

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan manusia olahraga mempunyai arti dan makna sangat penting, karena olahraga dapat memberi manfaat yang sebesar-besarnya dalam kehidupan. Salah satu tujuan mereka berolahraga adalah untuk meningkatkan kesegaran jasmani menjadi lebih baik. Olahraga pada hakikatnya adalah setiap aktifitas fisik dimana dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri orang lain maupun lingkungan.

Olahraga adalah gerak manusia yang dilakukan secara sadar, dengan cara-cara efektif yang berkaitan dengan usaha-usaha untuk memelihara serta meningkatkan kualitas manusia, dengan memandang manusia sebagai salah satu kesatuan psiko fisik yang kompleks. Olahraga renang adalah olahraga yang kompleks. Dalam gerakan renang harus selalu menggerakkan seluruh tubuh terutama kepala, tangan dan kaki. Gerakan renang dilakukan dengan koordinasi gerakan antara anggota tubuh harus optimal agar mencapai hasil yang optimal pula.

Renang merupakan cabang olahraga yang berbeda jika dibandingkan dengan cabang olahraga lain pada umumnya. Renang dilakukan di air, sehingga faktor gravitasi bumi dipengaruhi oleh daya tekan air ke atas. Kegunaan olahraga dewasa ini semakin hari semakin bertambah penting bagi kehidupan setiap manusia, baik olahraga itu dilihat dari segi pendidikan (*paedagogis*), segi kejiwaan (*psycologis*), segi fisik (*physiologis*) maupun dari segi hubungan sosial. Hal tersebut mengingat peranan olahraga terhadap pertumbuhan dan perkembangan fisik manusia sangat besar. Dengan melakukan olahraga secara teratur otot akan menjadi kuat dan berkembang serta membuat organ-organ tubuh berfungsi dengan baik.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup dikenal di seluruh lapisan masyarakat, baik dari kalangan anak-anak sampai orang tua.

Indikasi ini diperkuat dengan dikenalnya bangsa Indonesia sebagai Negara kepulauan, karena hampir separuh wilayah negara kita adalah laut.

Berbicara tentang olahraga renang, maka terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan tidak optimalnya kemampuan seseorang dalam renang, diantaranya adalah karena tidak didukung dengan keadaan struktur tubuh yang dimiliki, tidak ditunjang dengan kemampuan fisik yang memadai, kurangnya dorongan/ motivasi dalam berenang dan sebagainya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Belum diketahui hambatan dalam belajar renang gaya dada pada Mahasiswa UKAW .
2. Masih ada mahasiswa yang belum menguasai teknik dasar renang.
3. Mahasiswa kesulitan dalam mengkoordinasikan rangkaian gerak renang gaya dada.

C. Batasan Masalah

Banyaknya masalah yang muncul dalam penelitian, maka perlu dibatasi agar tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Belum diketahui hambatan dalam renang gaya dada pada mahasiswa UKAW.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu sebagai berikut: Apa saja hambatan belajar renang gaya dada pada mahasiswa UKAW?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hambatan belajar renang gaya dada pada mahasiswa UKAW.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademis
 - a. Menemukan pengetahuan baru tentang peningkatan kemampuan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan jarak 50meter melalui alat bantu papan pelampung.
 - b. Sebagai sumbangan untuk mengungkapkan dari sekian banyak masalah dalam peningkatan prestasi olahraga renang.
 - c. Sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.
2. Manfaat praktis
 - a. Dapat meningkatkan kemampuan latihan gerakan kaki renang gaya dada 50 meter.
 - b. Sebagai informasi betapa pentingnya latihan renang menggunakan papan pelampung terhadap peningkatan kemampuan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan jarak 50 meter.
 - c. Dapat mengambil nilai yang terkandung didalamnya keberanian, percaya diri, kesehatan, serta dapat mengalami pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa.