

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjaskes) ialah salah satu mata pelajaran yang penting dan harus ada dalam kurikulum pendidikan di Indonesia. Dalam pendidikan di Indonesia pendidikan jasmani bukan hanya bagian pelengkap saja, tetapi salah satu bagian dari struktur program kurikulum sekolah dasar yang menyatakan bahwa mata pelajaran tersebut harus dipelajari. Pendidikan jasmani berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dasar yang mendukung terhadap sikap dan perilaku hidup sehat serta, kebugaran jasmani dapat dikondisikan dengan kebutuhan lingkungan peserta didik.

Menurut pendapat Blegur (2016, hlm. 7) “pembelajaran penjaskes adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, dan emosional dalam rangka pendidikan nasional”. Pendidikan jasmani serta kesehatan merupakan suatu bidang kajian ilmu yang relatif luas jangkauannya. Pendidikan jasmani lebih menitik beratkan pada peningkatan gerak manusia. Sesuai pengertian yang sudah diuraikan, maka disimpulkan bahwa pendidikan jasmani artinya suatu proses belajar mengembangkan jasmani manusia dalam hal bergerak untuk mencapai tujuan pendidikan.

Adapun kurikulum pendidikan jasmani terlebih khusus yang terdapat di sekolah dasar memiliki ranah atau ruang lingkup pembelajaran pendidikan jasmani, yakni sebagai berikut:

1. Olahraga kesehatan.
2. Permainan *education (outdoor)*.
3. Atletik.
4. Aktivitas akuatik.

5. Aktivitas *gymnastic* atau ritmik.
6. Permainan bola besar.
7. Permainan bola kecil.

Pada kurikulum di sekolah dasar, pendidikan jasmani dan kesehatan adalah salah satu mata pelajaran yang dipelajari oleh anak didik sekolah dasar dari kelas 1 sampai kelas 6. Mata pelajaran pendidikan jasmani serta kesehatan ialah mencakup dari sebagian aspek yaitu permainan dan olahraga yang merupakan satu di antara sekian yakni cabang olahraga atletik. Atletik adalah salah satu cabang olahraga tertua yang di mainkan dari zaman ke zaman sampai sekarang. Dalam pendidikan jasmani serta kesehatan, cabang olahraga atletik merupakan sarana upaya untuk meningkatkan kekuatan, kelincahan, daya tahan tubuh, kecepatan dan lainnya.

Menurut pendapat Syarifuddin (1992, hlm. 2) dikemukakan bahwa, “atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu *athlon* atau *athlon* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan atau perjuangan, sedangkan orang yang melakukannya dinamakan *athleta* (atlet)”. Maka dapat dikatakan bahwa atletik ialah salah satu cabang olahraga yang diperlombakan yang meliputi nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar. Ada empat jenis nomor lompat yang diperlombakan yaitu lompat jauh, lompat jangkit, lompat tinggi dan lompat tinggi galah. Dalam penelitian ini, peneliti hanya mengutamakan pada lompat tinggi gaya *straddle*.

Lompat tinggi ialah salah satu nomor lompat cabang dari olahraga atletik. Dimana lompat tinggi adalah gerakan atau aktivitas yang dilakukan agar anggota tubuh melayang di udara setinggi mungkin melewati penghalang atau mistar.

Menurut Muhtar (2011, hlm. 72) menyatakan bahwa:

Lompat tinggi merupakan suatu bentuk gerakan melompat ke atas dengan cara mengangkat kaki ke depan ke atas dalam upaya membawa titik berat badan setinggi mungkin dan secepat mungkin jatuh (mendarat) yang di lakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada salah satu kaki untuk mencapai suatu keinginan tertentu.

Dapat disimpulkan bahwa lompat tinggi ialah suatu bentuk kegiatan bergerak melompat ke atas dengan cara mengangkat kaki setinggi mungkin dengan jalan atau lari kecil dengan melaksanakan awalan, tolakan, untuk mencapai ketinggian melewati mistar.

Pada era saat ini, cabang olahraga atletik khususnya lompat tinggi di sekolah dasar kurang berkembang dan kurang menarik atensi siswa. Begitu juga dengan sekolah dasar yang telah peneliti observasi yaitu Sekolah Dasar Negeri Sepatan II, dikarenakan oleh beberapa faktor, yaitu di antaranya: minimnya fasilitas serta prasarana untuk mata pelajaran olahraga di sekolah. Tidak seluruh sekolah mempunyai bak lompat ataupun matras serta tiang ataupun mistar untuk lompat tinggi, alhasil banyak guru penjas yang hanya mengarahkan teori tentang lompat tinggi kepada siswa tanpa melaksanakan aplikasi serta latihan lompat tinggi. Maka dari faktor itulah penyebab siswa tidak berminat dan memiliki rasa jenuh serta bosan, sehingga siswa kurang tertarik terhadap mata pelajaran atletik terlebih lompat tinggi dan pada akhirnya dapat berpengaruh pada hasil keterampilan lompat tinggi siswa. Pendidik atau guru penjas seharusnya berusaha menggunakan media alternatif, guru pendidikan jasmani tidak sering menyesuaikan fasilitas dan media yang diperlukan untuk pembelajaran lompat tinggi.

Menghadapi permasalahan tersebut, peneliti mencari cara untuk mempraktikkan pembelajaran lompat tinggi di sekolah, meskipun minimnya sarana dan prasarana serta fasilitas olahraga di sekolah. Menurut Saputra (2001, hlm. 12) “terdapat salah satu permainan untuk meningkatkan kemampuan lompat tinggi yaitu permainan lompat tali karet”. Permainan lompat tali karet ialah permainan tradisional yang sangat digemari oleh anak-anak. Maka dari itu peneliti menggunakan permainan lompat tali karet sebagai salah satu sarana untuk meningkatkan pembelajaran dan keterampilan lompat tinggi pada siswa sekolah dasar.

Adaptasi tali karet sebagai pengganti tiang lompat tinggi menjadi salah satu alternatif bagi peneliti untuk mengatasi kekurangan sarana dan prasarana dalam melakukan keterampilan lompat tinggi.

Selain itu, perlu adanya suatu bentuk latihan sebelum belajar dan melaksanakan keterampilan melompat. Salah satu bentuk olahraga yang dapat dilakukan adalah latihan *skipping*. Tujuan latihan ini adalah untuk meningkatkan kekuatan otot kaki, sehingga diperoleh tolakan yang kuat pada saat melakukan latihan pembelajaran lompat tinggi, sehingga diperoleh efek pada praktik lompat tinggi.

Peneliti mengidentifikasi masalah terhadap kekurangan-kekurangan dalam keterampilan lompat tinggi di Sekolah Dasar Negeri Sepatan II, di antaranya: (1) kurang atau minimnya alat permainan (sarana dan prasarana) yang dapat digunakan guru dalam proses pembelajaran dan keterampilan lompat tinggi, (2) kurangnya variasi atau inovasi pembelajaran dan keterampilan lompat tinggi, (3) penyampaian guru dalam menjelaskan materi atau pembelajaran kurang efektif, cenderung monoton. Lokasi penelitian dijadikan sebagai tempat untuk meneliti karena ditinjau dari segi waktu, kemampuan, dan biaya dapat terjangkau oleh peneliti.

Bersandarkan penjelasan di atas, oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti mengambil judul penelitian untuk mengetahui “Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Karet Terhadap Keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan di atas, dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah permainan tradisional lompat tali karet berpengaruh terhadap keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II?
2. Berapa besar pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh atau tidak mengenai permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa
 - a. Melalui penelitian ini, diharapkan siswa tidak lagi merasa bosan dan lebih tertarik untuk mempelajari lompat tinggi pada materi pendidikan jasmani.
 - b. Melalui penelitian ini, siswa dapat berlatih lompat tinggi dengan menggunakan permainan tradisional lompat tali karet.
 - c. Melalui penelitian ini, siswa diharapkan lebih termotivasi dan antusias untuk melaksanakan pembelajaran lompat tinggi.
2. Bagi Guru

Melalui penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani serta kesehatan lebih kreatif dalam menciptakan media pembelajaran untuk proses pembelajaran.
3. Bagi Sekolah Dasar
 - a. Dapat dijadikan tolak ukur untuk meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya pembelajaran lompat tinggi.
 - b. Dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Bagi Instansi UPI di Kampus Serang

Dapat juga di gunakan atau diterapkan untuk pendidikan jasmani khususnya dalam pembelajaran lompat tinggi.

5. Bagi Peneliti

a. Peneliti lain

- 1) Dapat digunakan sebagai sumber atau referensi untuk penelitian selanjutnya oleh peneliti lain.
- 2) Dapat memperoleh pengetahuan baru tentang pendidikan jasmani khususnya pembelajaran lompat tinggi.