

BAB I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Renang merupakan salah satu tipe berolahraga yang terkenal dimasyarakat. Berolahraga ini bisa diajarkan pada kanak-kanak, orang berusia, ataupun lanjut umur apalagi anak kecil usia sebagian bulan telah bisa mulai diajarkan renang. Berolahraga renang ialah kegiatan raga yang mempunyai ikatan dengan badan badan dalam melaksanakan aksi dengan cara tertib (Juriana, dkk 2018: 31). Renang ialah sesuatu kegiatan yang menginginkan aksi yang lingkungan.

Berolahraga renang membuat badan beranjak tanpa merasakan kehangatan serta berkeringat. Renang pula ialah berolahraga yang mempunyai efek luka minimum. Metode menjauhi cedera ataupun musibah dampak melaksanakan kegiatan renang hingga hendaknya mengenali teknik- teknik renang yang bagus. Menekuni metode berenang dengan cara berangsur- angsur mulai dari bimbingan bawah hingga sambungan serta menekuni satu serta style renang yang lain. Bersumber pada penafsiran renang di atas, bisa disimpulkan kalau renang ialah berolahraga yang dicoba di dalam air dengan metode menggerakkan badan badan semacam kepala, tangan, badan serta kaki. Pada dasarnya berolahraga renang mempunyai banyak khasiat serta tujuannya antara lain selaku berolahraga tamasya, berolahraga kesehatan serta berolahraga hasil.

Berolahraga renang hasil umumnya diperlombakan ditingkat wilayah, nasional, ataupun global. Ada pula kompetisi yang teratur diselenggarakan merupakan semacam pada kejuaraan Kejurnas, Minggu Berolahraga.

Nasional(PON), Minggu Berolahraga Siswa Nasional(POPNAS), ASIAN Permainan, Olimpiade serta sedang banyak perlombaan- perlombaan renang dampingi klub yang lain.

Latihan renang style crawl terdapat banyak, ialah drill ayunan kaki, drill catch up, drill body rolling, drill high elbow recovery arm. Maka dalam penelitian ini *drill* yang digunakan yaitu *sculling* menggunakan *hand paddle* dan papan luncur. *Drill* ini tergolong sangat mudah untuk anak usia 13-14 tahun dan ditambah juga dengan alat bantu *hand paddle* dan papan luncur yang akan mempermudah dan membantu meningkatkan *power* kayuhan lengan tangan secara perlahan pada atlet. Karena banyaknya dijumpai atlet yang kecepataannya kurang, yang permasalahan pada kayuhan tangan yang kurang bertenaga di *Swimming Power Club*. Maka dari itu agar tercapainya hasil berenang gaya bebas yang baik dan memiliki kecepatan yang baik juga, diperlukan latihan *sculling* / kayuhan tangan dengan menggunakan alat *hand paddle* dan alat papan luncur.

Klub renang *Swimming Power Club* merupakan salah satu dari beberapa klub yang membina atlet renang di kota pinang. Klub ini sudah berdiri sejak tahun 2008, dimana klub ini sudah sering ikut dalam kejuaraan-kejuaran tingkat kabupaten/kota atau tingkat daerah. Terutama pada atlet putra yang dominan menguasai renang gaya bebas, dan juga sering mengikuti kejuaraan yang ada di kota pinang ataupun tingkat Sumatera Utara.

Namun, bukan berarti klub tersebut tidak memiliki masalah dalam berenang, sebab saat dilakukannya evaluasi peningkatan atlet, masih banyak atlet putra umur 13-14 tahun yang tidak mampu mencapai limit waktu berenang gaya bebas 50 meter sesuai dengan standar PENGDA PRSI SUMUT.

Hingga dalam riset ini mengutip drill sculling. Drill ini amat menolong perenang atau olahragawan sebab dapat menolong aksi tangan pada style leluasa dengan betul. Banyak ditemukan aksi olahragawan KU II sedang sedemikian itu saja tidak terdapat kenaikan. Supaya bisa menggapai renang style leluasa dengan bagus serta kilat hingga dibantu dengan latihan- latihan kayuhan tangan yang dicoba di air antara lain, bimbingan kayuhan tangan dengan tata cara sculling. Bimbingan sculling merupakan bimbingan aksi kayuhan yang mementingkan klise kayuhan tangan serta janganlah kurang ingat merapatkan jari- jari tangan.

Guna dari bimbingan sculling merupakan bimbingan aksi kayuhan yang mementingkan klise kayuhan tangan serta janganlah kurang ingat merapatkan jari- jari tangan.. Dengan terdapatnya tata cara ini bisa membagikan pengalaman berenang style crawl lebih bagus dari metode aksi tangan pada olahragawan, perihal ini sebab bimbingan sculling salah satunya dicoba dengan memakai perlengkapan tolong semacam hand paddle serta kediaman melaju. dengan bimbingan memakai hand paddle serta kediaman melaju, ini olahragawan pula dapat lebih merasakan bila terdapat kekeliruan aksi tangan pada style crawl yang kurang bagus. Harapannya sehabis diserahkan pengobatan drill ini olahragawan KU II dapat betul gerakannya cocok dengan yang telah di ajarkan.

Pada penerapan bimbingan butuh terdapatnya sesuatu program yang bisa dijadikan selaku referensi ataupun prinsip dalam melakukan bimbingan itu supaya sukses cocok dengan yang direncanakan, buat tingkatkan mutu bimbingan diperlukan instruktur yang umumnya tergabaung dalam sesuatu media perkumpulan renang. Swiming Power Club memiliki program ataupun bentuk- bentuk bimbingan yang sudah diaplikasikan, dari hasil observasi penyusunan

membuktikan kalau olahragawan di klub renang *Swiming Power Club* Sepanjang ini sedang membutuhkan banyak bimbingan metode perbaikan style sebab sedang banyak di KU II di klub *Swimming Power Club*. Selaman ini metode kayuhan tangan style *crawl* kurang serta sepatutnya dapat lebih maksimum lagi.

Berdasarkan uraian di atas, perkumpulan renang *Swimming Power Club* labuhanbatu selatan merupakan salah satu dari klub renang di Labuhanbatu Selatan Jln. Simaninggir. Berdasarkan hasil obseervasi penelitain yang dilakukan peneliti di *Club Swiiming Power Club* Labuhanbatu Selatan. Para atlet putra *Swimming Power Club* masih mengalami kesulitan melakukan kecepatan renang gaya bebas, sehingga diperlukan proses metode latihan yang bervariasi. Untuk mencapai kemampuan kecepatan renang gaya bebas tersebut yaitu, dengan mencoba menerapkan latihan *sculling* mengguakan *hand paddle* dengan menggunakan papan luncur.

Berdasarkan hasil tes awal (*pretest*) renang gaya bebas 50 meter dari 10 orang menjadi subjek penelitian ini, dari 10 subjek tersebut belum ada atlet yang bisa mencapai kecepatan renang gaya bebas yang maksimal.

Dari permasalahan diatas maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian pada atlet *Swimming Power Club* Labuhanbatu Selatan. Maka penulis tertarik untuk meneliti, Apakah Ada Perbedaan Pengaruh Latihan *Sculling* Menggunakan *Hand Paddle* Dengan Papan Luncur Terhadap Hasil Renang 50 Meter Gaya Bebas Usia 13 – 14 Tahun Pada Atlet Putra *Swimming Power Club* 2021.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Apakah latihan *sculling* dapat berpengaruh terhadap kecepatan renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet putra *Swimming Power Club* tahun 2021?
2. Apakah penggunaan alat bantu *hand paddle* dengan papan luncur berpengaruh terhadap kecepatan renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet putra *Swimming Power Club* tahun 2021?
3. Apakah latihan *sculling* menggunakan alat bantu *hand paddle* dengan papan luncur berpengaruh terhadap kecepatan renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet putra *Swimming Power Club* tahun 2021?

1.3. Pembatasan Masalah

Bersumber pada estimasi pada permasalahan yang hendak diawasi lumayan besar semacam yang tertera dalam pengenalan permasalahan, hingga butuh diadakan pemisahan permasalahan. Pada riset ini batas permasalahan cuma hendak mengenali akibat latihan *sculling* memakai *hand paddle* dengan menggunakan kediaman melaju kepada hasil renang style leluasa 50 m olahragawan renang umur 13– 14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah maka dapat dirumuskan permasalahan dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh latihan *sculling* menggunakan *hand paddle* terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021 ?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan *sculling* menggunakan papan luncur terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021 ?
3. Manakah yang lebih besar pengaruh latihan *sculling* menggunakan *hand paddle* dengan latihan menggunakan papan luncur terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021 ?

1.5. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *sculling* menggunakan *hand paddle* terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021.
2. Untuk mengetahui latihan *sculling* menggunakan papan luncur terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021.

3. Untuk mengetahui manakah lebih besar pengaruh latihan *sculling* menggunakan *hand paddle* dengan latihan menggunakan papan luncur terhadap hasil renang gaya bebas 50 meter atlet renang usia 13-14 tahun pada atlet *Swimming Power Club* tahun 2021.

1.5. Kegunaan Hasil Penelitian

Dari hasil riset ini diharapkan bisa memberikan manfaat antara lain sebagai berikut:

A. Manfaat Teoretis

1. Manfaat untuk peneliti ialah untuk menambahkan pemahaman dalam pembentukan program bimbingan yang sesuai dengan nomor-nomor pada perenang style bebas putra.
2. Manfaat untuk pembimbing ialah dengan terdapatnya riset ini dapat membantu dalam meningkatkan hasil olahragawan 50 m renang gaya bebas.

B. Manfaat Praktis

1. Manfaat untuk koni merupakan dengan terdapatnya riset ini dapat sebagai masukan sehingga bisa memulihkan kinerja olahragawan– olahragawan khususnya pada nomor 50 m renang gaya bebas putra.
2. Manfaat untuk periset berikutnya ialah dengan terdapatnya penelitian ini dapat sebagai referensi untuk melaksanakan riset dengan gelombang besar serta penuh standar riset. Periset mengetahui kalau masih banyak terselip kekurangan pada riset ini. kaarena itu, diharapkan pada periset selanjutnya dapat melengkapi riset ini.