

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Olahraga dan kesehatan sangat berperan penting untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Karena, gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni,

psikomotor, serta life skill. Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

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

Salah satu aktifitas fisik dalam program pendidikan jasmani yang telah cukup dikenal adalah kegiatan atletik. Salah satu bagian dalam olahraga atletik yang diajarkan di sekolah adalah lompat jauh. Lompat jauh merupakan salah satu nomor atletik yang bertujuan melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dari titik tertentu ke titik lainnya dengan cara berlari secepat-cepatnya, kemudian menolak, melayang di udara, dan mendarat. Seseorang yang akan melakukan lompatan, akan berlari sepanjang awalan dan melompat sejauh mungkin dengan memijak balok tumpuan kebahagiaan yang diisi pasir atau tanah. Jarak minimum dari papan ke tanda yang dibuat oleh atlit pada pasir diukur. Jika seseorang itu melakukan lompatannya dengan kaki yang menjadi awal tolakan melewati papan tumpuan, maka lompatan dianggap batal. Untuk itu, siswa perlu memahami dengan baik hakikat lompat jauh.

Keberhasilan proses belajar dan mengajar Pendidikan jasmani, khususnya nomor lompat jauh dapat diukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman, penguasaan materi, dan hasil belajar lompat jauh siswa. Semakin tinggi pemahaman dan penguasaan siswa terhadap materi lompat jauh, maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran yang dilaksanakan. Keberhasilan pembelajaran sangat dipengaruhi oleh penggunaan metode dan pola pengajaran yang tepat. Pendekatan bermain merupakan suatu alternatif yang sesuai untuk mencapai keberhasilan pembelajaran lompat jauh. Bermain memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi siswa dalam belajar lompat jauh, dengan itu diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Dengan melaksanakan proses pembelajaran lompat jauh melalui pendekatan bermain, diharapkan akan dapat memberikan suatu pembaharuan dalam proses pembelajaran serta memungkinkan siswa untuk menjadi lebih mudah, lebih cepat, lebih bermakna, lebih efektif, dan menyenangkan dalam mempelajari materi lompat jauh yang diberikan guru. Salah satu masalah yang sering terjadi dalam proses pembelajaran atletik terutama pada nomor lompat jauh adalah masih rendahnya hasil belajar lompat jauh siswa.

Kenyataan di lapangan guru pendidikan jasmani masih kurang memiliki variasi metode pembelajaran, guru pendidikan jasmani memberikan materi pembelajaran dengan cara-cara atau metode konvensional dengan berpatokan pada buku pelajaran. Guru pendidikan jasmani juga kurang baik dalam hal pengelolaan kelas pada saat melakukan pembelajaran, guru pendidikan jasmani di sekolah itu hanya menyuruh

siswa melakukan lompatan ke bak pasir saja. Sehingga siswa/i sangat jenuh pada saat melakukan pembelajaran tersebut.

Berdasarkan data hasil observasi di SMP Swasta Parulian 2 Medan. Hasil belajar lompat jauh siswa, ternyata masih banyak siswa yang kemampuannya masih sangat rendah. Hal ini sesuai dengan hasil pengamatan peneliti dalam proses pembelajaran lompat jauh pada siswa/siswi kelas VIII SMP Swasta Parulian 2 Medan pada tanggal 22 Februari 2016, ternyata masih banyak siswa yang kurang mengerti dan salah dalam melakukan teknik lompat jauh tersebut. Dari 33 siswa kelas VIII ternyata sebagian besar siswa (26 orang siswa atau 78,78%) memiliki nilai dibawah nilai KKM (75) dan 7 orang siswa (22,22%) memiliki nilai diatas nilai KKM (75). Kesalahan yang umum dilakukan siswa yaitu siswa sering melakukan kesalahan pada saat melakukan gerakan awal dalam melakukan ancap-ancap dan juga pada saat berlari, kecepatan berlari siswa tidak baik (kurang maksimal) sehingga kekuatan pada saat menolakkan badan kurang maksimal pula. Demikian juga posisi badan pada saat mendarat sering salah dilakukan, sehingga hasil lompatannya berkurang (jauhnya lompatan sangat pendek). Namun kesalahan yang paling sering dilakukan siswa adalah pada saat melakukan tolakan. Siswa sering melakukan gerakan-gerakan yang dapat mengurangi kuatnya tolakan mereka. Dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, siswa berlari dengan kencang, namun pada saat akan mendekati papan tolakan siswa/i tersebut memperpendek langkah mereka sehingga pada saat menolak tidak maksimal. Mereka hanya terfokus pada papan tolakannya. Tidak menjaga larinya agar tetap stabil hingga melakukan tolakan. Hal inilah yang membuat nilai hasil belajar siswa rendah. Kondisi ini juga disebabkan proses pembelajaran yang dilakukan guru selama ini masih kurang

mendukung terhadap peningkatan hasil belajar siswa. Selama ini guru tidak menggunakan pendekatan pembelajaran dan media pembelajaran yang tepat.

Menurut peneliti, perlu dicari solusi yang tepat dalam masalah ini, agar siswa lebih tertarik dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, terutama pada materi lompat jauh. Dalam hal ini salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut adalah dengan meningkatkan kualitas pembelajaran seperti melalui penerapan pembelajaran bermain. Melalui penerapan pembelajaran metode bermain pada proses pembelajaran atletik terutama pada materi lompat jauh diharapkan akan dapat berjalan lebih optimal. Hambatan dan rintangan yang terdapat pada proses pembelajaran selama ini dapat diatasi. Penggunaan metode ini akan membantu siswa dalam memahami teknik dasar lompat jauh karena dalam pembelajaran ini sangat ditonjolkan unsur kesenangan, siswa diajak untuk bermain dan sekaligus belajar memahami tehnik-tehnik dalam lompat jauh gaya jongkok. Keterangan-keterangan dari guru serta dibantu dengan saling bertukar pengalaman antar sesama siswa dalam pembelajaran dengan bermain sangat membantu jalannya proses pembelajaran yang dilakukan. Setelah itu dapat diukur hasil belajar siswa melalui serangkaian tes hasil belajar lompat jauh.

Dari latar belakang tersebut peneliti akan mengadakan penelitian mengenai **“Upaya meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Swasta Parulian 2 Medan Tahun Ajaran 2016/2017”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapatlah diidentifikasi permasalahan yang dihadapi, yaitu :

- a. Apakah pendekatan bermain dapat memperbaiki pembelajaran yang selama ini dilakukan, yaitu permainan dengan menggunakan metode yang umum dan berpatokan terhadap buku?
- b. Apakah pendekatan bermain dapat meningkatkan Pengelolaan kelas menjadi lebih baik dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok?
- c. Apakah pendekatan bermain dapat meningkatkan minat belajar siswa?
- d. Apakah pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa, terutama materi lompat jauh, khususnya gaya jongkok?
- e. Apakah pendekatan bermain dapat dijadikan solusi sebagai variasi pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar dan keinginan siswa untuk belajar lompat jauh gaya jongkok?

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat masalah yang akan diteliti cukup luas, maka ditentukan pembatasan masalah, yaitu: upaya meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Swasta Parulian 2 Medan Tahun Ajaran 2016/2017.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah : “Apakah melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII SMP Swasta Parulian 2 Medan Tahun Ajaran 2016/2017?”

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

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Swasta Parulian 2 Medan Tahun Ajaran 2016/2017.

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

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Memberi informasi bagi guru Pendidikan Jasmani untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran lompat jauh.
2. Sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti kembali dan melengkapinya demi mengurangi kelemahan dalam penelitian ini.
3. Sebagai bahan untuk menambah wawasan peneliti sebagai calon guru dalam memperoleh pengetahuan yang lebih spesifik dari cabang olahraga khususnya lompat jauh gaya jongkok.
4. Sebagai sumbangan dalam dunia pendidikan guna kemajuan pembelajaran pada umumnya dan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya.