

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia yang ditujukan pada peningkatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat pemupukan watak, disiplin dan sportivitas serta pengembangan dari prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. sehubungan dengan itu upaya untuk mengolahragakan masyarakat serta menciptakan iklim yang lebih mendorong pada masyarakat untuk berpartisipasi serta tanggung jawab dalam membina dan mengembangkan olahraga yang diharapkan mampu berprestasi secara aktif .

Pada masa pembangunan sekarang ini di negara kita olahraga merupakan bagian dari usaha pembangunan kita yaitu untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya, karena itu pembinaan olahraga di Indonesia harus mampu memberikan sumbangan yang efektif bagi pertumbuhan nilai-nilai pokok manusia, karena olahraga tidak terbatas hanya pada pertumbuhan manusia seutuhnya.

Renang merupakan salah satu jenis olahraga air, selain dari loncat indah, renang indah, polo air. Olahraga renang secara kuantitas sudah memasyarakat, hal itu ditandai dengan semakin banyaknya perkumpulan renang baik di kota besar maupun di daerah seluruh Indonesia. Demikian juga maraknya kegiatan pertandingan baik di tingkat regional maupun nasional, dengan munculnya rekor-rekor baru yang telah diciptakan.

Dalam olahraga renang terdapat empat gaya yang di pertandingkan yaitu: Gaya kupu-kupu, gaya punggung, gaya dada, dan gaya bebas. Gaya bebas merupakan gaya yang tercepat diantara ketiga gaya lainnya. Hal ini dimungkinkan karena gaya bebas memiliki koordinasi gerakan dengan hambatan yang lebih sedikit. Gerakan di dalam dibandingkan dengan gaya kupu-kupu, dan gaya dada demikian juga gerakan lengan kedepan lebih

mudah dibandingkan gerakan terbalik seperti pada gaya punggung. Pada gaya punggung terjadi kecepatan luncuran yang dapat dipertahankan seperti gaya bebas, akan tetapi

ternyata dari hasil pertandingan perenang gaya bebas mencapai waktu lebih cepat daripada perenang gaya punggung. Hal ini mungkin disebabkan perenang pada umumnya lebih kuat menarik dari arah depan badan daripada menarik dari arah belakang badan. Dan pada saat perlombaan renang untuk penilaiannya, apabila seorang atlet mencapai finish duluan maka di nyatakan memnagkan pertandingan renang tersebut dan untuk limit yang di dapat yaitu minimal 46 detik pada jarak kolam 50 meter

Pada hasil yang saya uraikan diatas maka peneliti ingin memberikan solusi pada permasalahan yang sudah terjadi dengan membuat penelitian yang berjudul “Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap kemampuan Renang Gaya Dada 25 Meter Pada Anak Usia 9 - 10 Tahun Di Club Renang Shark Swimming Candi Pari Porong Sidoarjo”.

## **B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari terlalu luasnya yang akan dilakukan maka penulis membatasi permasalahan peneliti sebagai berikut

1. Peneliti ini dilakukan hanya untuk meneliti adanya pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan gerak pada renang gaya dada .
2. Tempat penelitian dilaksanakan di kolam renang candi pari porong sidoarjo
3. Sampel penelitian adalah murid renang putri yang ada di kolam renang candi pari porong sidoarjo

## **C. Rumusan masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Adakah pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap kecepatan renang gaya dada 25 meter pada anak usia 9 - 10 tahun di Club renang Shark Swimming Candi Pari Porong

Sidoarjo?

#### **D. Tujuan penelitian**

Menurut Sutrisno Hadi (1983:5) bahwa penelitian pada umumnya bertujuan untuk menemukan, mengembangkan atau menguji kebenaran suatu pengetahuan.

Jadi dengan penelitian kita dapat mengetahui benar tujuan dari pada penelitian yang peneliti lakukan: yaitu:

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan kemampuan otot lengan terhadap kecepatan renang gaya dada 25 meter pada anak usia 9 - 10 tahun di Club renang Shark Swimming Candi Pari Porong Sidoarjo.

#### **E. Variabel Penelitian**

Variabel bebas atau independent variable adalah kekuatan ( X )

Variabel tak bebas (terikat) atau dependent variable adalah renang gaya dada ( Y )

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

##### **A. Bagi guru**

Adapun kegunaan atau manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Untuk digunakan sebagai dasar-dasar pembuatan program latihan saat renang gaya dada
- b) Melatih kekuatan
- c) Melatih siswa perenang agar dapat melakukan Gerakan gaya dada

##### **B. Bagi Lembaga/instansi pemerintah**

- a) Sebagai bahan kepustakaan bagi peneliti lain yang meneliti tentang masalah serupa
- b) Sebagai bahan bacaan bagi kampus terutama mahasiswa Pendidikan jasmani

##### **C. Bagi peneliti**

- a) Sebagai pengalaman bagi peneliti dalam ilmu olahraga
- b) Sebagai dasar penelitian serta untuk memperoleh nilai

