

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masyarakat Indonesia yang dinamis mengakui bahwa persekutuan hidup itu tidak hanya mengalami pengaruh pikiran dan kemampuan manusia individu saja bahkan juga mengalami pengaruh zaman dalam perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi moderen seperti ini.

Olahraga memberi kesempatan yang sangat ideal untuk menyalurkan tenaga dengan jalan yang baik menuju kebahagiaan yang serasi, selaras dan seimbang untuk mencapai kebahagiaan hidup yang sejati, hal ini dikemukakan oleh (Engkos Kosasih, 1994 : 1).

Saat ini pembinaan terhadap pemuda yang memiliki keahlian dan pengetahuan semakin gencar dilakukan oleh pemerintah guna memanfaatkan sumber daya manusia agar dapat berkontribusi dalam pembangunan bangsa, karena kemajuan bangsa yang besar tidak lepas dari campur tangan para pemuda yang berkualitas.

Salah satu bidang yang menjadi fokus pembangunan Indonesia saat ini adalah bidang pembinaan olahraga prestasi. Karena sampai saat ini olahraga prestasi cukup memberikan sumbangan baik secara moril maupun materil di negara-negara lain. Prestasi olahraga di Indonesia cukup baik dari tahun ke tahun meskipun adanya perubahan pada kemajuan cabang olahraga tertentu.

Prestasi yang gemilang itu sendiri tentunya tidak lepas dari sumbangan anak bangsa yang berkualitas dengan memiliki keahlian dan pengetahuan sebagai modal dasar, ditambah lagi dengan program pembinaan dari Pemerintah, tentunya mampu mendobrak prestasi Indonesia untuk bersaing dengan negara-negara lain. Namun demikian yang terpenting dan harus dibenahi adalah program pembinaan olahraga prestasi dimana diberikan kepada seorang individu sejak berusia dini.

Dalam melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga untuk mencapai prestasi seperti yang dijelaskan dalam UU RI No 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 27 ayat 4 (2005:16) “pembinaan dan pengembangan

olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah yang menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Keahlian yang lebih diperlukan pada setiap cabang olahraga tertentu, tentunya tidak terlepas dari bakat yang dimiliki oleh seorang individu itu sendiri. Bakat yang dimiliki termasuk di dalamnya minat dan kondisi tubuh yang baik menjadi penunjang keberhasilan suatu pembinaan olahraga prestasi, karena minat itu mampu menjadi motivasi terbesar dalam diri atlet yang akan dibina nantinya. Demikian juga tentunya dengan kondisi tubuh, di dalamnya termasuk postur maupun sistem kerja organ-organ tubuh setiap individu.

Dari sekian banyak nomor-nomor yang ada pada cabang olahraga, peneliti berminat untuk membahas cabang atletik pada nomor tolak peluru. Dimana tolak peluru merupakan cabang olahraga yang menggunakan peluru sebagai media untuk melakukan tolakan. Dalam olahraga ini kekuatan otot perut, kekuatan otot lengan dan kekuatan peras tangan sangat di butuhkan dalam menunjang jauh hasil tolakan, cara awal yang perlu di pelajari oleh seseorang ketika akan melakukan olahraga tolak peluru adalah tehnik dasar tolak peluru. Menurut Engkos Kosasih (1994 : 36) lemparan yang baik pada nomor tolak peluru adalah suatu dorongan atau tolakan terhadap sebuah peluru dengan satu tangan yang bermula dari pangkal bahu atau lengan.

Cabang olahraga atletik secara konsisten selalu diperlombakan disetiap *event-event* resmi baik ditingkat nasional maupun tingkat daerah, seperti pada Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA), Pekan Olahraga Pelajar Wilayah (PORWIL), Pekan Olahraga Pelajar Nasional (POPNAS) dan Pekan Olahraga Nasional (PON). Selain itu cabang atletik nomor tolak peluru juga dipertandingkan dalam O2SN (Olimpiade Olahraga Sains Nasional). Seiring dengan perkembangan yang begitu pesat didaerah kita baik antar propinsi atau daerah sering menggelar pekan olahraga antar pelajar baik antar SMP atau SMA, namun belum bisa diikuti oleh prestasi yang bagus di tingkat nasional. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya:

penguasaan tehnik, dan yang sangat mencolok adalah kemampuan fisik yang dimiliki para atlet daerah kita. Kemampuan fisik atlet kita dibawah rata-rata dibandingkan atlet didaerah lain. Kekurangan ini menjadi hal yang harus dipahami dan menjadi pembelajaran pada atlet tolak peluru, pelatih cabang olahraga atletik pada nomor tolak peluru dan pemerintah didaerah. Salah satu yang dapat menutupi kelemahan atlet kita yaitu kekuatan otot lengan yang baik. Pada tolak peluru sudah pasti unsur kekuatan otot lengan sangat berperan penting pada hasil tolakan.

Pencarian bibit atlet tolak peluru dapat dilakukan di Sekolah Menengah Pertama (SMP), hal ini dilakukan karena mereka memiliki waktu yang relative lebih lama untuk dibina dan didik untuk menjadi atlet yang handal, selain itu di SMP olahraga atletik mulai diperkenalkan yang biasanya dibina dan dilatih oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah itu sendiri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

- 1) Masih kurangnya penguasaan tehnik dasar tolak peluru pada Siswa Ekstra Kurikuler SMP Negeri 13 Gorontalo.
- 2) Masih lemahnya kekuatan otot perut, lengan dan peras tangan siswa.
- 3) Masih rendahnya prestasi atletik pada nomor tolak peluru di Gorontalo.
- 4) Belum diketahuinya hubungan kekuatan otot perut, lengan dan kekuatan peras tangan dengan kemampuan tolak peluru gaya menyamping pada Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah maka fokus penelitian ini adalah hubungan antara kekuatan otot perut, lengan dan kekuatan peras tangan dengan kemampuan tolak peluru. Dengan demikian maka masalah tersebut akan dirumuskan pada rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kekuatan otot perut, lengan dan kekuatan peras tangan Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo?

2. Bagaimana kemampuan tolak peluru gaya menyamping Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo?
3. Apakah terdapat hubungan secara signifikan antara kekuatan otot perut, lengan dan kekuatan peras tangan dengan kemampuan tolak peluru gaya menyamping pada Siswa Ekstra Kurikuler SMP Negeri 13 Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk:

1. Mengetahui kekuatan otot perut, lengan, dan kekuatan peras tangan Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo.
2. Mengetahui kemampuan tolak peluru gaya menyamping pada Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo.
3. Mengetahui seberapa besar hubungan kekuatan otot perut, lengan dan kekuatan peras tangan terhadap hasil tolak peluru gaya menyamping pada Siswa Ekstra Kurikuler di SMP Negeri 13 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang telah dikemukakan di atas, manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti, sebagai masukan pengetahuan dan menambah wawasan khususnya dalam pembinaan cabang olahraga atletik tolak peluru.
2. Bagi Siswa di SMP Negeri 13 Gorontalo, menambah wawasan untuk dapat meningkatkan prestasi tolak peluru dimasa yang akan datang.
3. Bagi sekolah, sebagai masukan pengetahuan dan informasi ilmu olahraga khususnya cabang atletik tolak peluru gaya menyamping di SMP Negeri 13 Gorontalo.
4. Bagi pembaca, sebagai bahan bacaan dan referensi dalam rangka pengembangan wawasan serta ilmu olahraga atletik nomor tolak peluru.