bagi atletnya sendiri, pelatih serta pada masyarakat. Oleh karena itu, perencanaan program latihan harus di perhatikan dalam gulat untuk meningkatkan prestasi pada pertandingan. gulat memiliki pengertian yaitu “suatu olahraga yang dilakukan oleh dua orang yang saling menjatuhkan, mengusai dan mengunci lawan dalam keadaan terlentang dengan menggunakan teknik yang benar sehingga tidak membahayakan keselamatan lawannya” (Rubianti Hadi, 2005)

Dalam pertandingan olahraga gulat ada dua jenis kategori yang diperlombakan, yaitu *Free Style* atau gaya bebas dan *Greco Roman* atau gaya Greco. Olahraga gulat gaya bebas adalah gaya gulat yang membebaskan pegulat untuk menangkap kaki dan penggunaan kaki secara aktif untuk melakukan setiap gerakan,

Erawan (2008:53). Sedangkan gaya romawi atau roman adalah pengertian “seorang pegulat dilarang keras menangkap lawan dibawah garis pinggang atau menggait kaki lawan atau menggunakan kaki secara aktif untuk melakukan setiap gerakan”. Erawan (2008:39)

Perencanaan latihan Pada umumnya mencapai prestasi dalam olahraga dengan menjalankan perencanaan program latihan. Program perencanaan latihan harus didasarkan pada konsep periodisasi serta dengan prediksi kemungkinan prestasi yang mampu dicapai atlet pada setiap tahap latihan. Tujuan Program Perencanaan Pembelajaran (PPL): agar puncak prestasi atlet tercapai pada hari dan tanggal yg direncanakan, pada pertandingan yg paling penting (Harsono,2017:9). Dalam metodologi training, masalah yang paling kompleks ialah bagaimana mencapai Prestasi Puncak pada.

Tahunan adalah alat untuk mengarahkan latihan selama satu tahun dengan tujuan yang sangat spesifik atau dengan katalain perencanaan latihan adalah guide latihan yang direncanakan menuju penampilan yang terbaik pada sebuah kompetisi, penampilan puncak yang diharapkan adalah meningkatkan prestasi atau penampilan seorang atlet dengan memaksimalkan adaptasi fisiologis

Upaya peningkatan kualitas pegulat tentunya banyak hal yang harus dievaluasi dari prestasi yang kurang ini, salah satu usaha untuk meningkatkan prestasi adalah melalui latihan yang sistematis, berulang-ulang dan terukur dengan melibatkan berbagai disiplin ilmu pengetahuan dan teknologi serta penerapan prinsi-prinsipo dan aspek-aspek latihan yang diikuti fisik , teknik, taktik, dan mental. “Untuk meningkatkan keterampilan dan prestai semaksimal

mungkin, ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara sesama oleh pemain yaitu: latihan fisik, latihan teknik, dan latihan mental”.

Harsono(1988:100)

Memahami manajemen olahraga dalam menyusun program latihan dengan suatu kombinasi keterampilan yang berhubungan dengan perencanaan, pengorganisasian, kepemimpinan, pengendalian, penganggaran, dan evaluasi dalam konteks suatu organisasi yang memiliki produk utama berkaitan dengan olahraga.

Pada dasarnya prestasi atlet dilihat dari bagaimana manajemen perencanaan program latihan yang dilakukan pada saat melakukan latihan. Dengan adanya penelitian mengenai manajemen program latihan diharapkan hasilnya dapat dijadikan sebagai informasi untuk atlet maupun pelatih untuk mencapai prestasi yang maksimal, dengan asumsi bahwa atlet, pelatih dan juga seluruh pihak dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk diaplikasikan dalam proses berlatih dan melatih.

Berdasarkan uraian diatas peneliti akan meneliti di Gulat Dairi yang merupakan salah satu gulat yang ada di Kabupaten Dairi.gulat yang dipimpin oleh Pak Ihsan Idris Silalahi ini berlokasi di wilayah SMA 1 Tigalingga. Gulat Dairi memiliki jadwal latihan yang teratur yaitu lima kali dalam satu minggu, hari senin, selasa, rabu, jumat dan sabtu. Sesuai undang-undang system keolahragaan nasional, pelatih Gulat Dairi harus melakukan program latihan tahunan kepada atletnya. Hal ini yang melatar belakangi penulis ingin meneliti **“Bagaimana Penerapan Manajemen Program Latihan Pada Gulat Dairi”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

- 1) Bagaimana penerapan manajemen pembinaan Gulat Dairi?
- 2) Bagaimana penerapan manajemen sumber daya manusia Gulat Dairi
- 3) Apakah penerapan manajemen fasilitas Gulat Dairi sudah memadai?
- 4) Bagaimana penerapan manajemen pengelolaan program latihan Gulat Dairi
- 5) Apakah penerapan manajemen pendanaan Gulat Dairi sudah terpenuhi?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut diatas maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan permasalahan agar penelitian ini lebih focus dan tidak meluas pada pokok bahasan yang lain. Adapun permasalahan dalam penelitian ini hanya dibatasi pada “Bagaimana Penerapan Manajemen Program Latihan Gulat Dairi”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “ Bagaimana Penerapan Manajemen Program Latihan Pada Gulat Dairi”

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan Manajemen Program Latihan Gulat Dairi.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Bagi pelatih agar dapat sebagai bahan masukan kepada Gulat Dairi dalam penyusunan program latihan
2. Bagi atlet Gulat Dairi agar dapat sebagai pemahaman mengetahui program latihan yang akan dilakukan.
3. Sebagai bahan masukan kepada mahasiswa FIK dan peneliti lainnya yang ingin meneliti mengenai penerapan manajemen program latihan pada Gulat