

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah aktifitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi, olahraga dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan untuk meningkatkan kepribadian yang baik sesuai dengan tujuan olahraga yaitu menjadikan manusia sehat jasmani dan rohani.

Dalam perkembangannya, olahraga merupakan bagian dari revolusi di Indonesia (Harsuki 2003:7). Olahraga merupakan sarana untuk membangun karakter bangsa, semangat, kerja keras, pengorbanan, adil, pantang menyerah untuk mendapatkan prestasi. Olahraga terbukti mampu membawa nama bangsa di kancah Internasional (Lutan 2001:21).

Olahraga merupakan bagian dari permainan yang memerlukan atau melibatkan aktifitas jasmani dalam meningkatkan potensi diri serta menumbuhkan kembangkan nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga.

Lempar lembing adalah salah satu bagian yang terdapat dalam olahraga atletik yang selalu diperlombakan, Baik dalam penyelenggaraan pesta-pesta olahraga yang bersifat nasional, internasional maupun dalam kejuaraan atletik itu sendiri. Dalam cabang olahraga atletik, istilah yang digunakan untuk setiap cabang olahraga disebut "nomor". Seperti nomor jalan dan lari, lompat dan lempar.

Nomor lempar merupakan salah satu nomor yang telah diperlombakan sejak berlangsungnya olimpiade kuno di Yunani. Kira-kira 779 sebelum masehi yaitu untuk nomor lempar cakram dan lempar lembing.

Namun, perkembangan cabang olahraga nomor lempar lembing belum mengalami perkembangan prestasi, prestasi lempar lembing di provinsi Gorontalo umumnya belum membuat prestasi di tingkat nasional, ini merupakan tugas bagi pelatih olahraga untuk menindak lanjuti peningkatan prestasi atlet lempar lembing.

Salah satu usaha mengembangkan olahraga atletik nomor lempar lembing adalah melalui latihan *Cable french press* terhadap kemampuan lempar lembing.

Berpedoman pada penjelasan terdahulu, diketahui bahwa olahraga merupakan salah satu aspek yang perlu diperhatikan pemerintah. Pengenalah olahraga prestasi pada generasi muda merupakan langkah yang ditempuh pemerintah untuk regenerasi atlet. Atletik adalah induk dari semua cabang olahraga lebih khusus lagi olahraga lempar lembing. Atletik secara garis besar terbagi atas tiga nomor yaitu nomor lari, nomor lompat dan nomor lempar. Khususnya pada nomor lempar terbagi menjadi 4 (Empat) pembagian spesifik meliputi, lempar lembing, lempar cakram, lontar martel dan tolak peluru.

Khususnya di SMP Negeri 16 kota gorontalo, menurut pengamatan awal tanggal 25 november pada olahraga lempar lembing di SMP Negeri 16 Kota Gorontalo banyak siswa belum mampu mencapai hasil lemparan yang maksimal. Kurangnya pengetahuan siswa tentang latihan *Cable french presses* hingga mengakibatkan lempar lembing tidak maksimal. Berdasarkan uraian di atas peneliti berinisiatif mengadakan penelitian terhadap jauhnya lemparan lempar lembing siswa kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Gorontalo dengan formulasi judul **“Pengaruh Latihan *Cable French Press* terhadap Kemampuan Lempar Lembing Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Gorontalo”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang terdahulu maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut: Lemparan yang dilakukan oleh siswa SMP Negeri 16 kota gorontalo yang masih kurang maksimal. Hal ini dikarenakan masih lemahnya lemparan yang dilakukan oleh para siswa.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat Pengaruh Latihan *Cable French Press* terhadap Kemampuan Lempar Lembing Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Gorontalo”?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penulisan dalam penelitian ini adalah: Untuk menguji kebenaran Pengaruh Latihan *Cable French Press* terhadap Kemampuan Lempar Lembing Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis; penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan pemikiran tentang efektifitas latihan *Cable French Press*, khususnya guru olahraga dan untuk memberikan data yang empiris dengan dukungan teori latihan.
2. Secara Praktis; hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh para guru pendidikan jasmani untuk menggunakan latihan *Cable French Press* terhadap kemampuan lempar lembing.