

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang Masalah**

Lompat tinggi merupakan salah satu cabang olahraga atletik yang menuntut keterampilan teknis, kekuatan fisik, serta daya ledak otot, terutama pada bagian tungkai. Teknik lompat tinggi gaya straddle merupakan salah satu teknik yang sering diajarkan di tingkat sekolah dasar karena teknik ini menekankan pada koordinasi gerak serta kekuatan otot tungkai yang optimal (Harsono, 2016). Dalam teknik ini, pelompat diharuskan untuk menghasilkan tolakan kuat dan terarah agar mampu melewati mistar dengan ketinggian maksimal.

Dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah dasar, keterampilan lompat tinggi tidak hanya berfungsi untuk mendukung pencapaian prestasi olahraga, tetapi juga berperan sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan motorik dasar, kekuatan fisik, serta koordinasi gerak siswa (Rahayu, 2019).

Berdasarkan hasil observasi serta pengamatan awal peneliti 16 November 2024 pada siswa kelas V SD Negeri 69 Banda Aceh, ditemukan bahwa sebagian siswa belum mampu melakukan lompatan dengan baik. Perbedaan kemampuan siswa dalam melaksanakan lompat tinggi gaya straddle menunjukkan adanya permasalahan yang perlu diperhatikan. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi perbedaan tersebut adalah power otot tungkai. Power otot tungkai yang kurang optimal akan menyebabkan tolakan yang lemah, sehingga ketinggian lompatan siswa tidak maksimal.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti terhadap lompat tinggi siswa, ditemukan adanya perbedaan yang cukup mencolok dalam hasil lompatan yang

dicapai oleh masing-masing siswa. Sebagian siswa menunjukkan kemampuan lompat tinggi yang baik, sedangkan sebagian lainnya belum mencapai hasil yang optimal. Perbedaan ini menunjukkan bahwa kemampuan lompat tinggi tidak semata-mata ditentukan oleh teknik saja, melainkan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya. Salah satu faktor utama yang diduga memengaruhi perbedaan tersebut adalah kekuatan dan daya ledak otot tungkai, yang berperan penting dalam menghasilkan tolakan yang kuat saat melakukan lompatan. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada hubungan antara power otot tungkai dengan hasil lompat tinggi gaya straddle pada siswa kelas V SD Negeri 69 Banda Aceh.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Penelitian ini dilaksanakan atas dasar masih rendahnya kemampuan Sebagian siswa dalam melakukan lompat tinggi Gaya *Straddle* di SD Negeri 69 Kota Banda Aceh dan minimnya pemahaman tentang power otot tungkai dikalangan siswa, sehingga kajian ini memfokuskan pada apakah terdapat hubungan power otot tungkai dengan hasil lompat tinggi gaya Straddle pada siswa SD Negeri 69 Kota Banda Aceh

### **1.3 Rumusan Masalah**

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas maka rumusan masalah yang akan menjadi fokus penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara power otot tungkai dengan hasil lompat tinggi Gaya *Straddle* pada siswa kelas V SDN 69 Banda Aceh.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan Permasalahan yang dirumuskan di atas maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan power otot tungkai terhadap hasil lompatan lompat tinggi gaya straddle pada siswa kelas V SD Negeri 69 Kota Banda Aceh.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian dilakukan agar memberikan manfaat baik yang bersifat pengembangan ilmu pengetahuan, dan terkait dengan hubungan power otot tungkai terhadap hasil lompat tinggi meningkat pada siswa putra kelas V SD Negeri 69 Kota Banda Aceh, agar dapat dijadikan sebagai salah satu bahan rujukan bagi peneliti yang akan mengadakan penelitian selanjutnya.

##### 1.5.2 Manfaat Praktis

Selain itu, hasil kajian ini juga berguna secara praktis bagi beberapa pihak tertentu, seperti siswa agar terus meningkatkan kemampuan lompat tinggi. Bagi sekolah khususnya guru Penjas kajian ini juga bisa dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk mengetahui selama ini sudah sejauh mana para siswa memiliki hubungan daya ledak otot tungkai dan kemampuan lompat tinggi sehingga dimasa mendatang dapat ditingkatkan.

#### **1.6 Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah penafsiran terhadap judul yang penulis uraikan dalam penelitian ini, maka perlu definisi operasional sebagai berikut:

- Power otot tungkai merupakan kemampuan otot-otot pada bagian bawah tubuh, terutama paha dan betis, menghasilkan kekuatan secara eksplosif dalam waktu singkat. Dalam penelitian ini, Power otot tungkai diukur dengan menggunakan tes Vertical Jump, yaitu kemampuan siswa untuk melompat secara vertikal dari posisi diam. Hasil pengukuran dinyatakan dalam satuan sentimeter (cm), yang menunjukkan tinggi lompatan vertikal yang dicapai oleh siswa. Semakin tinggi hasil lompatan vertikal, maka semakin besar power otot tungkai yang dimiliki.
- Hasil lompat tinggi gaya *straddle* merupakan kemampuan siswa dalam melakukan lompatan melewati mistar dengan menggunakan teknik *straddle*, yaitu teknik lompat tinggi dengan posisi tubuh menghadap mistar dan salah satu kaki melewati mistar terlebih dahulu diikuti oleh kaki lainnya serta badan mengikuti gerakan tersebut. Nilai hasil lompat tinggi diukur berdasarkan ketinggian mistar maksimal yang berhasil dilewati oleh subjek, dan dinyatakan dalam satuan sentimeter (cm).
- Hubungan antara power otot tungkai dan gaya *straddle*: Hubungan ini diukur dengan mengkorelasikan tingkat power otot tungkai siswa dengan skor hasil lompat tinggi gaya *straddle*. Analisis ini dilakukan untuk menemukan apakah ada korelasi yang signifikan antara power otot tungkai dan hasil lompat tinggi gaya *straddle* siswa di SD Negeri 69 Banda Aceh.