

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang menuntut siswa lebih banyak berbuat dalam arti melakukan gerak, mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Dalam usaha pencapaian tujuan belajar perlu diciptakan adanya sistem lingkungan (kondisi) belajar yang lebih kondusif. Proses pembelajaran dikatakan efektif apabila seluruh siswa terlibat secara aktif baik mental, fisik, maupun sosial. Oleh karena itu, guru dikatakan sebagai penggerak proses pembelajaran dan fasilitator belajar siswa yang diharapkan mampu memantau tingkat perkembangan hasil belajar siswa.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana dalam olahraga atletik khususnya nomor lompat jauh, teknik dasar adalah modal utama yang harus dimiliki seorang siswa/atlet. Selain itu juga perlu didukung oleh berbagai teknik lompatan, baik itu metode, gaya, pendekatan, bermain, maupun tata cara dalam belajar dan mengajar yang banyak dirancang untuk meningkatkan hasil belajar siswa dengan baik. Lompat jauh merupakan salah satu

nomor yang tergabung dalam cabang olahraga atletik yang memiliki unsur kecepatan, kekuatan, kelenturan, dan keseimbangan.

Olahraga atletik disebut juga sebagai induk atau ibu dari semua cabang olahraga (*Mother of Sport*), meskipun ungkapan ini hanya atas dasar pandangan akal sehat semata, tetapi kenyataan yang ada menunjukkan bahwa olahraga atletik memiliki berbagai bentuk gerak yang tergolong lengkap, di dalamnya terdapat gerak dasar yang dijumpai pada beberapa cabang olahraga lainnya.

Lompat jauh merupakan salah satu materi pelajaran yang diajarkan di sekolah. Melompat termasuk dalam cabang olahraga atletik yaitu suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas-depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dengan awalan jalan, berlari melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh mungkin serta membutuhkan keseimbangan pada saat mendarat.

Pada materi lompat jauh gaya jongkok urutan gerakannya adalah awalan atau anjang-ancang, tumpuan atau tolakan, melayang di udara, dan mendarat di bak pasir. Awalan pada lompat jauh berfungsi untuk mendapatkan kecepatan yang setinggi-tingginya sebelum mencapai balok tolakan. Sebelum melakukan tolakan awalan harus selalu dapat bertumpu pada balok tumpuan atau tolakan. Tumpuan atau tolakan kaki harus kuat agar dapat dicapai tinggi lompatan yang cukup tanpa kehilangan kecepatan maju. Sikap badan melayang di udara merupakan sikap setelah kaki tolak menolak/menumpu pada balok tumpuan, badan terangkat cepat sehingga melayang di udara bersamaan dengan ayunan kedua lengan ke depan

atas, dan mendarat dengan dua kaki dengan posisi badan condong ke depan gaya jongkok.

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar adalah bagaimana seorang guru menyampaikan materi yang diajarkan kepada siswa. Metode atau gaya mengajar adalah upaya guru dalam memberikan rangsangan, bimbingan pengarahannya, dan dorongan kepada siswa agar terjadi proses pembelajaran yang efektif dan efisien. Bila guru menggunakan metode yang tepat dalam proses pembelajarannya tentu itu akan menarik minat serta perhatian siswa terhadap pembelajaran tersebut, dan siswa mulai menaruh minat dalam pembelajaran tersebut maka siswa akan lebih mudah memahami dan mengerti tentang pembelajaran tersebut.

Selain metode dan gaya mengajar, media juga mempengaruhi hasil belajar, sebab media juga memiliki peranan penting dalam proses belajar mengajar, karena media merupakan alat bantu untuk mempermudah dan memperlancar proses komunikasi antara pendidik dan anak didik. Keberhasilan suatu pembelajaran tidak hanya tergantung pada siswa saja, tetapi juga peran guru. Siswa dan guru harus berperan aktif dalam pembelajaran. Guru dituntut untuk mengondisikan kelas dan memilih metode pembelajaran dengan tepat agar prestasi belajar siswa dapat meningkat. Harapan yang tidak pernah sirna dari seorang guru adalah bagaimana agar bahan pelajaran yang disampaikan dapat diterima anak didik dengan baik.

Dari pengamatan dan hasil observasi serta wawancara saya kepada guru pendidikan jasmani Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang, bahwa masih banyak siswa yang nilainya tidak mencapai KKM hal ini

disebabkan hasil belajar yang tidak maksimal, contohnya pada proses pelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok, ditemukan masih ada siswa yang belum memahami cara melakukan teknik bertumpu sesuai dengan proses yang sebenarnya, sehingga hasil yang diharapkan tidak memuaskan, contohnya pada saat melakukan awalan siswa belum dapat mengatur langkah kaki dengan baik, kebanyakan siswa pada saat mendekati balok tumpuan memperlambat lari sehinggah hasil tolakan tidak maksimal, posisi badan yang tidak tepat siswa lebih cenderung condong kedepan pada waktu bertumpu, cara menapakkan kaki pada balok tumpuan tidak tepat pada balok tumpuan/melewatin balok tumpuan serta keseimbangan yang tidak stabil pada saat mendarat sehinggah pada saat mendarat mereka sering terjatuh kebelakang dan titik mendaratnya pun menjadi lebih dekat dengan balok tumpuan.

