

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Atletik merupakan cabang olahraga tertua di dunia dan sering disebut jugainduk dari semua cabang olahraga. Hal ini disebabkan karena gerakan atletik sudah tercermin pada manusia purba. Secara tidak langsung gerakannya sudah mereka lakukan pada kehidupan sehari-hari yaitu seperti dalam mempertahankan hidup, mengembangkan hidup, dan dalam usaha menyelamatkan diri dari suatu gangguan. Dalam atletik terdapat nomor olahraga yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar.

Selama ini pada nomor lompat, khususnya dalam pembelajaran lompat jauh di SDN Tegalsari 03 Semarang, KBM dirasa kurangmaksimal karena guru bidang studi mengajar dengan pendekatan konvensional,yaitu dengan metode ceramah. Lompat jauh gaya jongkok merupakan salah satu gaya lompat jauh yang diajarkan bagi siswa sekolah dasar. Jika dibandingkan dengan gaya lainnya, lompat jauh gaya jongkok lebih sederhana daripada gaya yang lain, sehingga gaya jongkok lebih awal diajarkan bagi siswa sekolah sebelum mempelajari gaya lainnya. Lompat jauh gaya jongkok bagi siswa sekolah dasar perlu diupayakan oleh guru. Seorang guru penjasorkes dituntut untuk mampu menciptakan kondisi belajar yang baik. Pembelajaran yang diberikan kepada siswa harus dapat membangkitkan motivasi belajar siswa dengan memberikan bentuk-bentuk

pembelajaran yang menyenangkan. Banyaknya model pembelajaran atletik yang mengharuskan seorang guru penjas untuk selalu mengikuti perkembangan dan kemajuan model-model pembelajaran termasuk untuk nomor cabang olahraga atletik.

Salah satu nomor dari atletik yaitu lompat jauh. Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas, ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang diudara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya (Edy Purnomo, 2007: 93). Oleh sebab itu pembinaan atlet lompat jauh harus memperhatikan beberapa faktor yang secara potensial ikut berperan dalam pencapaian prestasi lompat jauh.

Hasil pembelajaran penjasorkes khususnya atletik pada materi lompat jauh di SDN Tegalsari 03 masih rendah. Hasil yang rendah tersebut dikarenakan rendahnya motivasi khususnya pembelajaran lompat jauh. Siswa merasa bahwa pembelajaran lompat jauh yang diberikan guru tidak menarik untuk dilakukan. Tanpa adanya pemberian motivasi dari guru penjasorkes mustahil para siswa akan dapat melakukan dengan sungguh-sungguh karena lompat jauh ini kegiatan yang monoton dan gerak yang itu-itu saja, sehingga dibutuhkan motivasi yang tinggi dari guru itu sendiri. Di samping rendahnya motivasi juga adanya beberapa fasilitas yang masih sangat kurang seperti media untuk pembelajaran lompat jauh, yang pada umumnya fasilitas ini dikalahkan dengan peralatan yang lain guna

menunjang materi akademis, sehingga media belajar bagi siswa yang diperuntukkan untuk menunjang kegiatan olahraga sangat kurang bahkan terkesan seadanya.

Permasalahan yang ada ditambah dengan kurangnya metode pembelajaran yang disampaikan guru terhadap murid, sehingga murid menjadi bosan untuk melakukan apa yang diinstruksikan dari guru itu sendiri. Akibat dari permasalahan yang ada mengakibatkan nilai yang dicapai oleh para siswa rendah atau tidak tuntas menurut batas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu untuk lompat jauh 67.

Untuk mendorong agar siswa memperoleh nilai yang baik perlu ada pembenahan terhadap proses pembelajaran yaitu dengan diadakannya remedi/perbaikan. Proses pembelajaran yang diharapkan untuk meningkatkan nilai hasil belajar siswa perlu pemberian motivasi terhadap siswa. Motivasi ini penting agar siswa mau melakukan kegiatan pembelajaran dengan semangat tanpa ada beban sehingga siswa akan dengan senang hati mengikuti proses belajar pada kegiatan lompat jauh sebagaimana kegiatan yang lain.

Memberikan motivasi terhadap siswa tidak cukup hanya dengan dorongan semangat tanpa pembenahan sarana dan prasarana yang dibutuhkan oleh guru dan siswa di dalam pelaksanaan pembelajaran. Peningkatan kapasitas guru di dalam mengajar juga sangat penting, karena guru harus memberikan inovasi tersendiri terhadap pembelajaran lompat jauh yang semula tidak disukai oleh siswanya agar siswa menjadi mau dan

mampu mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru dengan senang hati sehingga diharapkan hasil belajar akan meningkat sebagaimana yang diharapkan.

