

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran penghayatan nilai – nilai (sikap, mental, emosional, spritual, dan sosial), serta pembiasaan hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup perkembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional, sosial, dan spritual. Pendidikan jasmani diajarkan dar tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), bahkan sampai di perguruan tinggi.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum

pendidikan jasmani. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan adalah cabang olahraga atletik.

Atletik adalah salah satu materi pokok pendidikan jasmani yang terdapat dikurikulum yang wajib diajarkan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Ada beberapa nomor – nomor atletik yang diajarkan yaitu meliputi jalan, lari, lempar, dan lompat. Dari tiap – tiap nomor tersebut didalamnya terdapat beberapa nomor yang dilombakan. Untuk nomor lari terdiri dari : lari jarak pendek, jarak menengah, lari jarak jauh atau marathon, lari gawang, lari sambung dan lari lintas alam. Nomor lempar terdiri dari : lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru dan lontar martil. Nomor lompat terdiri dari : lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, dan lompat tinggi gala.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak. Pengertian dari lompat jauh adalah melakukan suatu bentuk gerakan lompatan dengan tujuan untuk menghasilkan lompatan yang sejauh – jauhnya. Gerakan lompat jauh meliputi dari beberapa tahap – tahap dasarnya yaitu tahap awalan, tumpuan, posisi saat melayang diudara, dan posisi saat mendarat dibak lompat jauh. Dalam pelaksanaan lompat jauh terdapat tiga macam gaya yang dapat dipakai yaitu : lompat jauh gaya jongkok, lompat jauh gaya berjalan diudara, dan lompat jauh gaya menggantung. Berdasarkan ketiga

gaya yang disebut diatas, penelitian ini akan mengkaji dan meneliti tentang lompat jauh dengan menggunakan gaya menggantung.

Sekolah Menengah Pertama merupakan tingkat pendidikan yang dapat digunakan untuk mengembangkan pertumbuhan fisik dan kemampuan gerak siswa. Pada masa ini pembinaan kemampuan gerak siswa dapat di mulai siswa.

Siswa Sekolah Menengah Pertama masih aktif dalam aktifitas bermain, sebagian waktunya digunakan untuk bermain. Sifat bermain merupakan bawaan biologis dalam perkembangan motorik anak. Melalui bermain anak – anak dapat merasakan kesenangan dan kepuasan, bahkan dapat juga menimbulkan rasa saling menghargai sesama teman.

Berdasarkan karakteristik siswa Sekolah Menengah Pertama tersebut, maka pembelajaran lompat jauh di Sekolah Menengah Pertama harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang pendidik bahwa siswa Sekolah Menengah Pertama mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajran lompat jauh hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan. Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk – bentuk pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Seorang pengajar harus mampu menerapkan pendekatan yang baik dan tepat kepada siswa, karena pendekatan pembelajaran yang tepat akan

menimbulkan respon yang baik dari siswa, siswa akan mudah menerima materi pembelajaran dan hasilnya juga akan memuaskan.

Salah satu pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dari siswa Sekolah Menengah Pertama adalah dengan melalui pendekatan bermain. Sebab dunia anak lebih dekat dengan situasi bermain dari pada yang serius, didalam pembelajaran disajikan banyak variasi – variasi agar siswa – siswi tidak mudah jenuh dan bosan dalam kegiatan pembelajaran, siswa mudah kali jenuh dan bosan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran yang hanya monoton saja.

Pendekatan bermain adalah salah satu cara belajar yang dalam pelaksanaannya dilakukan melalui bentuk permainan. Dalam pendekatan bermain siswa diberi kebebasan untuk mengekspresikan kemampuannya terhadap tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan cara bermain diharapkan siswa dapat memiliki kreativitas dan inisiatif untuk memecahkan masalah yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui bermain dikembangkan juga unsur kompetitif, sehingga siswa saling berlomba menunjukkan kemampuannya.

Berdasarkan uraian pendekatan pembelajar bermain yang telah diungkapkan diatas menggambarkan bahwa, pendekatan bermain merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lompat jauh. Namun pencapaian hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan

pembelajaran saja, masih ada faktor lain seperti kemampuan fisik siswa, motivasi, sarana dan prasarana yang ada dan lain – lain.

Berdasarkan dari hasil wawancara penulis dengan guru olahraga disekolah SMP Negeri I Sipispis bahwa tingkat ketuntasan siswa dalam mata pelajaran lompat jauh gaya menggantung masih kurang memenuhi standar KKM yang ditentukan oleh sekolah. Nilai standar KKM 75 sedangkan dari 21 siswa yang ada hanya 40 % (siswa yang lulus standar KKM sebangak 8 orang sedangkan yang tidak lulus 13 orang) yang dapat memenuhi standar KKM. Jadi guru belum berhasil dalam melaksanakan proses pembelajaran pada materi lompat jauh.

Upaya untuk mengatasi permasalahan dalam pencapaian hasil belajar lompat jauh tersebut, maka perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam baik secara teoritik maupun praktik melalui Penelitian Tindakan Kelas. Sebagai sampel yang akan di teliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri I Sipispis.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, pembelajaran pendidikan jasmani yang telah dilaksanakan di SMP Negei I Sipispis masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi yaitu, siswa kurang menyukai dengan pembelajaran atletik, sehingga tidak ada kesungguhan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, yang mengakibatkan siswa banyak yang mengalami kesusahan dalam melakukan teknik saat melakukan lompat jauh, terutama pada saat melayang diudara. Siswa juga mengalami kebosanan dan kejenuhan dalam mengikuti materi pelajaran

lompat jauh ini. Di samping itu juga pendekatan atau metode pembelajaran yang selama ini diterapkan oleh guru belum juga menunjukkan hasil yang optimal. Pembelajarannya yang dilakukan oleh guru selama ini masih monoton, guru mengajar hanya menggunakan gaya komando, belum ada teknik gaya mengajar atau memodifikasi alat pembelajaran selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini dapat dilihat dari keterampilan gerak dan hasil kemampuan siswa dalam melakukan lompatan yang masih rendah. Kondisi semacam ini harus diperhatikan dan perlu ditelusuri faktor – faktor penyebabnya.

Masalah yang telah dikemukakan di atas yang melatar belakangi judul penelitian “ Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantong Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri I sipispis Kab Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2013 / 2014 “.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- Peserta didik terlihat lambat dalam penguasaan pembelajaran penjas terutama penguasaan gerak dasar lompat jauh gaya menggantung.
- Terbatasnya sarana dan prasarana Penjas.
- Metode pembelajaran atletik khususnya lompat jauh gaya menggantung yang menggunakan metode lama atau tradisional sehingga anak kurang tertarik mengikuti pembelajaran.

- Guru kurang kreatif menciptakan modifikasi alat-alat untuk pembelajaran Penjas.

C. Pembatasan Masalah

Melihat luasnya ruang lingkup masalah serta keterbatasan waktu, maka perlu adanya pembatasan masalah, adapun pembatasan masalah yang perlu dibahas dalam penelitian ini adalah upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dengan pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Negeri I Sipispis Tahun Ajaran 2013/2014.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka masalah yang ada dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah dengan pendekatan bermain ini dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri I Sipispis Tahun Ajaran 2013 / 2014 ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah disampaikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri I Sipispis Kab Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2013 / 2014 dengan menggunakan pendekatan bermain.

F. Manfaat Penelitian

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Bagi guru pendidikan jasmani, dapat dijadikan pedoman untuk menentukan dan memilih pendekatan pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh untuk siswa.
2. Bagi siswa, dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh serta mendukung pencapaian prestasi lompat jauh.
3. Bagi lembaga pendidikan , sebagai bahan masukan, saran, dan informasi terhadap sekolah, instansi, lembaga pendidikan untuk mengembangkan strategi belajar mengajar yang tepat dalam rangka meningkatkan kualitas proses dan kualitas hasil belajar siswa maupun lulusan dalam pencapaian hasil yang optimal.
4. Menambah ilmu dan dapat menyelesaikan tugas akhir bagi peneliti dan menyelesaikan persyaratan perkuliahan.