

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar yang menumbuhkan, mengembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran penghayatan nilai-nilai ( sikap, mental, emosional, spritual, dan sosial ), serta pembiasaan hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup perkembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional, sosial, dan spritual. Pendidikan jasmani diajarkan dari tingkat Sekolah Dasar ( SD ), Sekolah Menengah Pertama ( SMP ), Sekolah Menengah Atas (

SMA ), Sekolah Menengah Kejuruan ( SMK ), bahkan sampai di perguruan tinggi.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan di sekolah-sekolah adalah cabang olahraga atletik.

Atletik merupakan salah satu materi pokok pendidikan jasmani yang terdapat dikurikulum yang wajib diajarkan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Ada beberapa nomor – nomor atletik yang diajarkan yaitu meliputi jalan, lari, lompat, lempar dan tolak.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak. Pengertian dari lompat jauh adalah melakukan suatu bentuk gerakan lompatan dengan tujuan untuk menghasilkan lompatan yang sejauh – jauhnya. Gerakan lompat jauh meliputi dari beberapa tahap, tahap dasarnya yaitu tahap awalan, tumpuan (tolakan), posisi saat melayang diudara, dan posisi saat mendarat di bak lompat jauh. Dalam posisi badan di udara pada lompat jauh terdapat tiga macam gaya yang dapat dipakai yaitu : lompat jauh gaya jongkok, lompat jauh gaya berjalan diudara, dan lompat jauh gaya menggantung.

Berdasarkan ketiga gaya yang disebut diatas, penelitian ini akan mengkaji dan meneliti tentang lompat jauh dengan menggunakan gaya jongkok. Gaya ini dikatakan demikian karena pelompat jauh yang menggunakan gaya ini ketika sedang berada di udara seperti orang yang sedang duduk (jongkok). Gaya ini

selalu di ajarkan di sekolah karena umumnya gaya ini mudah di pelajari oleh siswa.

Sekolah Menengah Pertama merupakan tingkat pendidikan yang dapat digunakan untuk mengembangkan pertumbuhan fisik dan kemampuan gerak siswa. Pada masa ini pembinaan kemampuan gerak siswa dapat di mulai siswa.

Siswa Sekolah Menengah Pertama masih aktif dalam aktifitas bermain, sebagian waktunya digunakan untuk bermain. Sifat bermain merupakan bawan biologis dalam perkembangan motorik anak. Melalui bermain anak – anak dapat merasakan kesenangan dan kepuasan, bahkan dapat juga menimbulkan rasa saling menghargai sesama teman.

Berdasarkan karakteristik siswa Sekolah Menengah Pertama tersebut, maka pembelajaran lompat jauh di Sekolah Menengah Pertama harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang pendidik bahwa siswa Sekolah Menengah Pertama mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajran lompat jauh hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan. Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk – bentuk pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Seorang pengajar harus mampu menerapkan pendekatan yang baik dan tepat kepada siswa, karena pendekatan pembelajaran yang tepat akan menimbulkan respon yang baik dari siswa, siswa akan mudah menerima materi pembelajaran dan hasilnya juga akan memuaskan.

Salah satu pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dari siswa Sekolah Menengah Pertama adalah dengan melalui pendekatan bermain. Sebab dunia anak lebih dekat dengan situasi bermain dari pada yang serius, didalam pembelajaran disajikan banyak variasi – variasi agar siswa – siswi tidak mudah jenuh dan bosan dalam kegiatan pembelajaran, siswa mudah kali jenuh dan bosan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran yang hanya monoton saja.

Pendekatan bermain adalah salah satu cara belajar yang dalam pelaksanaannya dilakukan melalui bentuk permainan. Dalam pendekatan bermain siswa diberi kebebasan untuk mengekspresikan kemampuannya terhadap tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan cara bermain diharapkan siswa dapat memiliki kreativitas dan inisiatif untuk memecahkan masalah yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui bermain dikembangkan juga unsur kompetitif, sehingga siswa saling berlomba menunjukkan kemampuannya.

Berdasarkan uraian pendekatan pembelajaran bermain yang telah diungkapkan diatas menggambarkan bahwa, pendekatan bermain merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lompat jauh. Namun pencapaian hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran saja, masih ada faktor lain seperti kemampuan fisik siswa, motivasi, sarana dan prasarana yang ada dan lain sebagainya.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMP Negeri 2 Hampan Perak pada saat jam pelajaran penjas, pokok bahasan lompat jauh, terlihat siswa kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Dari hasil wawancara

dengan guru bidang studi penjas di SMP Negeri 2 Hamparan Perak, Dra. Loide Hasibuan mengatakan bahwa siswa tidak bisa melakukan dengan benar dan tepat gerakan dasar lompat jauh gaya jongkok yaitu awalan, tolakan, sikap badan di udara dan sikap mendarat dengan baik. Dan siswa dalam mata pelajaran lompat jauh gaya jongkok masih kurang memenuhi standart Kriteria Ketuntasan Maksimum (KKM) yang ditentukan oleh sekolah. Nilai standar KKM 75 sedangkan dari 26 siswa yang ada hanya 38% ( siswa yang lulus standar KKM sebanyak 10 orang sedangkan yang tidak lulus 16 orang ), jadi guru belum berhasil dalam melaksanakan proses pembelajaran pada materi lompat jauh.

Dari hasil observasi, Penulis melihat kurang tepatnya guru dalam menentukan metode atau gaya mengajar dan pendekatan mengajar kepada siswa serta, kurangnya pemanfaatan media yang ada di lingkungan sekolah sehingga hasil belajar lompat jauh yang di peroleh siswa kurang maksimal, siswa kurang paham dan termotivasi dan kurang senang untuk belajar pelajaran penjas mengenai lompat jauh gaya jongkok.

Selama ini proses pembelajaran pendidikan jasmani sekolah pada umumnya guru mata pelajaran pendidikan jasmani cenderung menggunakan gaya mengajar yang kurang tepat. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya variasi dalam gaya mengajar, sehingga mengakibatkan proses belajar mengajar tidak dapat di kuasai oleh peserta didik dalam memahami materi penjas, khususnya mengenai lompat jauh, siswa kurang termotivasi untuk mempelajarinya, kurang mengerti dan tidak merespon aktif, karena dalam penyampaian yang dilakukan selama ini tidak tepat membuat materi ini tidak menarik untuk dibahas, sehingga siswa malas

untuk mempelajarinya. Hal ini jelas tidak sesuai dengan tujuan pembelajaran penjas yang di harapkan yaitu menghendaki adanya pemahaman penjas mengenai lompat jauh pada materi pembelajaran berikutnya.

Banyak faktor pendukung yang di perlukan untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani antara lain: faktor guru sebagai penyampai informasi pelajaran dengan baik dan jelas serta muda di mengerti siswa, siswa sebagai penerima informasi yang di sampaikan oleh guru dapat menerima pelajaran dengan baik dan benar serta aktif dalam peroses pembelajaran, sarana prasarana yang di butuhkan dalam proses pembelajaran lengkap, dan juga metode pembelajaran yang tepat digunakan guru dalam proses belajar mengajar Seiring dengan perkembangan zaman, guru semakin tepat dalam memilih metode mengajar, strategi mengajar dan pendekatan-pendekatan mengajar kepada siswa, yang bertujuan untuk memudahkan siswa dalam menerima informasi dari guru. Dan guru yang mulai bisa memanfaatkan media belajar dalam proses belajar, sehingga anak benar-benar menikmati suasana belajar yang menyenangkan dan gembira sehingga tingkat keterlibatan dan intensitas gerak dasar dapat di optimalkan.

Tetapi kenyataan yang dijumpai di lapangan, pada sekolah SMP Negeri 2 Hampan Perak masih kurangnya pendekatan belajar yang digunakan dalam proses pembelajaran serta pemanfaatan media yang digunakan oleh guru dalam pembelajaran lompat jauh, sehingga proses belajar mengajar pendidikan jasmani tidak terlaksana dengan baik. Disekolah SMP Negeri 2 Hampan Perak yang terdiri dari beberapa tingkat umur, antara 12 sampai 14 tahun yang dominan

memiliki karakter yang lebih senang terhadap kegiatan bermain itu, terlihat pada saat siswa sedang melakukan jam istirahat, mereka terlihat begitu gembira melakukan serangkaian kegiatan melalui bermain untuk memuaskan hasrat Bergeraknya.

Upaya untuk mengatasi permasalahan dalam pencapaian hasil belajar lompat jauh tersebut, maka peneliti mencoba untuk menerapkan pendekatan bermain. Pendekatan bermain merupakan salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appornate Practice* (DAP) yang artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Melalui pendekatan bermain ini para siswa diajak belajar dengan suasana hati yang gembira sehingga siswa merasa tidak dalam kondisi belajar tetapi seolah-olah para siswa berada dalam kondisi bermain yang sengaja diciptakan suasana pembelajaran dalam bentuk yang menyenangkan tanpa mengabaikan materi pokok dari lompat jauh gaya jongkok.

Yoyo Bahagia, dkk (2005;57), mengemukakan bahwa “Untuk bermain atletik tidak dikenal batas usia, Sekolah Dasar sampai dengan Perguruan Tinggi, permainan atletik haruslah merupakan pilihan terbaik untuk proses pembelajarannya, yang membedakan hanyalah jenis permainan, berat rintangan, suatu permainan dilihat dari lamanya bermain, bobot permainan, serta kemampuan pemahaman anak untuk melakukannya.

Model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan bermain merupakan strategi yang baik dalam proses pembelajaran. Hingga dengan

demikian akan dapat memberikan hasil yang lebih cepat dalam pencapaian tujuan yang diharapkan. Dalam hal ini peneliti akan meneliti aktifitas siswa dengan pendekatan bermain, karna menurut peneliti aktifitas ini tidak akan terlalu sulit untuk melakukannya dan tidak memerlukan biaya yang mahal aktifitas permainan akan dibuat sedemikian rupa sehingga cocok dimainkan oleh anak SMP kelas VII sehingga mampu meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

Dalam model pembelajaran pendekatan bermain ini anak tidak hanya belajar dan duduk mendengarkan guru memberikan materi, tetapi siswa terlibat langsung didalam berbagai pelajaran yang membawa pada aktifitas tertentu dengan hasrat bergerak, semua potensi yang ada disekitarnya atau lingkungannya dioptimalkan sehingga anak benar-benar menikmati suasana belajar yang menyenangkan dan gembira sehingga hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dapat ditingkatkan

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian sebagai upaya dalam mengatasi permasalahan diatas dengan judul “ Penigkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Hamparn Perak Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2014 / 2015 ”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- 1) Penerapan model pendekatan yang dilakukan guru pada mata pelajaran penjas pokok bahasan lompat jauh gaya jongkok kurang menarik sehingga siswa malas dan bosan dalam pembelajaran.
- 2) Dalam penyampaian materi pelajaran penjas pokok bahasan lompat jauh gaya jongkok tidak sesuai dengan kemampuan siswa sehingga siswa tidak mengerti dengan baik gerakan-gerakan dasar lompat jauh gaya jongkok.
- 3) Masih rendahnya nilai belajar siswa terutama pada pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok pada siswa kelas VII-3 SMP Negeri 2 Hamparan Perak Tahun Ajaran 2014 / 2015.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari penjelasan latar belakang masalah dengan identifikasi masalah maka peneliti perlu pembatasan masalah, adapun masalah yang akan diteliti adalah “Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Bermain yang terdiri dari Lari memindahkan kotak, Lompat tali, Lompat lingkaran dan Lompat kotak Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2014/2015”.

### **D. Rumusan Masalah**

Dalam perumusan masalah penulis membuat rumusan spesifikasi terhadap hakikat masalah yang diteliti. Perumusan masalah dalam penelitian ini, dijabarkan kedalam point pertanyaan sebagai berikut: “Apakah pendekatan bermain lari

memindahkan kotak, lompat tali, lompat lingkaran dan lompat kotak dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang, Tahun Ajaran 2014 / 2015 ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah disampaikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan bermain yang terdiri dari lari memindahkan kotak, lompat tali, lompat lingkaran dan lompat kotak pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang, Tahun Ajaran 2014 / 2015”.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Bagi guru pendidikan jasmani, dapat dijadikan pedoman untuk menentukan dan memilih pendekatan pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh untuk siswa.
2. Bagi siswa, dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh serta mendukung pencapaian prestasi lompat jauh.
3. Bagi lembaga pendidikan sebagai bahan masukan, saran, dan informasi terhadap sekolah, instansi, lembaga pendidikan untuk mengembangkan strategi belajar mengajar yang tepat dalam rangka meningkatkan kualitas

proses dan kualitas hasil belajar siswa maupun lulusan dalam pencapaian hasil yang optimal.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY