

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang tak dapat dipisahkan dengan kurikulum, yang bertujuan agar siswa menjadi terampil dalam melakukan aktifitas fisik dan meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Upaya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran siswa harus terus menerus dilakukan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Perubahan paradigma pendidikan yang sedang berlangsung saat ini secara sinergi yang dimulai dari pihak pemerintah sebagai pemegang otoritas kebijakan yang diteruskan pada sekolah sebagai ujung tombak operasional pendidikan. Selanjutnya perlu didukung oleh kepedulian dari setiap unsur yang terkait dalam pelaksanaan pendidikan.

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.

Kamus besar Indonesia (dalam Sagala 2009:2) Pendidikan ialah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Salah satu faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah faktor

guru, secara umum kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani melibatkan aktivitas fisik. Demikian pula dalam pembelajaran lompat jangkit, salah satu faktor keberhasilan guru dalam menyampaikan materi dengan penggunaan media dalam mengajar. Agar tercapai tujuan tersebut guru dituntut untuk kreatif dan inovatif dalam kegiatan pembelajaran, baik dalam penggunaan media maupun dalam strategi dan pendekatan pembelajaran itu sendiri. Dengan strategi dan pendekatan pembelajaran yang tepat, guru akan dapat menciptakan suasana belajar yang bermakna dan menyenangkan bagi siswa.

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani yang wajib diberikan kepada siswa dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA). Salah satu nomor atau cabang yang dipelajari dalam Atletik adalah nomor lompat, nomor lompat termasuk pada keterampilan gerak asikliss (*acyclic motion*). Perbedaan yang paling mencolok dari semua nomor-nomor lompat adalah fase melayang di udara (*flight phase*). Nomor-nomor lompat dalam atletik adalah : 1. Lompat jauh, 2. Lompat jangkit, 3. Loncat tinggi, 4. Lompat tinggi galah.

Lompat jangkit merupakan salah satu nomor yang tergabung dalam cabang olahraga atletik yang memerlukan keterampilan berjingkat, melangkah dan melompat, sehingga membutuhkan keseimbangan kekuatan dari kedua kaki. Muchamad Djumidar (2004:79) mengemukakan bahwa dengan mempelajari gerakan lompat jangkit diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan fisik maupun psikis. Kemampuan fisik yang diharapkan adalah : meningkatkan Kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelincahan, kelentukan, keterampilan.

Dari segi tehnik seorang pelompat harus mampu membentuk, mengubah dan mengkoordinasikan momentum serta mampu menguasai efisiensi dalam mengejar jarak. Perlunya suatu cara yang tepat dalam meningkatkan hasil lompat jangkit siswa karena pelaksanaannya bukan melalui pengajaran didalam kelas yang bersifat kajian teoritis namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual

Tugas guru harus mengajarkan materi dengan baik agar siswa dapat menerima pelajaran dengan baik, khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Seorang guru juga harus memahami teknik yang sebenarnya dengan baik. Pelaksanaan utama yang berkaitan dengan kegiatan dalam hal ini adalah guru. Guru perlu merubah sikap dan pola pembelajaran yang dilakukan karena terbukti bahwa kegiatan belajar yang berlangsung selama ini belum mampu menghasilkan proses pembelajaran yang berkualitas dan menghasilkan siswa yang berprestasi maksimal. Guru selama ini lebih mengutamakan kegiatan pembelajaran yang berorientasi kognitif, dan sering meninggalkan peran lain seperti efektif maupun perkembangan psikomotor siswa sehingga perubahan kedewasaan siswa telah mengikuti rangkaian pembelajaran menjadi kurang maksimal.

Keberhasilan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, khususnya nomor lompat jangkit dapat diukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman penguasaan materi dan hasil belajar lompat jangkit siswa. Semakin tinggi pemahaman dan penguasaan siswa terhadap materi lompat jangkit maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran yang dilaksanakan.

Salah satu unsur yang dapat mempengaruhi peningkatan hasil belajar siswa dalam melakukan lompat jangkit adalah motivasi, minat, bakat, kondisi fisik sarana atau media pembelajaran yang dibuat seorang guru untuk menyampaikan materi, dengan begitu peserta didik dapat melakukan teknik tersebut dengan baik dan merasa senang. Penggunaan metode yang tepat sesuai dengan materi pembelajaran serta dengan melakukan variasi pengajaran melalui media rintangan diharapkan akan meningkatkan hasil belajar siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada siswa XI IA<sup>2</sup> SMAN 1 Pematang Siantar, masih banyak siswa yang belum memahami teknik dasar lompat jangkit. Siswa sering salah pada saat melangkah dan menggantinya kaki pada saat melakukan Hop (jingkat), Step (melangkah), dan jump (lompat). Ini disebabkan karena kurang efisiennya proses pembelajaran lompat jangkit dimana sering dijumpai banyak siswa yang tidak berperan aktif dimana siswa lebih banyak menonton temannya daripada melakukan, ini disebabkan kurangnya alat fasilitas yang mendukung proses belajar lompat jangkit seperti media yang digunakan guru. Data yang diperoleh dari guru pendidikan jasmani dari 35 siswa yang ada di kelas XI IA<sup>2</sup> hanya ada 10 orang siswa yang paham tentang teknik lompat jangkit, jadi hanya sekitar 28.57% dari jumlah siswa yang ada, yang berhasil memahami langkah-langkah lompat jangkit yang benar, namun dengan nilai itu belum bisa memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) secara klasikal yang ditetapkan sekolah yaitu sekitar 85 % dari keseluruhan siswa.