Berdasarkan observasi peneliti, siswa kurang menyukai olahraga atletik karena dianggap menjenuhkan dan tidak ada unsur permainan, siswa lebih menyukai olahraga yang ada unsur permainan seperti bolavoli, sepakbola, ataupun kasti. Peningkatan kapasitas guru terhadap pembelajaran lompat jauh harus selalu diasah dengan cara guru banyak menimba ilmu tentang pembelajaran yang akan disampaikan kepada siswanya. Gerakan lompat jauh dari dulu hingga sekarang masih monoton sehingga perlu dikembangkan dengan proses bermain sebagaimana olahraga permainan, sehingga siswa akan merasa senang dan tidak jenuh, lompat jauh tidak hanya disajikan dengan cara yang sama dan berulang-ulang tanpa ada sentuhan permainan yang mampu membuat siswa tertarik terhadap gerakan lompat jauh.

Salah satu metode pembelajaran yang diterapkan yaitu bermain lompat tali. Menurut Bayu Surya (2010:3) lompat tali dikenal dengan istilah *jump rope*. *Jump rope* adalah suatu aktivitas yang menggunakan tali dengan kedua ujung tali dipegang dengan kedua tangan lalu diayunkan melewati kepala sampai kaki sambil melompatinya.

Melalui permainan, anak dapat memiliki pengalaman sukses dan berprestasi. Di samping itu, beberapa tujuan sosial dapat dicapai melalui

permainan, seperti keterampilan sosial, menerima aturan dan pemahaman yang lebih baik pada dirinya dalam situasi kompetitif dan kooperatif.

Banyak manfaat yang diperoleh dalam pembelajaran penjas melalui bentuk permainan. Konsepsi pembelajaran atletik termasuk lompat jauh gaya jongkok dalam bentuk permainan dapat mengembangkan aspek-aspek yang terdapat dalam diri peserta didik. Yudha M. Saputra (2001: 46) menyatakan, “Aspek yang dapat dikembangkan dari pembelajaran atletik dengan model bermain yaitu mencakup aspek fisik, motorik, sosial, emosional, kepribadian, kognisi, keterampilan olahraga dan lain sebagainya”. Untuk mencapai hasil belajar yang optimal, maka guru penjas harus mampu memberikan model-model permainan lompat jauh. Model-model pembelajaran lompat jauh ini dapat digunakan berbagai macam alat bantu, misalnya, tali, ban bekas, kardus, bilah bambu, *box* (kotak), dan lain sebagainya.

Dari berbagai model pendekatan pembelajaran yang dipakai yang tepat untuk pembelajaran lompat jauh adalah lompat rintangan dengan media tali karena dapat meningkatkan nalar siswa untuk menerima pelajaran dan sekaligus mengapresiasi pembelajaran yang dilakukan.

Membelajarkan lompat jauh gaya jongkok dengan model permainan merupakan strategi dalam pembelajaran. Namun pada kenyataannya masih jarang para guru penjas menerapkannya. Pada umumnya para guru penjas lebih cenderung membelajarkan lompat jauh gaya jongkok secara konvensional. Jika dalam pembelajaran berorientasi pada penguasaan teknik

lompat jauh gaya jongkok, pembelajaran secara konvensional lebih tepat diberikan, namun aspek-aspek yang terdapat dalam peserta didik tidak dapat berkembang semua. Lain halnya pembelajaran dengan model permainan semua aspek yang terdapat dalam peserta didik dapat berkembang, termasuk *skill* atau keterampilan.

Memberikan model pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan peserta didik adalah sangat penting. Model pembelajaran permainan merupakan strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan perkembangan dan pertumbuhan peserta didik. Namun dari model pembelajaran permainan yang diberikan belum tentu peserta didik memahami keterkaitannya dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu kemampuan lompat jauh gaya jongkok. Untuk mengetahui sejauhmana penalaran siswa terhadap model pembelajaran permainan lompat jauh, maka perlu dikaji dan diteliti melalui penelitian.

Pada umumnya pembelajaran lompat jauh di Sekolah Dasar (SD) jarang sekali diberikan model pembelajaran permainan. Jarang atau bahkan tidak pernah diajarkannya pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan model permainan disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya adalah guru penjasnya tidak mengikuti perkembangan dan kemajuan pembelajaran penjas, guru penjas kurang kreatif dan inovatif, kurangnya sarana pembelajaran dan lain sebagainya.

