

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya, dimana pendidikan merupakan usaha agar manusia dapat mengembangkan potensi dirinya melalui proses pendidikan. Pendidikan dikatakan baik apabila pendidikan itu dapat memberi kesempatan berkembangnya semua aspek pribadi manusia atau dengan kata lain mampu merumuskan tujuan pendidikan yang berisikan pengembangan aspek pribadi manusia. Proses belajar itu terjadi pada diri setiap orang sepanjang hidupnya.

Proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya, oleh karena itu belajar dapat terjadi kapan dan dimana saja. Salah satu pertanda bahwa seseorang itu telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku pada diri orang itu yang mungkin disebabkan oleh terjadinya perubahan pada tingkat pengetahuan, keterampilan, atau sikapnya.

Hal ini sejalan dengan pengertian pendidikan. Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar yang menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia (SDM) peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Sesungguhnya pendidikan dan pembinaan jasmani merupakan bagian dari persiapan membentuk manusia seutuhnya, persiapan ini dilakukan melalui usaha pembinaan, keterampilan fisik dan dilaksanakan dalam bentuk interaksi belajar mengajar.

Aktivitas jasmani dan perkembangan fisik dilapangan Membantu anak untuk mengembangkan respek terhadap badannya, baik yang dimilikinya maupun milik orang lain, Mengembangkan pada anak kebiasaan aktif yang penting bagi perkembangan kesehatan dan menjadi landasan bagi gaya hidup sehat setelah dewasa dan pemahaman tentang aktivitas jasmani aerobik dan anerobik untuk meningkatkan kesehatan, Memberikan pengembangan kepercayaan diri, perkembangan kognitif, sosial, dan memberikan sumbangan bagi pengembangan keterampilan pendidikan yang fundamental pada anak, Merupakan satu-satunya kesempatan yang disediakan kepada semua anak apapun kemauannya, jenis kelamin, usia, budaya, agama atau latar belakang sosial mereka, dengan keterampilan, pengetahuan, pemahaman untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga sepanjang hayat, Memberikan bekal keterampilan dan pengetahuan untuk mengembangkan kemampuan profesional di kemudian hari dalam olahraga, aktivitas jasmani, rekreasi dan waktu senggang, yang semakin berkembang”.

Sekolah merupakan suatu tempat atau wadah pendidikan jasmani yang formal dimana mempunyai tugas menyelenggarakan pendidikan mental, intelektual dan khususnya dalam pembinaan kualitas fisik melalui program pendidikan jasmani. Dalam hal ini pelaksanaan proses belajar mengajar menjadi perhatian yang perlu diperhatikan, sehingga anak didik dan guru tidak membuang waktu dan tenaga. Kegagalan dari usaha pencapaian tujuan yang telah diprogramkan mungkin disebabkan kurangnya pengetahuan guru dalam hal mengajar atau ketidak mampuan memilih metode atau gaya mengajar yang akan

dipergunakan dan variasi pembelajaran yang diterapkan sehingga anak didik tidak mencapai hasil belajar yang maksimal seperti yang diharapkan. Karena gaya mengajar dan variasi pembelajaran sangat penting guna menunjang hasil belajar yang memuaskan. Kegiatan belajar mengajar dengan metode yang baik dan penggunaan variasi pembelajaran yang menarik merupakan suatu aktivitas yang membawa peserta didik pada suatu perubahan tingkah laku yang diinginkan. Mengajar adalah suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak, sehingga terjadi proses belajar.

Pengertian ini sangat sederhana untuk didengar akan tetapi bila pengertian ini ditelaah lebih dalam maka akan terlihat rumit dan begitu kompleksnya proses yang dituntut dalam mengelola pelajaran itu sendiri. Hal itu bisa dipahami karena membawa peserta didik kearah perubahan yang diinginkan, dan itu merupakan pekerjaan yang sulit. Pekerjaan ini membutuhkan suatu analisis yang tajam dan perencanaan yang mantap serta menerapkannya kepada peserta didik.

Dunia pendidikan juga erat kaitannya dengan perkembangan teknologi. Dimana ilmu teknologi sebagai wadah riset yang dapat menciptakan berbagai alat yang dapat dipergunakan dalam membantu proses penyampaian materi pembelajaran di sekolah. Perkembangan dan teknologi semakin mendorong upaya pembaharuan dalam pemanfaatan hasil teknologi dalam penyampaian materi pembelajaran di sekolah. Para guru dituntut agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah, dan tidak tertutup kemungkinan bahwa alat-alat tersebut sesuai dengan perkembangan dan tuntutan zaman. Guru sekurang-kurangnya dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun

sederhana dan bersahaja tetapi merupakan keharusan dalam upaya mencapai tujuan pengajaran yang diharapkan. Di samping mampu menggunakan alat-alat yang tersedia, guru juga dituntut untuk dapat mengembangkan keterampilan membuat media pembelajaran dan variasi pembelajaran yang akan digunakannya apabila media tersebut belum tersedia.

Secara umum, kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani (penjas) banyak menggunakan alat yang membantu berjalannya proses belajar mengajar, baik dalam berupa alat bantu dalam penyampaian materi lainnya, seperti media pembelajaran yang kita kenal selama ini. Alat bantu praktek yang kita gunakan atau kita kenal selama ini dapat berupa matras ataupun bola dan lain sebagainya yang melibatkan aktivitas fisik. Demikian pula penggunaan media pembelajaran, dimana media pembelajaran dapat digunakan baik dalam penyampaian materi di kelas maupun dilapangan (praktek) untuk menganalisis kecepatan, kekuatan dan ketangkasan dalam upaya untuk lompat jauh pada saat melakukan tolakan

Tugas guru yang pertama ialah mengajar, dimana guru berupaya untuk mengalihkan pengetahuan dan keterampilan melalui penyediaan seperangkat tugas-tugas mengajar sebagai sebuah pengalaman yang dialami para siswanya, dan guru harus mampu melakukan proses belajar mengajar didalam kelas atau lapangan dengan baik dan benar, memiliki rancangan pelaksanaan pembelajara (rpp) yang sesuai kurikulum dan mengajar tidak monoton. Namun kesemuanya itu tidak cukup untuk mencapai tujuan pendidikan yang bersifat menyeluruh. Guru juga berurusan dengan tugas pembinaan dan sekaligus pembentukan watak (karakter) yang erat kaitannya dengan sifat-sifat kepribadian. Pembinaan dan

pembentukan watak berlandaskan pada penguasaan dan pengalaman nilai-nilai yang dianggap luhur. Karena itu pendidikan jasmani berhadapan dengan tugas yang lebih utama yakni mendidik. Pengajaran dan pendidikan sama sekali tidak dapat dipisahkan.

Hasil wawancara penulis dengan guru bidang studi pendidikan jasmani (penjas) SMA Negeri 11 Medan mengatakan bahwa: “Siswa kelas X yang berjumlah 34 orang yang terdiri 22 putra dan 12 putri”, hanya ada 7 siswa yang baik dalam melakukan teknik lompat jauh. Kemudian 27 siswa yang lain yang tidak mampu melakukan teknik lompat jauh yang baik dan benar dalam hal saat fase tolakan, melayang dan mendarat. Pada fase tolakan Ada 17 siswa yang tidak mampu melakukan lompat jauh pada saat mencapai papan tolakan mengurangi kecepatan lari, dan fase melayang ada 5 siswa saat posisi melayang diudara siswa tersebut tidak membentuk gaya jongkok dan pada fase mendarat 5 siswa berikutnya saat mendarat kedua kaki tidak bertumpu dengan sempurna. Sehingga hasil belajar lompat jauh mereka kurang memuaskan dan tidak melewati standar kriteria ketuntasan minimal (KKM).

Siswa kurang konsentrasi dalam mengikuti proses belajar mengajar (PBM) yang sedang mereka ikuti, hal ini terlihat cara siswa melewati landasan pacu (biasanya dilapisi dengan permukaan karet yang sesuai atau papan dan sering disebut papan tolakan) dan melompat sejauh yang mereka dapat setelah melakukan tolakan. Guru Penjas tersebut juga memberikan beberapa kesempatan pengulangan untuk melakukan Lompat jauh kepada siswa-siswa tersebut.

Namun hasilnya masih kurang memuaskan, hal ini dikarenakan kurangnya kecepatan, kekuatan, keterampilan, koordinasi keseimbangan, konsentrasi dan penguasaan emosi. Masalah tersebut yang membuat siswa sulit dalam melakukan lompat jauh secara maksimal selain itu penyebab lainnya adalah seperti: apakah itu dikarenakan gaya mengajar yang monoton, penggunaan media pembelajaran yang kurang tepat, jam pelajaran yang singkat, materi yang terlalu sulit, variasi pembelajaran yang sedikit, atau hal-hal yang lain yang dialami siswa.

Guru seharusnya mampu membangun tiga aspek dalam belajar lompat jauh, seperti gaya jongkok, tegak dan berjalan di udara. Penggunaan gaya tersebut dimasukkan agar memperoleh lompatan yang sejauh-jauhnya. Yaitu meliputi tahap kognitif, asosiatif dan otomatisasi. Dimana tahap kognitif seharusnya guru mampu merangsang kognitif siswa. Untuk membantu anak, penyampaian informasi tentang tugas yang dipelajari harus jelas. Instruksi, demonstrasi, film, dan informasi lisan lainnya akan sangat berguna. Salah satu tujuan pengajarannya adalah guru merangsang siswa bagaimana melakukan lompat jauh dan aspek gerak yang mendukung terciptanya gerakan lompat jauh.

Kedua yaitu tahap asosiatif, dalam tahap ini, masalah-masalah pemahaman sudah terpecahkan, sehingga fokusnya berpindah pada pengorganisasian pola gerak yang lebih efektif. Pada fase ini siswa sudah paham dengan rangkaian gerakan lompat jauh. Kemudian pada fase otomatisasi, secara bertahap siswa memasuki tahap otonom, yang melibatkan perkembangan gerak otomatis. Artinya gerak tidak lagi dipikirkan dan bisa terjadi begitu ada rangsang. Ketika siswa

sering melakukan pembelajaran lompat jauh baik dalam pembelajaran maupun latihan diluar jam pelajaran akan menghasilkan fase otonom.

Pemasalahan didalam proses belajar mengajar pada saat saya melakukan observasi guru melakukan proses belajar mengajar dengan gaya mengajar dan variasi pembelajaran sangat minim dan monoton seperti siswa hanya diminta guru melakukan langsung dilintasan lompat jauh dan guru hanya mengajar dengan memerintah siswa untuk melakukan apa yang diminta guru, Guru hanya sedikit melakukan contoh lompat jauh dan tidak adanya variasi pembelajaran lompat jauh yang diberikan guru dan situasi ini membuat siswa tidak lagi merasakan ketertarikan atau rasa antusias yang tinggi terhadap pembelajaran tersebut. Walaupun hal tersebut tidak terjadi pada keseluruhan siswa namun dapat mengganggu kelancaran penyampaian penjelasan materi pembelajaran. Dengan kehilangan ketertarikan untuk memperhatikan ataupun mempelajari materi yang akan disampaikan oleh guru bidang studi tersebut otomatis hal ini akan membuyarkan konsentrasi siswa terhadap proses penyampaian materi pembelajaran yang akan disampaikan oleh guru bidang studi tersebut.

Oleh karena itu, untuk mengurangi kemungkinan terjadinya hal tersebut maka guru sebagai fasilitator haruslah memfasilitasi proses belajar mengajar yang berlangsung di kelas maupun dilapangan. Guru harus memilih dan merancang rencana pelaksanaan pembelajaran yang sesuai dengan sarana prasarana, model pembelajaran, variasi pembelajaran, media pembelajaran ataupun strategi pembelajaran, dan lainnya yang digunakan oleh guru. Menyadari hal tersebut, perlu adanya pembaharuan dalam pembelajaran yang memungkinkan siswa dapat

mempelajari penjas khususnya materi lompat jauh menjadi lebih mudah, lebih cepat dimengerti, lebih efektif, lebih menyenangkan, bahkan lebih bermakna.

Pemasalahan yang terjadi, maka penulis memilih solusi untuk mengatasi masalah tersebut adalah melalui metode pembelajaran gaya komando dan variasi pembelajaran. Karena menurut penulis dengan melalui metode gaya mengajar komando menjadikan siswa lebih teratur, terkordinasi, seragam dan semua perintah ada diguru jadi siswa mengikuti dan mencontohkan apa yang telah didemonstrasikan guru sehingga siswa langsung mencontohkan dan hasil belajar didapatkan siswa. Dan kemudian variasi pembelajaran dipilih penulis karena dengan variasi pembelajaran minat dan daya tarik siswa lebih bersemangat dan proses pembelajaran tidak monoton sehingga siswa lebih senang dan hasil pembelajaran lebih didapatkan oleh siswa, terutama masalah yang dialami oleh siswa dalam melakukan lompat jauh.

Metode pembelajaran komando merupakan pendekatan mengajar yang paling bergantung pada guru. Tujuannya adalah penampilan yang cermat. Guru menyiapkan semua aspek pengajaran dan ia sepenuhnya bertanggung jawab dan berinisiatif terhadap pengajaran dan memantau kemajuan besar dari perkembangan siswanya. Pada dasarnya gaya ini ditandai dengan penjelasan, demonstrasi, dan latihan. Lazimnya, gaya itu dimulai dengan penjelasan tentang teknik baku, dan kemudian siswa mencontoh dan melakukan berulang kali. Evaluasi dilakukan berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan. Siswa dibimbing ke suatu tujuan yang sama bagi terbuktinya efektif karena ilmu yang diperoleh oleh siswa akan terbukti, inilah peran guru dibutuhkan sepuasnya. Guru menyiapkan

semua aspek pengajaran yang mendukung dan yang efektif. Pembelajaran menggunakan metode komando ini akan menghasilkan *feed back* atau umpan balik kepada siswa. Dimana saat lompat jauh yang diperlihatkan oleh guru, siswa akan berfikir dan terus mengolah setiap yang dilihatnya di dalam otaknya.

Kemudian, Variasi pembelajaran yang bertujuan untuk membuat proses belajar mengajar tidak monoton dan tidak membosankan, ini juga dapat membantu guru selain metode komando karena dengan adanya variasi pembelajaran akan membuat siswa lebih bersemangat dan lebih terangsang untuk mendapatkan hasil yang sempurna dalam lompat jauh. Variasi pembelajaran dengan menggunakan media seperti media kardus bekas, ban bekas sepeda motor, tali dan membentuk siswa kedalam beberapa kelompok dan membuat kompetisi kecil untuk menunjang proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok siswa agar dapat meningkatkan hasil belajar, Mengapa alternative itu dipilih oleh peneliti, sebab variasi pembelajaran dengan media dapat dibentuk sedemikian rupa karena teksturnya yang lunak, sehingga siswa akan terhindar dari cidera.

Gaya mengajar dan variasi pembelajaran berjalan didalam proses belajar mengajar, dan dilakukan pengulangan akan membuat semakin paham dan akan tersimpan di memori siswa dan siswi dalam tempo yang lebih lama.

Berdasarkan dari hasil permasalahan diatas, sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat judul **“Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Gaya Mengajar Komando dan Variasi Pembelajaran Pada siswa Kelas X SMA Negeri 11 Medan Tahun Ajaran 2017/2018”**.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang telah diuraikan penulis di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan peserta didik tentang lompat jauh
2. Peserta didik hanya memperoleh sedikit kesempatan bagaimana melakukan lompat jauh dan berpikir lompat jauh sulit dilakukan
3. Peserta didik tidak paham dengan teknik – teknik lompat jauh
4. Peserta didik hanya sedikit yang senang dengan lompat jauh
5. Peserta didik kurang termotivasi dalam melakukan lompat jauh
6. Peserta didik kurang aktif dan serius dalam pembelajaran pendidikan jasmani
7. Guru pendidikan jasmani mengajar kaku dan dengan gaya mengajar apa adanya
8. Guru pendidikan jasmani membuat variasi pembelajaran yang monoton
9. Kurangnya sarana dan prasarana disekolah
10. proses belajar membosankan dikarenakan tidak kreatif dari guru menjadikan siswa tidak aktif

C. Pembatasan Masalah

Mengingat ruang lingkup masalah serta keterbatasan waktu, dana dan kemampuan penulisan maka penulis membatasi penelitian ini hanya membahas :

Peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui gaya mengajar komando dan variasi pembelajaran pada siswa Kelas X SMA Negeri 11 Medan Tahun Ajaran 2017/2018

D. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:
“Bagaimanakah peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui penggunaan gaya mengajar komando dan variasi pembelajaran pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Medan T.A. 2017/2018?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana penggunaan gaya mengajar komando dan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Medan T.A. 2017/2018.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas dapat diperoleh manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Masukan bagi mahasiswa FIK Unimed khususnya sebagai calon seorang guru olahraga dalam memilih gaya mengajar dan Variasi Pembelajaran yang tepat pada materi pelajaran lompat jauh
2. Bagi siswa, untuk menambah pengetahuan, wawasan dan menciptakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok lebih menyenangkan sehingga dapat meningkatkan minat siswa dan hasil belajar siswa.
3. Memberikan informasi kepada guru penjas SMA Negeri 11 Medan tentang “penggunaan metode komando dan variasi pembelajaran terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Medan T.A. 2017/2018”.

4. Membuat guru lebih kreatif dan bervariasi dalam proses pembelajaran melalui gaya mengajar komado dan variasi pembelajaran sederhana yang digunakan.
5. Masukan bagi siswa dalam mengembangkan potensi yang dimiliki didalam diri tentang lompat jauh gaya jongkok untuk menjadi atlit.

