**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Prestasi olahraga sesuatu hal yang selalu menjadi tantangan, dan tidak habis-habisnya untuk dijadikan persoalan sepanjang masa.Seirama dengan ilmu pengetahuan dan teknologi, sesuai pengertian ini maka usaha yang dilakukan pada hakekatnya berdasarkan pada ilmu pengetahuan adalah usaha yang diperoleh atas dasar metode ilmiah, yaitu prosedur mengetahui sesuatu dengan langkah-langkah sistematis, metodologi prosedur melalui penelitian.

Salah satu cabang olahraga perorangan yang kurang peminatnya danperlu penyelidikan secara tajam adalah nomor lari pada cabang olahraga atletik.Lari merupakan bagian pada cabang olahraga atletik yang bertujuan melakukan jangkauan lari yang cepat.Walaupun demikian, nomor lari sprint telah diupayakan untuk mencari bibit yang berbakat untuk dikembangkan melalui sekolah-sekolah.

Berkaitan dengan hal di atas, dihubungkan dengan pembinaan usia dini, maka pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman, belum memperlihatkan hasil yang optimal. Dari hasil pengamatan dalam beberapa tahun terakhir baik perlombaan antar kelas maupun antar sekolah se Kabupaten polman ditemukan, bahwa kemampuan lari 600 meter pada beberapa murid masih bervariasi.

Dari hasil pengamatan dan observasi itu dapat diprediksi, bahwa kemungkinan kekuatan tungkai, kecepatan lari dan panjang tungkai merupakan komponen fisik yang dianggap mempengaruhi hasil kemapuan lari 60 meter pada murid tersebut, selain dari pada penguasaan keterampilan lari 60 meter itu sendiri.

Untuk memperoleh prestasi maksimal, ada beberapa faktor penting yang menjadi pendukung pencapaian prestasi tersebut. Salah satu faktor penting yang harus selalu menjadi perhatian bagi para pelatih dan pembina olahraga adalah kemamapuan komponen kondisi fisik..

Dalam pelaksanaan lari sprint terdiri dari tiga tahap yaitu star, lari dan finish. Star sebagai langkah awal adalah hal yang sangat beresiko, sebab bila seorang mengalami sebuah kesalahan atau terlambat maka hasil yang dicapai akan lebih buruk. Demikian juga disaat lari, akan sangat berpengaruh sampai pada finish. Oleh karena itu daya ledak tungkai, tinggi badan, keseimbangan, dan kekuatan otot perutakan memberikan pengaruh yang positif bagi pelari untuk memperoleh kecepatan maksimal.Namun bagi pelari sprint sangatlah dibutuhkan kondisi fisik yang baikagar mampu dengan cepat. Dengan mengkoordinasikan

antara, daya ledak tungkai, tinggi badan, keseimbangan, dan kekuatan otot perut, maka hasil yang diperoleh lebih baik.

Berbagai hal yang dapat menyebabkan tidak optimalnya kecepatan lari sprinter diantaranya adalah: star, ritme langkah yang kurang tepat akan mengkibatkan kurangnya kecepatan awalan, koordinasi yang kurang tepat akan mengakibatkan kurang tepatnya kaki untuk melangkah, kurang berani mengacungkan kaki ke depan dan pada saat melakukan finish.

Pada saat finish faktor keseimbangan sangat dibutuhkan, namun yang terjadi terkadang siswa kurang memperhatikan keseimbangan mereka sehingga pada saat finish mereka ada yang terjatuh. Disamping itu dengan ditopang adanya komponen fisik kecepatan sebagai tenaga yang harus dimiliki bagi setiap sprinter untuk mencapai waktu yang singkat.

Dari kenyataan yang ada olahraga ini mudah dilakukan namun dilihat dari prestasi siswa sangat minim, terbukti dari pengalaman dan pengamatan yang dijumpai memperlihatkan bahwa cabang olahraga atletik di nomor sprint kurang memperlihatkan bibit-bibit atlet prestasi yang mengembirakan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka tepatlah penulis untuk mengangkat, dan membahas penelitian lebih lanjut mengenai lari 60 meter, dengan judul tesis “**Pengaruh kekuatan tungkai, kecepatan lari, dan panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman**”

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh langsung kekuatan tungkai terhadap panjang tungkai pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
2. Apakah ada pengaruh langsung kecepatan lari terhadap panjang tungkai pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
3. Apakah ada pengaruh langsungkekuatan tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
4. Apakah ada pengaruh langsung kecepatan lari terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
5. Apakah ada pengaruh langsung panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
6. Apakah ada pengaruh tidak langsung kekuatan tungkai melalui panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
7. Apakah ada pengaruh tidak langsung kecepatan lari melalui panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman?
8. **Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini, sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kekuatan tungkai terhadap panjang tungkai pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kecepatan lari terhadap panjang tungkai pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kekuatan tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
4. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kecepatan lari terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
5. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
6. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh tidak langsung kekuatan tungkai melalui panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
7. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh tidak langsung kecepatan lari melalui panjang tungkai terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
8. **Manfaat Penelitian**

Apabila hasil yang diperoleh dalam penelitian ini cukup terandalkan, maka kegunaan yang dapat diperoleh dari pemecahan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Memberikan sumbangan informasi ilmiah untuk meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kekuatan Tungkai, Kecepatan Lari, dan Panjang Tungkai Terhadap kemampuan lari 60 meter pada murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten Polman.
2. Kepada Pembina olahraga diharapkan dapat menjadi pedoman dalam penentuan, pemilihan atlet-atlet atletik yang akan dipersiapkan dan dibina untuk mengembangkan prestasi yang lebih tinggi.
3. Sebagai informasi bagi dinas terkait agar dapat memberikan informasi kepada pihak-pihak terkait sehingga dapat tercipta prestasi di daerah dinas masing-masing.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Bedasarkan analisis data dengan perhitungan statistik dan hasil pengujian hipotesis serta dari pembahasan, maka hasil penelitian ini disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara Kekuatan tungkai terhadap panjang tungkai Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.
2. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara Kecepatan lari terhadap panjang tungkai Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.
3. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara Kekuatan tungkai terhadap Kemampuan lari 60 meter pada Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman
4. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara Kecepatan lari terhadap Kemampuan lari 60 meter pada Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.
5. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara Panjang tungkai terhadap Kemampuan lari 60 meter Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.
6. Ada pengaruh tidk langsung yang signifikan antara kekuatan tungkai melalui Panjang tungkai terhadap Kemampuan lari 60 meter Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.
7. Ada pengaruh langsung yang signifikan antara kecepatan lari melalui panjang tungkai terhadap Kemampuan lari 60 meter Murid SD Negeri 001 Polewali Kabupaten polman.

**B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Pelatih dan Pembina olahraga, agar di dalam memilih atlet lari yang ingin dikembangkan harus memperhatikan unsur kekuatan tungkai,kecepatan dan panjangtungkai sebagai penunjang dalam melakukan lari.

2. Bagi atlet, untuk meraih prestasi yang baik dalam lari memerlukan kerja keras dan latihan yang kontinyu dan berkaitan dengan teknik dasar lari .ilmu yang berguna sebagai bahan masukan.