

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada beberapa tahun terakhir ini, bolatangan mulai menunjukkan eksistensinya sebagai cabang olahraga mandiri yang tidak mendompleng dari cabang olahraga lain. Hal ini jelas ditandai dengan keikutsertaan cabang olahraga ini dikancah Asean Games 2018 di Indonesia. Jika masuk lebih dalam, olahraga bolatangan sudah berkembang bahkan di beberapa provinsi seperti Kalimantan Tengah, Kalimantan Timur, Jawa Barat, Jawa Tengah, bahkan Jawa Timur. Di Jawa Timur sendiri olahraga bolatangan sudah merambah ke berbagai kabupaten yang diantaranya Trenggalek, Bojonegoro, Lamongan, Gresik, Sidoarjo, Kota Surabaya, Pamekasan dan Sumenep.

Beberapa kejuaraan pun marak bergulir dan menambah kesan cabang olahraga bolatangan sebagai olahraga baru yang sudah berkembang pesat. Mulai dari kejuaraan antar klub, pelajar, bahkan Perguruan Tinggi. Pada kejuaraan antar Perguruan Tinggi sudah memasuki tahun ke-3, dimana Universitas Negeri Surabaya sebagai pengembang olahraga bolatangan sebagai penyelenggara. Pada 2016 kejuaraan ini bertajuk se-Jawa Timur yang pada saat itu menghasilkan juara I Unesa, juara II STKIP Trenggalek, juara III Unesa B, dan juara IV STKIP PGRI Sumenep. Hal ini berlanjut hingga kejuaraan Nasional pada 2018.

STKIP PGRI Sumenep sebagai satu-satunya Perguruan Tinggi yang mengembangkan olahraga bolatangan gagal mempertahankan gelar juara dan bahkan tidak meraih juara sama sekali. Hal ini dikarenakan regenerasi tim baru dan masih dalam tahap adaptasi. Selain itu, faktor kondisi fisik pemain juga mempengaruhi pada kegagalan tahun ini. Kondisi fisik dalam hal ini adalah beberapa komponen yang meliputi kekuatan, kelincahan, kecepatan, dan daya tahan. Kekuatan yang paling nampak dan dominan adalah kekuatan otot lengan dan perut yang terlihat saat melakukan shooting.

Hal ini terbukti dari hasil skor yang diraih Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep kurang memuaskan dan bahkan sangat jauh tertinggal dari tim Perguruan Tinggi lain seperti UNJ, UPI, UNESA, dan PGRI KALTIM. Beberapa faktor yang mempengaruhi menurunnya prestasi ini salah satunya adalah karena latihan fisik jarang dilakukan dan atlet lebih cenderung kurang komitmen dalam latihan, sehingga mempengaruhi kondisi fisik saat pertandingan. Dari hal tersebut, maka perlu adanya suatu penanganan dengan cara mencari tahu tingkat kondisi fisik atlet saat ini dengan cara melakukan survei agar nantinya dapat menjadi data bagi pelatih maupun atlet untuk memperbaiki performa ke depan. Oleh karena itu kesenjangan ini harusnya segera ditelusuri agar dapat menjadi bahan evaluasi demi prestasi lebih baik di tahun mendatang. Dengan kesenjangan inilah peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Kondisi Fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa kemungkinan permasalahan sebagai berikut:

1. Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep masih berkembang dan butuh pemahaman lebih lanjut.
2. Kurangnya jadwal latihan yang hanya dua kali dalam seminggu.
3. Banyaknya aktivitas selain latihan bolatangan membuat atlet tidak intens dalam latihan.
4. Latihan fisik hanya dilakukan satu kali dalam satu bulan.
5. Tingkat kondisi fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep masih kurang atau menurun sehingga membutuhkan tes untuk mengetahuinya.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut di atas, maka batasan masalah penelitian ini hanya terbatas ingin mengetahui Tingkat Kondisi Fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep yang terdiri dari tes kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, kecepatan, kelincahan, dan daya tahan *VO2Max*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan yang dipaparkan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah tingkat kondisi fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Secara teoritis manfaat dari penelitian ini sebagai bahan informasi dan temuan dari sebuah kesenjangan yang nantinya dijadikan sebagai pedoman/acuan penelitian guna memperkaya sebuah landasan teori penelitian.

2. Praktis

Secara praktis penelitian ini sangat bermanfaat bagi berbagai pihak khususnya atlet dan pelatih. Beberapa manfaat tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Bagi Atlet

Dapat memberikan informasi dan wawasan terkait kondisi fisik yang dimiliki dan kekurangan yang ada guna meningkatkan tingkat kondisi fisik agar lebih baik.

b. Bagi Pelatih

Dapat memberikan wawasan terkait kondisi fisik atlet guna mengevaluasi dan memperbaiki tingkat kondisi fisik atlet agar mampu menerapkan program latihan secara optimal dan mencapai prestasi yang lebih baik.

G. Definisi Operasional

1. Kondisi Fisik

Definisi operasional kondisi fisik dalam penelitian ini adalah sebagai objek utama penelitian yang ingin diketahui sehingga dapat memberikan sebuah temuan yang menjadi fokus penelitian. Kondisi fisik merupakan suatu keadaan fisik seseorang dimana hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yang diantaranya adalah pola makan, aktivitas sehari-hari, serta pola hidup sehat dan latihan.

Komponen kondisi fisik di sini difokuskan ke dalam lima komponen saja yang meliputi kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, kelincahan, kecepatan, dan daya tahan. Hal ini dikarenakan kelima komponen tersebut merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan suatu lemparan bola (*shooting*) dalam bolatangan dan selaras dengan salah satu hasil penelitian Dyas Andry Prasetyo (2014) bahwa beberapa komponen tersebut memiliki kontribusi dalam pelaksanaan *shooting*.

