

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Direktorat Jenderal Olahraga Departemen Pendidikan Nasional (2004 :4) mendefinisikan olahraga sebagai kegiatan seseorang dengan sengaja meluangkan waktunya untuk melakukan satu atau lebih kegiatan fisik, dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani secara teratur, atau meningkatkan prestasi atau untuk hiburan (dalam Hadjarati Irwan, 2006 : 9).

Olahraga merupakan suatu proses yang dilaksanakan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan sesuai perubahan fisik dan mental. Aktivitas jasmani yang dimaksud di atas merupakan kegiatan yang dilakukan oleh siswa dari tingkat SD, SMP, dan SMA/SMK untuk meningkatkan keterampilan-keterampilan motorik serta kemampuan yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Olahraga terdiri dari beberapa macam cabang yang diharapkan mampu mengembangkan kreatifitas seseorang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya baik itu dari segi kesehatan maupun prestasi salah satunya yaitu lempar cakram.

Menurut Sutrisno & Khafadi (2010 : 124) Lempar cakram merupakan nomor lempar yang dilombakan dalam cabang olahraga atletik. Perlombaan

lempar cakram dilakukan di lapangan terbuka dengan menggunakan cakram, yang mempunyai ketentuan sebagai berikut.

Untuk putra:

- a. Berat cakram untuk putra dewasa: 2 kg.
- b. Berat cakram untuk putra remaja: 1,5 kg.
- c. Diameter cakram : 219 – 221 mm.

Untuk putri:

- a. Berat cakram: 1 kg.
- b. Diameter cakram: 180 – 182 mm.

Saputra (2001:70-71) menyatakan bahwa lempar cakram merupakan suatu kemampuan dalam melempar benda berupa cakram dari samping dengan posisi memutar badan. Adapun hal-hal yang harus dipahami dan dimengerti dalam lempar cakram adalah karakteristik gerak dasar dari lempar cakram yaitu: 1) pegangan dan putaran, 2) rotasi, 3) lemparan dan sikap akhir.

Menurut Chandra & Sanoesi (2010 : 73) tujuan dari lempar cakram adalah melempar cakram sejauh-jauhnya. Awalan melempar cakram bukanlah lari, tetapi dengan putaran (ayunan), ada yang menyamping dan membelakangi arah lemparan.

Lempat cakram adalah salah satu materi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah-sekolah baik SD, SMP, dan

SMA/SMK. Pada umumnya disetiap sekolah siswa belum mampu melakukan gerak dasar lempar cakram seperti pegangan, rotasi, dan lemparan.

Kemampuan siswa dalam melakukan lempar cakram harus menjadi perhatian guru, karena kemampuan ini nantinya akan menjadi dasar bagi siswa untuk lebih lanjut mempelajari lempar cakram. Kenyataan yang dilakukan dilapangan khususnya di SMK Negeri 1 Batudaa Kabupaten Gorontalo masih banyak siswa yang belum memiliki kemampuan yang maksimal dalam melakukan gerak dasar lempar cakram. Sehingga hal ini mempengaruhi prestasi atlit di sekolah tersebut.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada saat PPL-2 di lapangan dari seluruh kelas X di SMK Negeri 1 Batudaa Kabupaten Gorontalo, terdapat sebagian besar yang memiliki kemampuan lempar cakram yang kurang maksimal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kemampuan yang sistematis terutama dalam kekuatan dan ketahanan fisik, karena kemampuan melakukan lempar cakram perlu didukung oleh kekuatan dan ketahanan fisik yang memadai. Maka peneliti sangat tertarik untuk mengadakan penelitian yang diformulasikan dengan judul *“Pengaruh Modifikasi Alat Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Lempar Cakram Pada Siswa Kelas X di SMK N 1 Batudaa”*

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan-permasalahan sebagai berikut :

1. Fasilitas atau alat pembelajaran lempar cakram masih dirasa kurang memadai.
2. Kurangnya aktivitas atau kemampuan siswa kelas X dalam belajar melakukan lempar cakram.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah hasil belajar lempar cakram pada olahraga atletik siswa kelas X SMK Negeri 1 Batudaa dapat ditingkatkan dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian Eksperimen ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Modifikasi Alat Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Lempar Cakram dapat mempengaruhi hasil belajar siswa kelas X di SMK N 1 Batudaa.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis :

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu tentang lempar cakram dan juga sebagai bahan analisis dan kajian pada cabang atletik

1.5.2. Manfaat Praktis :

1. Hasil penelitian ini diharapkan bagi siswa, guru, sekolah dan peneliti lanjut dapat dijadikan sebagai kebijakan untuk dikembangkan tentang lempar cakram pada khususnya.

2. Hasil penelitian ini dijadikan sebagai rujukan dalam mengembangkan pada peneliti selanjutnya.