Proses pembelajaran yang dilakukan guru pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah yaitu, siswa hanya dijelaskan teknik lompat jangkit dan

dipraktekkan oleh guru, kemudian siswa melakukan gerakan tersebut. Ternyata dengan cara tersebut siswa belum juga memahami gerakan lompat jangkit dan dengan guru mengajarkan seperti itu membuat siswa merasa bosan. Sehingga dengan cara proses pembelajaran seperti itu sebagian besar siswa tidak mendapatkan nilai kelulusan yang maksimal yang dilihat dari hasil tes belajar lompat jangkit yang berpedoman pada nilai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Dilihat dari proses pembelajaran yang terlaksana dan juga gejala-gejala yang terjadi pada proses pembelajaran lompat jangkit tersebut, dominan siswa belum dapat memahami sepenuhnya gerakan-gerakan jingkat (hop), langkah (step), lompat (jump) bahkan dalam proses pelaksanaannya mereka sangat sering mengalami kesalahan. Seharusnya guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan melakukan variasi pemberian materi pembelajaran yang disenangi oleh siswa dengan tanpa menghilangkan tujuan utama dalam kurikulum tentang nomor cabang atletik yaitu lompat jangkit. Akibat kelemahan dalam pembelajaran yang telah ada, siswa kurang memiliki daya tarik dan semangat untuk melaksanakan materi pembelajaran tersebut karena yang mereka lakukan kurang bervariasi.

Dengan kurang berminatnya siswa dalam melakukan gerakan lompat jangkit ini cenderung mengalami kejenuhan, untuk itu peneliti tertarik menyampaikan materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dengan cara atau pola media rintangan karena tingkat siswa SMA yang mempunyai rasa ingin tahu, dan menyukai rintangan sehingga dalam pembelajaran materi tersebut siswa mempunyai tantangan dan sekaligus menghilangkan rasa bosan sehingga siswa tetap aktif dalam proses pembelajaran, selain itu juga dapat memotivasi

siswa melakukan kegiatan yang serius dan penuh kegembiraan, seperti halnya siswa dibawa ke alam kondisinya yang senang bermain dan berlomba yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa tersebut dan siswa tidak merasa jenuh atau pun bosan dalam mengikuti materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, khususnya materi pelajaran lompat jangkit dengan media rintangan melompati kardus yang dimana mempunyai kesulitan, sehingga siswa tersebut memiliki rasa ingin tahu dan menumbuhkan minat terhadap materi lompat jangkit.

Berdasarkan permasalahan di atas dan untuk mempermudah serta menambah penjelasan khusus dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa, maka peneliti melakukan penelitian yang berjudul : *“Upaya Peningkatan Hasil belajar Lompat Jangkit Dengan Menggunakan Media Rintangan Pada Siswa Kelas XI di SMA Neg.1 Pematang Siantar Tahun Ajaran 2012/2013”*.

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai berikut: Rendahnya minat belajar siswa kelas XI SMA Neg.1 Pematang Siantar, Kurangnya variasi pembelajaran membuat siswa cepat merasa bosan, kurangnya sarana dan sarana pembelajaran, Kurangnya penggunaan media pembelajaran, guru memberikan pembelajaran monoton.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini, adapun permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya pada “Upaya peningkatan hasil belajar lompat jangkit dengan menggunakan media rintangan kardus pada siswa kelas XI SMA Neg.1 Pematang Siantar T.A 2012/2013”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

“Bagaimanakah peningkatan hasil belajar lompat jangkit siswa kelas XI SMA Neg.1 Pematang Siantar T.A 2012/2013 setelah diterapkan pembelajaran dengan menggunakan rintangan Kardus ?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jangkit dengan menggunakan media rintangan pada siswa kelas XI SMA Neg.1 Pematang Siantar T.A 2012/2013.

## F. Mamfaat penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat antara lain :

### 1. Bagi siswa

- untuk meningkatkan motivasi belajar sehingga belajar lebih menyenangkan dan terasa lebih gampang terutama dalam pembelajaran lompat jangkit.

### 2. Bagi guru

- Sebagai bahan masukan yang berguna bagi guru Penjas SMA Neg.1 Pematang Siantarkhususnya untuk peningkatan hasil belajar lompat jangkit melalui pembelajaran dengan menggunakan media rintangan.
- Sebagai bahan masukan dalam rangka mengupayakan proses pembelajaran penjas dengan menggunakan media

### 3. Bagi sekolah dan dunia pendidikan

- Sebagai masukan bagi sekolah untuk menggunakan variasi/strategi pembelajaran yang tepat dalam penjaskes.
- Sebagai bahan informasi atau masukan yang berguna bagi pembaca khususnya mahasiswa FIK Unimed agar dapat mempergunakan untuk penelitian selanjutnya.

### 4. Bagi peneliti

- Dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang penggunaan rintangan dalam pembelajaran lompat jangkit.