

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot-otot rangka dan menghasilkan pengeluaran tenaga dan energi (pembakaran kalori). Definisi latihan fisik (*exercise*) adalah aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur, terukur dan terus menerus sehingga dapat meningkatkan kebugaran tubuh (Pramuditya Ardhana et al. 2023). Semua gerakan tubuh yang dihasilkan dari kerja otot-otot rangka dan menghasilkan pengeluaran tenaga dan energi (pembakaran kalori) disebut sebagai aktivitas fisik. Aktifitas fisik sebagai metode pembelajaran langsung di mana siswa mempraktikkan materi dan ide pelajaran secara langsung.

Aktifitas fisik merupakan suatu gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka dan membutuhkan energi, termasuk aktivitas yang dilakukan saat bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, bepergian dan kegiatan rekreasi aktifitas fisik berbeda dengan olahraga karena olahraga merupakan suatu kegiatan fisik yang direncanakan, terstruktur, berulang dan bertujuan memperbaiki atau mempertahankan satu atau lebih komponen kebugaran fisik seseorang (Kusumo 2020). Sosiologi olahraga merupakan salah satu cabang ilmu sosiologi di mana membahas tentang kehidupan sosial dan budaya dalam olahraga (Maksimus 2019). Sosiologi olahraga adalah ilmu yang mempelajari kehidupan sosial, termasuk sehingga menjadi penting mempelajari olahraga dalam hubungannya terhadap sosiologi mempelajari olahraga sebagai bagian dari kebudayaan dan masyarakat mengontrol sehingga manusia hidup saling membutuhkan dengan yang lainnya ahli olahraga. Tujuannya adalah membuat orang mengerti dan paham serta dapat seluruh bentuk interaksi dan hubungan sosial serta isu dan organisasi sosial dalam kehidupan sosial (Barlian 2015).

Antropologi olahraga adalah suatu kegiatan kehidupan manusia dalam masyarakat dan perilaku sosial manusia dengan meneliti kelompok yang dibangunnya dan mempelajari manusia dari segi keanekaragaman fisik serta

kebudayaan (cara-cara berprilaku, tradisi-tradisi, nilai-nilai) yang dihasilkan sehingga setiap manusia yang satu dengan yang lainnya berbeda-beda untuk mempertahankan eksistensi kemanusiaan dan melakukan pembentukan fisik dan mental secara bersama-sama.(Sapto 2019). Budaya Gerak sebagai pendekatan untuk mendukung guru dalam mengeksplorasi integrasi Olahraga sebagai media pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani Gerak (Diana safitri 2024). Gerak budaya adalah perubahan dalam sejumlah disiplin ilmu yang berbeda yang mendekati pekerjaan manusia. gerakan ini mewujudkan semua bentuk seni, ilmu, dan filsafat. Secara historis, negara atau wilayah yang berbeda di dunia telah melalui siklus gerakan independen mereka sendiri dalam budaya, akan tetapi karena majunya komunikasi dunia, perbedaan geografis ini menjadi kurang jelas.

Ketika gerakan budaya melalui revolusi dari satu ke generasi berikutnya, genre cenderung diserang dan dicampur - aduk, dan seringkali genre baru dihasilkan dan yang lama memudar. Budaya gerak adalah cara-cara di mana kelompok social menangani 'kebutuhan dan keinginan untuk bergerak di luar kerja atau mempertahankan hidup. Pengertian olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut setelah melakukan olahraga (Aditia 2015). Olahraga adalah proses sistematis dan terprogram yang dilakukan guna mencapai kesejahteraan jasmani, rohani dan sosial yang diaplikasikan dalam berbagai aktivitas permainan, perlombaan maupun pertandingan (Rubiyatno 2014).

Olahraga adalah suatu jenis tingkah laku individu manusia yang khusus, baik dalam bentuk maupun kualitas geraknya serta mempunyai fungsi-fungsi tertentu bagi kehidupan pribadi yang bersangkutan (Lamusu 2018). Biomekanika olahraga merupakan salah satu disiplin ilmu keolahragaan yang menerapkan prinsip-prinsip gerak terhadap struktur tubuh manusia pada saat melakukan aktivitas olahraga (Margareth 2017). Biomekanika adalah kajian tentang kekuatan dan dampaknya pada sistem kehidupan. Sistem kehidupan dapat dikenal sebagai tumbuhan, hewan, ataupun manusia (Heijnen et al. 2013). Pada ilmu keolahragaan, biomekanika sudah sangat dikenal sebagai suatu disiplin ilmu yang

secara khusus mempelajari gerak dari aktivitas olahraga yang dilakukan. Dengan demikian, dalam ilmu keolahragaan ilmu yang mempelajari tentang mekanisme gerak tubuh manusia disebut biomekanika olahraga.

*Peluru hawu* seringkali diselenggarakan setelah upacara pelepasan arwah atau pensucian orang mati *Pemau Domade*. *Peluru Hawu* sudah menjadi tradisi olahraga turun temurun dari pulau sejuta lontar Sabu Raijua, yang mengedepankan sportifitas dan kedekatan pergaulan bagi kalangan pria, dan menjadi puncak budaya olah raga yang perlu dilestarikan (Melki Terru 2023). Kegiatan *peluru hawu* dilakukan oleh 2 orang yang saling berhadapan dan salah seorang menjadi *pengadil* (wasit) mereka berdua akan saling mendorong dan dibanting sehingga mendapatkan pemenangnya. Kegiatan ini harus dilakukan oleh orang yang beratnya sama. Kegiatan *peluru hawu* dilakukan untuk melihat siapa yang bisa menjatuhkan lawan sebanyak mungkin dan akan dipertandingkan lagi oleh wasit sampai mendapatkan pemenangnya. *Peluru hawu* dilakukan di tanah yang permukaannya rata dan tidak berbatu. Selama ini para pemangku adat merasakan manfaat dari budaya ini akan tetapi para penerus dalam hal ini generasi penerus belum memahami makna dan manfaat yang perlu diketahui dalam budaya *peluru hawu*, salah satu nya di bidang biomekanika. Aktifitas *peluru hawu* ini belum diketahui maknanya dari potret biomekanikanya

Berdasarkan fakta dalam latar belakang ini maka peneliti ingin meneliti dengan Judul: “**Makna Gerak Peluru Hawu Dari Potret Biomekanika**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Adapun permasalahan-permasalahan yang muncul dilapangan adalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui budaya gerak *peluru hawu*.
2. Makna gerak *peluru hawu* dari potret biomekanika.
3. Aktivitas Gerak Budaya *Peluru Hawu* dalam kehidupan masyarakat di Kabupaten Sabu Raijua.

### **C. Batasan Masalah**

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas perlu adanya fokus masalah, maka peneliti membatasi masalah yaitu “makna gerak *peluru hawu* dari potret biomekanika ”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan yaitu: “Bagaimanakah gerakan *peluru hawu* ditinjau dari potret biomekanika ”?

### **E. Tujuan peneltian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gerakan *peluru hawu* ditinjau dari potret biomekanika.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat akademis
  - a. Kontribusi terhadap ilmu keolahragaan, penelitian ini akan menambah pengetahuan di bidang keolahragaan.
  - b. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian kedepannya dan bisa di gunakan untuk para dosen dan mahasiswa lainya.
  - c. Penelitian ini dapat di pergunakan untuk kepentingan pemerintah sabu raijua kedepanya.
2. Manfaat praktis
  - a. Dengan menerapkan kegiatan ini dapat menumbuhkan minat anak muda Sabu Raijua.
  - b. Penelitian ini juga bisa digunakan untuk Desa Lobodei.