

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi, kemenangan dan rekreasi. Peraturan didalam olahraga adalah baku yang telah ditetapkan dan disepakati oleh para pelakunya. Olahraga merupakan bagian dari permainan pertandingan. Aktivitas olahraga yang melibatkan jasmani, dapat meningkatkan potensi diri serta menumbuh kembangkan nilai-nilai yang terkandung didalam olahraga tersebut. Olahraga dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan untuk menutupi kekurangan serta meningkatkan kepribadian yang baik sesuai dengan tujuan olahraga yaitu menjadikan manusia sehat jasmani dan rohani.

Dalam UU NO. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 13 menyebutkan bahwa “olahraga prestasi adalah olahragawan membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Berkaitan dengan hal tersebut dapat diketahui bahwa peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangatlah penting, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan dibidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan. Untuk memperoleh tingkat kesehatan dan kebugaran yang baik,

maka dapat diperoleh dengan olahraga sejak dini melalui pendidikan formal maupun non-formal.

Salah satu olahraga tersebut adalah olahraga *softball*. *Softball* adalah permainan gerak cepat yang menyenangkan, olahraga ini mengutamakan kecepatan, ketangkasan, dan tentunya kesehatan juga. *Softball* adalah permainan yang termasuk dalam kelompok permainan bola pukul searah, permainan ini dapat juga dikategorikan sebagai permainan bola kecil dan olahraga permainan beregu. Permainan *softball* pertama kali diciptakan oleh George Hanks (Amerika Serikat) dan dimainkan pertama kali di Chicago. Permainan *softball* mulai dikenal di Asia ketika diadakannya kejuaraan di Manila di Filipina pada tahun 1968, Sedangkan untuk pertama kalinya *softball* masuk di Indonesia dalam acara pertandingan pada PON ke VII di Surabaya pada tahun 1969. Permainan ini dimainkan pada sebuah lapangan berbentuk sektor yang pada bagian dalam sektor dibuat berbentuk segi empat, pada setiap sudut ditempatkan base untuk dihinggap, dengan pemain setiap regu adalah 9 orang dengan lama permainan 7 *inning*, yaitu jika setiap regu telah memperoleh giliran memukul 7 kali dan menjaga 7 kali juga. Pada olahraga *softball* ini terdapat beberapa teknik dasar yaitu: teknik memukul (*batting*), teknik melempar (*throwing*), teknik menangkap (*catch*).

Lemparan bola atau melempar bola (*throwing*) merupakan keterampilan yang harus dimiliki setiap para pemain *softball*, teknik melempar ini juga perlu dipelajari dengan seksama. Hal ini karena pelari *base* dan bola juga harus menempuh jarak yang lebih pendek. Tipe lemparan yang digunakan oleh masing-masing pemain bervariasi menurut situasi dan kondisi. (*Throwing*) merupakan

unsur penting dalam mematikan *runner*, sehingga tidak menghasilkan point buat team lawan. Lemparan(*throwing*)merupakan serangan terhadap regu yang berjaga, lemparan seorang penjaga *base* akan menentukan apakah *runner* tersebut mati(*out*) atau berhasil mencapai *base* (*save*).

Untuk mendapatkan hasil lemparan pada permainan *softball* tentu diperlukan teknik yang baik, kondisi fisik yang baik, taktik dan juga mental yang baik pula. Salah satu penunjang hasil lemparan itu tentu dihasilkan olehkondisi fisik salah satunya kekuatan otot lengan. Kekuatan otot lengan otot merupakan suatu organ atau alat yang memungkinkan tangan dapat bergerak, dengan kemampuan otot lengan atlet dapat melakukan kemampuan lemparan yang maksimal kearah target.

Untuk dapat melempar bola (*throwing*) kearah target, disamping menguasai teknik dasar gerakan yang benar juga di perlukan kekuatan otot lengan yang disebut kemampuan otot dalam melakukan atau melaksanakan kekuatan dengan waktu yang *relative* cepat dalam waktu yang sesingkat mungkin untuk memberikan momentum yang paling sempurna pada anggota tubuh atau suatu objek, karena pada saat melempar seorang atlet membutuhkan *power* dan juga membuthkan kecepatan untuk melakukan ayunan tangan. Ayunan tangan tersebut dihasilkan oleh kekuatan otot lengan.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan di *CLUB* DARMAYUDHA kota Pekanbaru, terlihat bahwa kemampuan lemparan atlet masih kurang baik, hal ini terlihat pada saat atlet melakukan lemparan atas antar *base*, hasil lemparan atas masih kurang maksimal, saat melempar bola, lemparan

tidak jauh, ayunan tangan masih terlihat lambat, karena tidak adanya kecepatan dan kekuatan saat bola dilemparkan, kurangnya koordinasi mata dan tangan sehingga bola sering tidak tepat sasaran.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Pekanbaru. Dengan judul: “**Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Hasil Lemparan Atas Pada Olahraga *Softball Club* Darma Yudha Kota Pekanbaru**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang maka peneliti dapat mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai tersebut:

1. Apakah terdapat kontribusi teknik otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Pekanbaru?
2. Apakah terdapat kontribusi kondisi fisik otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Pekanbaru?
3. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Pekanbaru?
4. Apakah terdapat kontribusi kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Pekanbaru?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dalam penelitian ini, terbatasnya waktu penelitian, terbatasnya ketersediaan dana penelitian dan kemampuan peneliti yang terbatas, maka peneliti membatasi penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah

terdapat kontribusi kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Kota Pekanbaru?

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas maka rumusan masalahnya adalah “Apakah terdapat kontribusi kekuatan otot lengan berkontribusi terhadap hasil lemparan atas di *club* Darma Yudha Kota Pekanbaru.”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan pokok dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui “Apakah terdapat kontribusi kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan atas pada olahraga *softball club* Darma Yudha Kota Pekanbaru.”

F. Manfaat Penelitian

Setelah selesai penelitian ini nantinya dapat berguna bagi seluruh pihak berkepentingan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi atlet: dapat menambah pengalaman bagi atlet dalam mempelajari teknik melempar dan pengukuran kondisi fisik terutama kekuatan otot lengan bahu.
2. Bagi pelatih (pembina / guru): dapat mempermudah dalam mengetahui atlet yang berpotensi dalam teknik melempar.
3. Bagi fakultas: diharapkan penelitian ini dapat berguna sebagai penambah khasanah ilmu pengetahuan olahraga bagi mahasiswa lain tentang olahraga *softball* dan pengukuran kondisi fisik.
4. Bagi penelitian selanjutnya: dapat di jadikan sebagai bahan perbandingan dan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

5. Bagi penulis: untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu (S1) pada program pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di FKIP Universitas Islam Riau.