Kurangnya pengetahuan guru penjas, sehingga dalam membelajarkan lompat jauh gaya jongkok monoton. Dengan hal ini maka kaidah-kaidah

dalam pendidikan jasmani tidak berkembang, sehingga berdampak buruk terhadap peserta didik. Rusli Lutan (2004: 32) menyatakan: Pendidikan jasmani adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Masih banyak di sekolah-sekolah dalam membelajarkan pendidikan jasmani termasuk cabang olahraga atletik belum menerapkan model permainan. Seharusnya dalam melaksanakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok disesuaikan dengan kondisi siswa. Siswa usia sekolah dasar pada umumnya senang dengan bermain. Oleh karena itu, dalam membelajarkan lompat jauh gaya jongkok dapat dikemas dengan bentuk bermain. Dengan membelajarkan lompat jauh gaya jongkok dengan model bermain, guru penjas dapat memberikan masukan kepada peserta didik keterkaitannya dengan lompat jauh gaya jongkok.

Berkaitan dengan lompat jauh, Yudha M. Saputra (2001: 36) berpendapat, “Lompat jauh adalah keterampilan gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan ke depan sejauh mungkin. Untuk memperoleh hasil yang maksimal, pelompat dapat melakukannya dengan berbagai gaya salah satunya gaya jongkok”.

Kegiatan pembelajaran atletik pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang bernuansa permainan menyediakan pengalaman gerak yang komplit, yang akan membangkitkan motivasi pada siswa untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran (Yudha M. Saputra, 2001: 9). Permainan yang dilaksanakan pada penelitian ini adalah dalam bentuk melompat rintangan dengan media tali. Bagi siswa sekolah dasar permainan merupakan kegiatan yang menarik dan menyenangkan. Sehingga bentuk permainan akan dapat meningkatkan gairah dan motivasi siswa untuk menguasai teknik yang diberikan. Pembelajaran ini harus dirancang secara sederhana. Dengan aturan-aturan yang dapat dipahami anak dapat bermain dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat dicapai.

Hasil pengamatan lain adalah masih banyak guru penjasorkes dalam proses pembelajaran belum mempertimbangkan aspek peserta didik secara maksimal. Pendekatan pembelajaran konvensional masih banyak diterapkan dalam membelajarkan pendidikan jasmani di SD. Guru penjasorkes belum mengikuti perkembangan dan kemajuan model-model pembelajaran. Masih banyak sekolah yang mengesampingkan prasarana dan sarana pendidikan jasmani, sehingga tujuan pendidikan jasmani tidak tercapai. Hal senada dikemukakan Yoyo Bahagia dkk., (2000: 34) bahwa, “Untuk tujuan analisis gerak pada lompat jauh harus memperimbangkan secara konsisten empat fase yaitu awalan (*run up*), tolakan kaki (*take off*), melayang di udara (*flight*) dan pendaratan (*landing*)”.

Atas dasar permasalahan tersebut di atas penulis ingin meneliti “Metode Bermain lompat Rintangan Dengan Media Tali Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun 2017”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Motivasi belajar peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran lompat jauh di siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang masih rendah.
2. Media pembelajaran lompat jauh di siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang sangat kurang.
3. Sarana dan prasarana di kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang kurang memadai.
4. Masih kurangnya metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru dalam pembelajaran lompat jauh.
5. Masih rendahnya nilai yang dicapai oleh siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang khususnya pada materi lompat jauh.
6. Belum diketahui peningkatan pembelajaran lompat jauh melalui bermain lompat rintangan dengan media tali siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun Ajaran 2017.

1.3 Batasan Masalah

Pembatasan masalah adalah usaha untuk menetapkan batasan-batasandari masalah yang akan diteliti. Maka peneliti memberikan batasan-batasanpermasalahan untuk menghindari penafsiran-penafsiran yang berbeda sehinggaruang lingkup dari penelitian ini lebih jelas. Berdasarkan uraian di atas, makapeneliti membatasi masalah pada upaya peningkatan pembelajaran lompat jauhmelalui bermain lompat rintangan dengan media tali siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun Ajaran 2017.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan alasan memilih judul tersebut, maka permasalahan yang dimunculkan adalah sebagai berikut: “Apakah metode bermain lompat rintangan dengan media tali dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas V SDN Tegalsari 03Semarang tahun 2017.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bermain lompat rintangan dengan media tali terhadap peningkatan hasil lompat jauh siswa kelas V di SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun 2017.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Secara teoritis

Secara umum hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada pembelajaran penjas khususnya yang berkaitan dengan peningkatan pembelajaran lompat jauh.

1.6.2 Secara praktis

Secara praktis dapat meningkatkan pemberdayaan metode ini agar kemampuan siswa lebih baik. Sebagai referensi dalam melaksanakan proses pembelajaran dan menjadi bahan masukan dalam mengambil keputusan tentang pembelajaran atau perbaikan pembelajaran.