Dari hasil nilai sub materi lompat jauh gaya jongkok terlihat bahwa nilai harian kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang, pada semester genap tahun ajaran 2015/2016, dari 32 siswa yang ada dikelas XI IPA-2 masih banyak yang belum mencapai nilai 80 sesuai dengan KKM individu yang ditetapkan oleh sekolah, Dari 32 siswa kelas XI IPA-2 ternyata sebagian besar siswa (20 orang siswa atau 62,5%) memiliki nilai dibawah nilai KKM (80) dan 12 orang siswa (37,5%) memiliki nilai diatas nilai KKM (80). Ini menunjukkan bahwa kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam pada sub materi lompat jauh gaya jongkok belum dapat dikatakan tuntas. Rendahnya Hasil belajar ini kemungkinan disebabkan oleh banyak hal diantaranya kurangnya pengarahan dan pembinaan dalam melakukan gerakan Lompat Jauh Gaya Jongkok, Salah satu permasalahannya adalah guru penjas dalam melakukan proses

pembelajaran lompat jauh menerapkan pendekatan yang kurang tepat, guru lebih dominan mengajar dengan pendekatan teknik sehingga proses pembelajaran seperti kegiatan melatih dimana dalam proses pembelajarannya Guru hanya memberikan contoh kepada siswa lalu siswa melakukan dan dilakukan hingga waktu pelajaran usai, terlihat bahwa guru belum melakukan pembelajaran dengan baik, dimana tidak adanya proses tanya jawab antara guru dengan siswa atau siswa dengan siswa, dan dalam observasi juga saya melihat kurangnya guru melakukan variasi pembelajaran atau memodifikasi alat untuk kemudahan pembelajaran sebagai media mempermudah penyampaian pembelajaran sehingga pembelajaran yang tidak baik ini berdampak pada siswa jadi merasa cepat bosan dan mereka pun akhirnya memiliki nilai yang tidak maksimal

Dalam penyampaian materi menerapkan pembelajaran secara konvensional, masih kurangnya kreatifitas guru dalam mengatasi keterbatasan fasilitas dan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani sehingga pembelajaran dirasa apa adanya. Pembelajaran yang diadakan disekolah ini hanya sesuai dengan materi, tanpa ada pendekatan dengan sistem yang terstruktur yang membuat siswa merasa tertarik dengan pelajaran ini. Guru juga tidak memberikan siswa waktu berdiskusi dengan teman-teman mereka dalam pemecahan masalah pada materi tersebut. Tanpa disadari dampak dari semua itu akan mempengaruhi kecerdasan berfikir serta berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani dan penguasaan keterampilan gerak peserta didik yang semestinya dapat dikembangkan sesuai dengan perkembangan gerak sebagaimana mestinya. Dengan demikian, kemampuan peserta didik tidak dapat berkembang secara

optimal, dan nantinya tidak dapat optimal juga dalam memberikan kontribusi bibit-bibit atlet berprestasi yang dapat dikembangkan pada pembinaan prestasi olahraga untuk kedepannya. kurangnya penggunaan media pembelajaran disekolah juga sangat berpengaruh terhadap hasil belajar lompat jauh, dimana pada materi lompat jauh gaya jongkok sering didapati kesalahan pada saat melakukan awalan serta saat bertumpu, serta langkah-langkah lompat jauh kurang dimengerti oleh siswa.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut di atas, diperkenalkan strategi pembelajaran yang berguna untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh secara optimal. Dengan diberlakukannya Kurikulum 2013 yaitu melalui pendekatan Saintifik dimana melalui pendekatan ini, siswa lebih kreatif, dapat memecahkan masalah materi pembelajaran yang berlangsung sehingga pembelajaran tidak monoton. Kurikulum 2013 di sekolah menuntut siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran, sedangkan guru hanya sebagai fasilitator dalam pembelajaran. Siswa dituntut untuk mencari tahu tentang pembelajaran tersebut. Setelah mempelajari materi pembelajaran di sekolah, setiap siswa harus mempraktekkan ilmu yang diterima di sekolah pada saat pembelajaran berlangsung maupun melalui media elektronik seperti, internet, TV dan lain sebagainya di tengah-tengah masyarakat sehingga siswa lebih memahami materi yang dipelajarinya.

Untuk itu setiap pelajaran selalu dikaitkan dengan manfaatnya. Salah satunya adalah dengan menerapkan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan yang sesuai. Menggunakan pendekatan Saintifik metode pembelajaran yang bersifat membentuk suatu kelompok belajar untuk mempermudah suatu

proses kegiatan belajar mengajar. Dimana suatu kelompok belajar itu adalah dengan cara : mengamati, menanya, mencoba, mengolah informasi, mengomunikasikan. Disamping itu, masing-masing kelompok harus mampu memecahkan masalah yang diberikan guru melalui lembar kerja siswa, dengan penerapan pendekatan Saintifik diharapkan siswa dapat memahami dan melakukan rangkaian teknik dasar Lompat jauh dengan benar dan sesuai dengan penerapan pendekatan saintifik, siswa diharapkan dapat berpikir kritis, logis dan kreatif dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi saat proses pembelajaran,terkhusus pada mata pelajaran pendidikan jasmani tentang materi cabang Atletik yaitu Lompat jauh agar siswa mampu melakukan proses pelaksanaan materi Lompat jauh dengan baik dan benar.

Selain menggunakan pendekatan serta strategi pembelajaran yang tepat,Guru sebagai fasilitator sangat perlu menggunakan media pembelajaran dengan harapan didapatkan hasil belajar yang lebih baik. Maka peneliti tertarik untuk memberikan bentuk pembelajaran dengan menggunakan media rintangan. Adapun media rintangan yang peneliti gunakan adalah (1) menggunakan tangga ketangkasan (*Ladder agility*) sebagai lintasan untuk berlari siswa yang jaraknya disesuaikan, siswa berlari sesuai kolom dengan secepat mungkin dengan tujuan untuk melatih kecepatan berlari siswa, ini dilakukan secara berkelompok. Jika sudah melakukan sesuai alokasi waktu yang diberikan maka siswa beralih ke rintangan berikutnya. (2) Menggunakan media pipa yang di bentuk seperti gawang kecildengan ketinggian 50 cm disusun dan berjarak 5 meter antara pipa yang satu dengan yang lain, dimana siswa berlari melompati pipa tersebut menolak dengan

satu kaki, dengan tujuan untuk melatih bagaimana cara menapakkan kaki di balok tumpuan dan siapak badan diudara, setelah siswa melakukan rintangan kedua sesuai alokasi waktu yang diberikan maka beralih ke rintangan berikutnya.(3) Menggunakan media *fiberglass* yang berbeda beda warnasebagai acuan siswa untuk mendarat (*telemark*), *fiberglass* di letakkan dengan jarak 3 meter,4 meter dan 5 meter dari tempat tumpuan untuk menolak. Lalu siswa berlari dan melompat sejauhny sesuai dengan jarak acuan yang sesuai dengan kemampuannya, dengan tujuan melatih kecermatan sehingnah kedua kaki mampu mendarat dengan baik serta memberikan kemampuan menerka tingkat keterampilan yang dimiliki siswa. setelah siswa melakukan rintangan kedua sesuai alokasi waktu yang diberikan makasiswa beralih ke lapangan lompat jauh untuk melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, upaya memanipulasi lingkungan sekitarnya membangkitkan daya tarik bagi siswa, dengan tujuan memperkenalkan pola gerak dasar dominan siswa, membentuk nilai karakter siswa, yaitu kerjasama, disiplin, sportifitas, menghargai teman, percaya diri dan sebagainya, belajar dengan riang dan gembira serta berpartisipasi dalam bergerak. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Penerapan Pendekatan Saintifik Menggunakan Media Rintangan Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas XI MAN Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2016/2017**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan yang akan diidentifikasi adalah:

1. Kurangnya guru dalam memberikan variasi pembelajaran.
2. Penggunaan media dalam proses belajar mengajar mempengaruhi hasil belajar.
3. Penguasaan teknik lompat jauh gaya jongkok masih rendah.
4. Siswa belum mampu melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok dengan baik.
5. Kejenuhan siswa saat proses pembelajaran mempengaruhi hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
6. Guru belum mencoba menerapkan dan mengaplikasikan penggunaan media rintangan pada siswa untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, sebenarnya banyak masalah yang harus datasi, namun mempertimbangkan kemampuan peneliti maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada “Penerapan pendekatan seintifik menggunakan media rintangan pada siswa untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas XI MAN Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2016/2017”.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah dengan penerapan pendekatan saintifik menggunakan media rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2016/2017?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan penerapan pendekatan saintifik menggunakan media rintangan pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2016/2017.

F. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya tujuan pembelajaran diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat seperti berikut:

1. Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
2. Untuk menambah wawasan dan meningkatkan minat siswa dalam belajar lompat jauh gaya jongkok.
3. Untuk menambah keingintahuan siswa mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok yang sebenarnya.
4. Memberikan informasi terhadap guru pendidikan jasmani tentang pendekatan Saintifik pada proses belajar mengajar

5. Sebagai masukan pada guru dan calon guru, untuk meningkatkan variasi penggunaan media rintangan pada materi lompat jauh gaya jongkok.
6. Bagi mahasiswa Universitas Negeri Medan, khususnya jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR), menjadi bahan informasi dalam ilmu pengetahuan dan langkah-langkah dalam meningkatkan kualitas belajar anak didik melalui pembelajaran yang berkualitas.