

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Selain itu, Toto Subroto (2000 : 3)

Pendidikan berfungsi membantu peserta didik dalam pengembangan semua potensi, kecakapan serta karakteristik pribadinya kearah yang positif, baik bagi dirinya maupun lingkungannya, (Sukmadinata, 2004:30). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran yang penting dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang dilakukan secara sistematis.

Pendidikan jasmani yang baik harus mampu meningkatkan pengetahuan anak tentang prinsip-prinsip gerak. Pengetahuan tersebut akan membuat anak mampu mengetahui bagaimana keterampilan gerak dipelajari dari tingkatan yang paling mudah ke tingkatan yang lebih sulit. Dengan demikian, seluruh gerakan yang dipelajari tersebut dapat bermakna.

Atletik merupakan salah satu pokok bahasan materi penjas yang terdapat dalam standar kompetensi SMA kelas X, yang salah satu kompetensinya adalah

mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dari orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Materi yang dipelajari dikelas X adalah tolak peluru. Tolak peluru adalah salah satu cabang olahraga atletik yang diajarkan pada siswa kelas X. Sedikit sekali siswa yang bersemangat untuk mengikuti materi ini. Dikarenakan ada beberapa masalah yang mengganggu proses pembelajaran tersebut.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 14 Desember 2016, siswa banyak yang belum mencapai KKM untuk materi tolak peluru tersebut dikarenakan kurangnya siswa memahami tehnik dalam menolak dan kurangnya rasa keingintahuan siswa tersebut. Sehingga hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan kurang maksimal atau dikatakan belum mencapai target yang diinginkan yaitu berdasarkan KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu pada materi tolak peluru dengan nilai 75, sedangkan yang didapatkan siswa pada materi tolak peluru yang tuntas hanya 20% yaitu 8 orang, sedangkan yang tidak tuntas 80% yaitu 32 orang dari 40 objek.

21 orang siswa mengalami kesulitan pada indikator ke 3 yaitu saat cara menolak peluru (Pada saat kaki kanan mendarat dari gerakan meluncur, dan disusul dengan mendaratnya kaki kiri jauh di belakang, putar badan kearah kiri dengan cepat), 16 orang mengalami kesulitan pada indikator ke 2 yaitu sikap awalan (Kaki kiri secara rileks didepan dengan dengan posisi kaki lurus kedepan), 3 orang siswa mengalami kesulitan pada indikator ke 4 yaitu sikap badan setelah menolak (Kaki kanan digerakkan ke depan, hingga tumpuan bersamaan dengan

kaki kiri). Salah satu permasalahannya adalah kurang berkembangnya proses pembelajaran penjas di sekolah, terbatasnya sarana dan prasarana yang ada, baik kualitas maupun kuantitasnya. Berdasarkan amatan penulis, siswa kelas X di SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan belum mampu membedakan antara gerakan menolak dengan melempar. Dengan adanya variasi pembelajaran ini, siswa diharapkan mampu melakukan gerakan tolak peluru secara benar.

Penulis memilih SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan sebagai lokasi untuk penelitian dikarenakan penulis pernah menjadi guru PPL dan siswa SMA Negeri 2 memiliki prestasi yang cukup baik dibidang olahraga, selain itu siswanya pun menyukai pelajaran olahraga. Sedangkan alasan memilih materi tolak peluru dikarenakan hanya sebagian siswa saja yang bisa melakukan olahraga ini dengan alasan medianya terlalu berat. Selain itu sarana dan prasarana yang tidak memadai juga menjadi kendala dalam pembelajaran ini.

Guru penjas dalam melakukan proses pembelajaran tolak peluru belum menggunakan variasi-variasi pembelajaran, sehingga pembelajaran dirasa apa adanya dan terlalu monoton.

Guru memberikan pembelajaran hanya sesuai dengan materi, tanpa ada pemanasan permainan terlebih dahulu yang membuat siswa merasa kurang tertarik dengan pelajaran ini.

Guru memberikan tehnik meolak yang kurang mudah dipahami oleh siswa maka tanpa disadari dampak dari semua itu akan mempengaruhi 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.

Dari permasalahan-permasalahan tersebut diatas, maka dipandang penting adanya variasi pembelajaran penjas dengan memanfaatkan sarana baru yang dibuat oleh peneliti, sebagai wahana penciptaan pembelajaran penjas yang inovatif, untuk menjadikan pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan serta hasil yang dicapai pun diharapkan akan lebih baik daripada pembelajaran sebelumnya, yang sekaligus bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan peserta didik.

Variasi pembelajaran penjas merupakan salah satu upaya untuk menyelesaikan permasalahan dalam penjas yang ada di sekolah serta memberikan hal baru untuk para siswa agar mereka merasa tidak bosan. Dari hasil pengamatan selama ini, variasi pembelajaran penjas dapat membawa suasana pembelajaran yang inovatif, terciptanya pembelajaran yang menyenangkan dan dapat memotivasi peserta didik untuk lebih berpeluang dalam mengeksplorasi gerak secara bebas dan luas, sesuai dengan tingkat kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing siswa.

Berdasarkan uraian diatas membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Menyamping Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Perut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017 / 2018”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul antara lain:

1. Sarana dan prasarana di sekolah tersebut belum lengkap semuanya.
2. Guru tidak menerapkan secara optimal terhadap kreativitas dalam membawakan pelajaran pendidikan jasmani terutama ketika membawa materi tolak peluru.
3. Pembelajaran tidak bervariasi sehingga pembelajaran tersebut terkesan kurang menarik.
4. Kurangnya kerjasama terhadap interaksi atau umpan balik (*feed back*) antara guru dengan siswa sehingga pembelajaran kurang efektif.
5. Hasil belajar rendah dan masih banyak belum memenuhi standart KKM.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijelaskan maka dalam peneletian ini perlu adanya batasan masalah yaitu: “Variasi pembelajaran menolak tanpa alat, melewati atas tali, memasuki lingkaran. memasukan kedalam kardus pada materi tolak peluru siswa kelas X SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017/2018”

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah yang dikemukakan diatas maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah : Apakah penerapan variasi pembelajaran tolak peluru tanpa alat, melewati atas tali, memasuki lingkaran, memasukkan kedalam kardus dapat meningkatkan hasil belajar Tolak peluru Gaya

Menyamping pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017/2018 ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar Tolak peluru Gaya Menyamping melalui variasi pembelajaran pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017/2018.

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi siswa diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar dan dapat membuat merasa senang terhadap mata pelajaran penjas khususnya materi tentang tolak peluru dengan adanya variasi pembelajaran.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru dalam proses pembelajaran khususnya pada materi tolak peluru.
3. Sebagai sumbangan pemikiran bagi sekolah guna memperbaiki pelajaran khususnya pelajaran pendidikan jasmani.
4. Bagi peneliti sendiri agar dapat mengembangkan ilmu dan keterampilan lebih baik lagi dengan variasi pembelajaran dalam proses pembelajaran tolak peluru gaya menyamping.
5. Sebagai bahan bacaan yang berguna bagi mahasiswa UNIMED khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan yang ingin melaksanakan karya akhir menggunakan variasi pembelajaran.