

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Arung Jeram sering juga disebut dengan Olahraga Arus Deras (ORAD) yang memiliki nilai olahraga, petualangan, dan rekreasi. Hal ini diungkapkan Darsono (2008:53) “Olahraga arung jeram (*white water rafting*) sebagai olahraga mengarungi sungai berjeram dengan menggunakan wahana tertentu yang terdiri dari perahu karet, kayak, kano dan dayung dengan tujuan rekreasi maupun ekspedisi”.

Aktivitas berarung jeram memiliki kesulitan yang beraneka ragam seperti dalam bentuk jeram-jeram pada lekukan-lekukan sungai yang memiliki tingkat kesulitan berbeda-beda. Darsono mengungkapkan (2008:65) “Jeram adalah bagian sungai yang airnya mengalir dengan deras, cepat, dan bertaburan di antara banyak batu dari berbagai ukuran sekaligus membentuk turbulensi dan arus balik. Hal yang Sangat sulit ketika mengarungi sungai adalah pada saat melewati jeram/riam.

Tidak dapat dibantah bahwa arung jeram merupakan olahraga yang penuh resiko (*high risk sport*). Meskipun demikian, setiap orang mampu melakukannya apabila menguasai pemahaman secara teknis, fisik, dan mental.

Pada saat ini olahraga arung jeram sangat digemari di kalangan masyarakat dan pelajar, bahkan di lingkungan perguruan tinggi, olahraga ini sudah dijadikan sebagai olahraga prestasi seperti di Mapala Unimed. Mapala Unimed terdiri dari beberapa divisi diantaranya adalah divisi arung jeram, dimana divisi ini memiliki

program kerja PUSDIKLATARJER (Pusat Pendidikan dan Latihan Arung Jeram) sebagai media pengembangan olahraga minat dan bakat. Dengan adanya PUSDIKLAT ARJER (Pusat Pendidikan dan Latihan Arung Jeram) tersebut diharapkan dapat menjadi kegiatan yang bermanfaat bagi mahasiswa yang tergabung dalam keanggotaan Mapala Unimed. Sehingga dapat mengurangi kegiatan negatif bahkan bisa dijadikan sebagai suatu prestasi yang membanggakan bagi mahasiswa dan lembaga pendidikan Universitas Negeri Medan.

Atlet arung jeram putra Mapala Unimed sering mengikuti kejuaraan tingkat Daerah, Nasional maupun Internasional. Namun beberapa tahun terakhir ini atlet arung jeram putra Mapala Unimed mengalami penurunan prestasi. Dalam kenyataannya dapat dilihat dari beberapa hasil pertandingan yang pernah diikuti yaitu:

Tabel 1.Kejuaraan yang pernah di ikuti atlet arung jeram putra Mapala Unimed

TAHUN	NAMA KEJUARAAN	TEMPAT	PERINGKAT
2009	Kejurda Bingei Rafting Challenge	Kab.Langkat-Sumut	VIII
2009	Kejurnas Musi Rawas Open	Kab.Lubuk Linggau- Sumsel	V
2010	Banten International Rafting Challenge	Kab.Lebak - Banten	VI
2010	Kejurda Arung Jeram Sungai Asahan	Asahan - Sumut	IV
2011	Alas International Rafting Challenge	Aceh	VII
2013	Kejurda Sipis-pis Rafting	Kab.Sergai - Sumut	IV

Sajoto mengungkapkan (1995:2) “Salah satu faktor penentu dalam mencapai prestasi olahraga adalah terpenuhinya faktor kondisi fisik, yang terdiri dari kekuatan, kecepatan, kelincahan, koordinasi, tenaga, daya tahan otot, daya kerja jantung dan paru-paru, kelentukan, kecepatan reaksi dan kesehatan untuk berolahraga”.

Tidak dapat dipungkiri faktor kondisi fisik memiliki peran mendasar dalam meningkatkan prestasi. Besar kemungkinan salah satu permasalahan yang menyebabkan atlet tidak meraih prestasi yang maksimal diakibatkan adanya kelemahan pada kondisi fisik. Hal ini terlihat ketika peneliti melakukan observasi atau peninjauan secara langsung saat atlet arung jeram putra Mapala Unimed mengikuti Kejuaraan Daerah di sungai Bahbolon, Kec.Sipis-pis Kab.Serdang Bedagai, yang mempertandingkan 2 nomor lomba yaitu slalom dan head to head. Pada hakikatnya dari setiap nomor yang diperlombakan pada arung jeram baik itu nomor speed, head to head, slalom, dan down river race bahwa kemenangan ditentukan oleh waktu tercepat. Namun kenyataannya dilapangan saat mengikuti nomor lomba yang pertama yaitu slalom tim Mapala Unimed hanya memperoleh peringkat 7 dari 19 peserta. Ketika memasuki nomor lomba yang kedua yaitu head to head tim Mapala Unimed hanya mampu menempatkan posisi pada peringkat ke 4 dari 8 peserta. Dari hasil yang diperoleh ini terlihat jelas bahwa atlet arung jeram putra Mapala Unimed tidak mampu mengarungi sungai dari start sampai finish dengan waktu tercepat dibandingkan dengan tim peringkat 1, 2, & 3. Berdasarkan pengamatan disaat melakukan pengarungan sungai dari start sampai finish yang berkisar 300 meter tampak tidak stabil tingkat kecepatan perahu yang dikayuh. Hal

ini diperkirakan karena rendahnya tingkat kondisi fisik atlet arung jeram putra Mapala Unimed 2013.

Dari pemaparan singkat permasalahan diatas penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian deskriptif untuk memastikan secara transparan mengenai praduga tentang rendahnya tingkat kondisi fisik atlet arung jeram putra Mapala Unimed dengan judul “Profil Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dikemukakan pada latar belakang masalah, maka masalah yang akan diteliti dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

1. Apakah faktor kondisi fisik mempengaruhi dalam meningkatkan prestasi olahraga arung jeram ?
2. Apa saja unsur komponen kondisi fisik yang dapat meningkatkan kemampuan atlet arung jeram putra Mapala Unimed?
3. Apakah program latihan fisik tidak sesuai dengan kebutuhan komponen kondisi fisik yang dibutuhkan pada olahraga arung jeram?

## **C. Batasan Masalah**

Untuk mencapai sasaran atau tujuan penelitian secara spesifik, maka perlu dibuat suatu batasan tentang permasalahan yang hendak diteliti yaitu Profil Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan indentifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yakni Bagaimana Profil Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui informasi secara objektif mengenai kategori tingkat kondisi fisik atlet arung jeram putra Mapala Unimed 2013.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :

1. Sebagai bahan masukan bagi pelatih dalam upaya meningkatkan kondisi fisik atlet arung jeram putra mapala unimed 2013
2. Sebagai informasi bagi atlet agar dapat mengetahui secara transparan mengenai tingkat kondisi fisik yang dimiliki, serta dapat dijadikan tolak ukur maupun motivasi untuk terus berupaya menggali potensi dan meraih prestasi yang tinggi khususnya olahraga arung jeram di Mapala Unimed.
3. Sebagai bahan acuan bagi peneliti lain untuk mengadakan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas