

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang di berikan di semua sekolah baik sekolah dasar negeri maupun swasta. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional yang bertujuan sebagai sarana untuk mencapai pendidikan pada umumnya. Mengenai pendidikan jasmani, menurut Sukintaka (Sudirjo, 2013, hlm. 16) berpendapat bahwa

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Melalui proses pembelajaran jasmani diharapkan akan terjadi perubahan pada peserta didik. Proses belajar tersebut terjadi karena ada rangsang yang dilakukan guru. Guru memberikan rangsang dengan aneka pengalaman belajar gerak, disisi lain siswa akan membalas respons melalui aktivitas fisik yang terbingbing. Melalui respon itulah akan terjadi perubahan perilaku.

Dari kutipan di atas dapat di simpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu jembatan atau suatu jalan untuk mencapai perubahan pada peserta didik dengan rangsangan aneka pengalaman gerak.

Selanjutnya Susilawati (2010, hlm. 3) menyatakan bahwa

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia yang seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak. Jadi, pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Berdasarkan kutipan diatas, bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas gerak sebagai medianya untuk mencapai suatu tujuan pendidikan, dengan bertujuan untuk mencapai tugas gerak yang dimiliki oleh siswa dan guru memberikan pengalaman gerak kepada siswa

serta untuk membentuk kondisi fisik yang baik melalui aktivitas fisik (pendidikan jasmani).

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya. Hal tersebut ada dalam tujuan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) tahun 2006 (BSNP, 2006, hlm. 26) sebagai berikut.

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, trampil serta memiliki sikap yang sportif.

Berdasarkan kutipan di atas, melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya.

Dalam pendidikan jasmani, ada salah satu cabang olahraga yang dinamakan atletik. Menurut Priatna (2008, hlm. 2) mengatakan “Taukah kamu, kalau kata atletik itu berasal dari bahasa Yunani, yaitu *Athon* yang artinya berlomba atau bertanding.” Berdasarkan kutipan diatas bahwa atletik merupakan pertandingan, perlombaan, pergulatan yang berasal dari bahasa Yunani yaitu *Athon*. Selanjutnya menurut Hendrayana (2007, hlm. 3) “istilah atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu *Athon* yang memiliki makna bertanding atau berlomba.” Atletik yang terdiri dari jalan, lari, lompat dan lempar merupakan dasar-dasar ketangkasan yang dimiliki oleh para atlet dari berbagai cabang-cabang olahraga, mengingat alasan

tersebut atletik sering disebut juga induk atau *Mother of sport*. Ini selaras dengan pendapat Hendrayana(2007, hlm. 3) bahwa

Karena atletik ini memiliki bentuk kegiatan fisik yang beragam seperti jalan, lari, lompat, lempar dan banyak orang menggunakannya sebagai media untuk memulai kegiatan fisik pada hampir semua cabang olahraga, maka seringkali atletik disebut sebagai *ibu* dari semua cabang olahraga (*mother of sport*) atau *de mother of sport* (Belanda).

Jadi pendapat di atas, segala sesuatu yang berhubungan dengan kegiatan fisik tidak akan lepas dari atletik.

Dalam atletik ada suatu cabang olahraga lompat tinggi. Menurut Hendrayana (2007, hlm. 228) mengatakan bahwa

Lompat tinggi adalah suatu jenis keterampilan untuk melewati mistar yang berada diantara kedua tiang. Lompat tinggi memiliki tujuan yaitu memproyeksikan gaya berat badan pelompat di udara dengan kecepatan bergerak kedepan secara maksimal. Ketinggian lompatan yang dicapai tergantung dari kemampuan pelompat dari gerakan lari menjadi gerakan bersudut saat menumpu yaitu merubah gerakan kedepan menjadi gerakan ke atas.

Menurut Sidik (2010, hlm. 76) lompat tinggi terbagi dalam 4 fase, diantaranya:

1. Fase awalan (*approach*)
2. Fase bertumpu/bertolak (*take-off*)
3. Fase melayang (*flight*)
4. Fase mendarat (*landing*)

Berdasarkan pengamatan, pembelajaran atletik di SD Negeri Buahdua I masih sangat rendah. Hal tersebut dikarenakan masih rendahnya pemahaman dan pengetahuan tentang metode pembelajaran atletik khususnya dalam pembelajaran lompat tinggi. Hal tersebut dikarenakan ada beberapa permasalahan dalam proses pembelajaran diantaranya adalah

1. Perencanaan

- a) Guru yang tidak memberi tahu sebelumnya mengenai materi pembelajaran yang akan diberikan, dapat mengakibatkan kurang siapnya siswa mengikuti pembelajaran.

- b) Guru kurang baik dalam melakukan perencanaan sehingga pelaksanaan pembelajaran terkesan mendadak dan guru kurang kreatif dalam menyiapkan rencana pembelajaran.
- c) Tidak terorganisir dengan baik serta kurangnya mempersiapkan media pembelajaran.

2. Kinerja Guru

- a) Guru kurang baik dalam mempersiapkan media pembelajaran yang menarik.
- b) Penggunaan media yang sesungguhnya tanpa di modifikasi, kurangnya guru dalam mengorganisir kelas atau penguasaan kelas.
- c) Guru hanya menjelaskan materi pembelajaran yang sebentar kemudian praktek, komunikasi guru dengan siswa tidak tercipta dengan baik dan model pembelajaran yang digunakan bersifat latihan.

3. Aktivitas Siswa

- a) Rendahnya pemahaman siswa tentang pembelajaran atletik khususnya lompat tinggi, antusias siswa kurang dalam pembelajaran atletik khususnya lompat tinggi.
- b) Pada saat pembelajaran dalam pembelajaran atletik khususnya lompat tinggi siswa terkadang jenuh karena model pembelajarannya kurang bervariasi.
- c) Saat pembelajaran siswa terlihat jenuh dan enggan melakukan pembelajaran lompat tinggi yang di ajarkan langsung pada inti pembelajarannya, sehingga pembelajaran menjadi kurang efektif dan materi kurang di terima baik oleh siswa karena siswa enggan atau setengah hati melakukan kegiatan lompat tinggi yang di inginkan oleh guru.

4. Hasil Belajar

- a) Dengan minimnya pengetahuan siswa tentang materi pembelajar membuat dampak yang kurang baik bagi hasil belajar siswa khususnya dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi.
- b) Gerak dasar yang dikuasai oleh siswa masih dinilai kurang sehingga masih banyak siswa yang mengalami kesulitan belajar.
- c) Hasil belajar pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi masih banyak siswa yang belum tuntas.

Hal tersebut berpengaruh kepada analisis hasil tes data awal dalam pembelajaran atletik khususnya lompat tinggi. Berikut analisis hasil yang berupa tes data awal pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi dalam pembelajaran atletik di SDN Buahdua I Kec. Buahdua Kab. Sumedang.

Tabel 1.1
Hasil Tes Siswa dalam Pembelajaran Lompat Tinggi Gaya Guling Sisi

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai															Skor	Nilai	ket	
		Awalan					Pelaksanaan					Akhiran							T	BT
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1	Aas Nuraini			√		3			√		3		√			2	8	67		BT
2	Anisya Putri			√		3		√		2			√		3	9	75	T		
3	Aulia S.		√			2			√	3		√			2	5	42			BT
4	Cici Delia			√		3			√	3			√		3	9	75	T		
5	Citra Nur D.			√		3		√		2		√			2	7	58			BT
6	Dani Swara			√		3				√	4		√		2	9	75	T		
7	Delita P.B		√			2			√	3		√			2	7	75	T		
8	Dendi Resa P.		√			2	√			1		√			2	5	42			BT
9	Deri			√		3			√	3			√		3	9	75	T		
10	Fitri Nurdian			√		3	√			1	√				1	5	42			BT
11	Gania Dina				√	4				√	4		√		2	10	83	T		
12	Gibran P.			√		3	√			1	√				1	5	42			BT
13	Hasannudin		√			2			√	3					√	4	9	75	T	
14	Helmi F.		√			2		√		2		√			2	6	50			BT
15	Nijar Sapiadi		√			2	√			1	√				2	5	42			BT
16	Padli Jayuli				√	4			√	3			√		3	10	83	T		
17	Rasnawi		√			2		√		2	√				1	5	42			BT
18	Risma A.		√			2		√		2		√			2	6	50			BT
19	Rita Sri I.		√			2		√		2		√			2	6	50			BT
20	Selpiani			√		3			√	3			√		3	9	75	T		
21	Silvia D.			√		3			√	3			√		3	9	75	T		
22	Sintia Eka P		√			2		√		2		√			2	6	50			BT
23	Siti Andiani		√			2	√			1			√		3	6	50			BT
24	Sunarya M.G			√		3			√	3			√		3	9	75	T		
Jumlah		-	11	11	2	5	7	10	2		3	12	8	1		180	1468	10	14	
Persentase (%)			45	45	8,3	20,8	29,2	41,7	8,3		12,5	50	29,6	4,2		62,5	61,2	41,7	58,3	

Dari analisis hasil tersebut dapat di ketahui bagaimana kemampuan siswa dalam melakukan teknik lompat tinggi gaya guling sisi.

Dari permasalahan tersebut peneliti menganggap metode yang digunakan saat pembelajaran kurang efektif. Sehingga pembelajaran tersebut di nilai kurang berhasil karena siswa kurang berpartisipasi dalam pembelajaran, siswa mudah bosan, pemahaman siswa tentang gerak dasar lompat tinggi. Upaya meningkatkan

kemampuan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi memerlukan model pembelajaran yang menarik dan menyenangkan, sehingga siswa dapat melakukan gerakan-gerakan dengan baik dan benar upaya di lakukan dengan alternatif pemecahan masalah yaitu “melalui model inkuiri dan media rintangan” yang penulis anggap efektif dan efisien dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi. Model ini digunakan karena dapat mengatasi permasalahan di atas.

Model inkuiri dan media rintangan merupakan model pembelajaran yang dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat bekerjasama dan saling bertukar gagasan antar teman sebayanya.

Ditinjau dari permasalahan tersebut penulis merasa tertarik untuk mengadakan penelitian tentang pentingnya mengatasi gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi pada siswa sekolah dasar. Oleh karena itu penulis mencoba mengadakan penelitian tindakan kelas dengan mengambil judul “Meningkatkan Gerak Dasar Lompat Tinggi Gaya Guling Sisi melalui Model Inkuiri dan Media Rintangan.

B. Identifikasi Masalah

Olahraga atletik khususnya lompat tinggi gaya guling sisi mudah untuk dilakukan namun saat pelaksanaannya masih banyak mengalami kesulitan-kesulitan dan permasalahan yang di alami saat melakukan lompat tinggi gaya guling sisi. Mungkin banyak hal-hal yang menyebabkan siswa sulit dalam melakukan lompat tinggi gaya guling sisi.

Berdasarkan pengamatan, pembelajaran atletik di SD Negeri Buahdua I masih sangat rendah. Hal tersebut dikarenakan masih rendahnya pemahaman dan pengetahuan tentang metode pembelajaran atletik khususnya dalam pembelajaran lompat tinggi dan kurangnya pengemasan pembelajaran yang menarik kepada siswa sehingga berdampak pada hasil belajar siswa yang memiliki banyak kekurangan atau sebuah permasalahan dalam pembelajaran yang perlu sebuah pemecahan masalah.

Upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi memerlukan model pembelajaran yang menarik dan menyenangkan, sehingga siswa dapat melakukan gerakan-gerakan dengan baik dan benar upaya di lakukan dengan alternatif pemecahan masalah yaitu “melalui model inkuiri dan media rintangan” yang penulis anggap efektif dan efisien dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi. Model ini digunakan karena dapat mengatasi permasalahan di atas.

Model inkuiri dan media rintangan merupakan model pembelajaran yang dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat bekerjasama dan saling bertukar gagasan antar teman sebayanya, sehingga dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, dalam pembelajaran atletik khususnya lompat tinggi ada permasalahan-permasalahan yang timbul diantaranya adalah:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi melalui model inkuiri dan media rintangan di SD Negeri Buahdua I?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi melalui model inkuiri dan media rintangan di SD Negeri Buahdua I?
3. Bagaimana aktivitas siswa pada pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui model inkuiri dan media rintangan di SD Negeri Buahdua I?
4. Bagaimana hasil evaluasi pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi di SD Negeri Buahdua I?

D. Tujuan Penelitian

1. Meningkatkan perencanaan pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi dengan menggunakan model inkuiri dan media rintangan pada kelas V SD Negeri Buahdua I Kec. Buahdua Kab. Sumedang.
2. Meningkatkan pelaksanaan pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi dengan menggunakan model inkuiri dan media rintangan pada kelas V SD Negeri Buahdua I Kec. Buahdua Kab. Sumedang

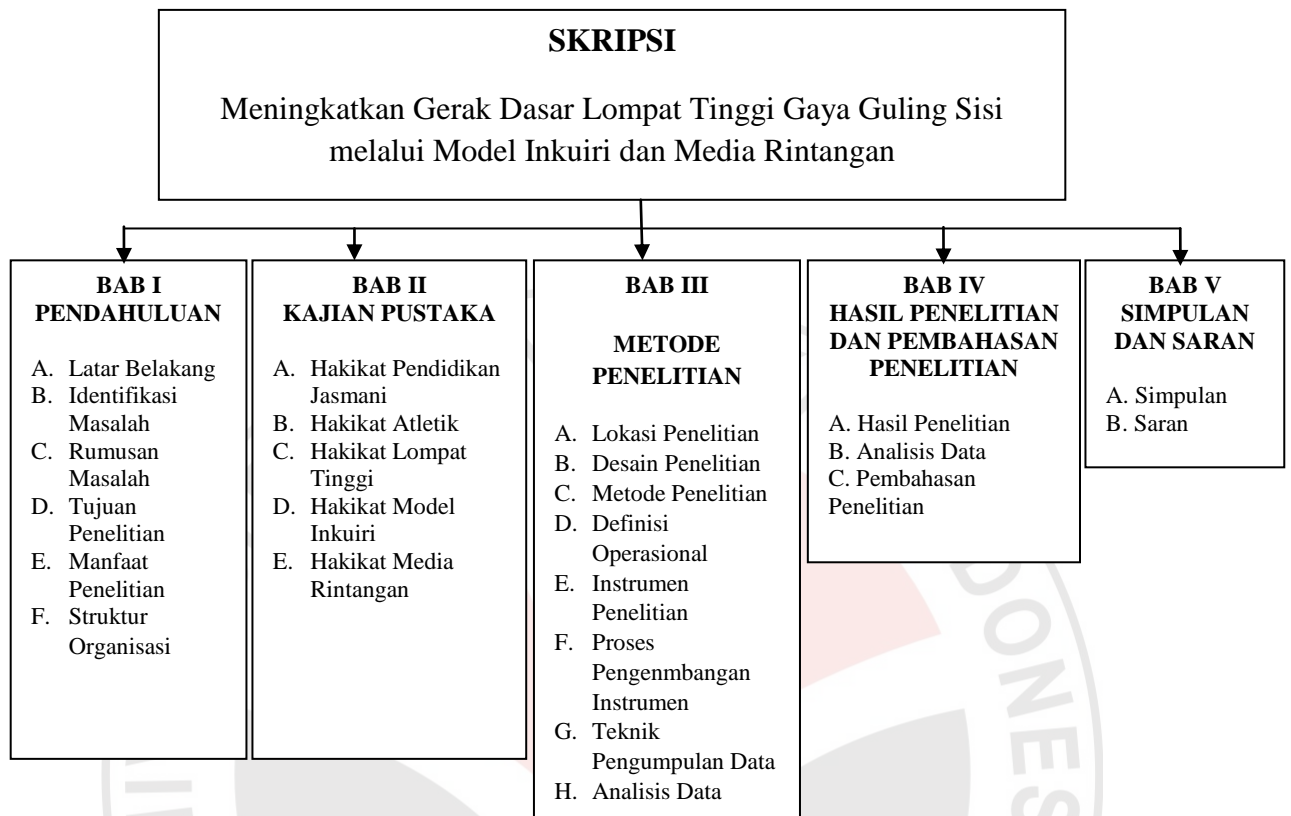
3. Meningkatkan aktifitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi dengan menggunakan model inkuiri dan media rintangan pada kelas V SD Negeri Buahdua I Kec. Buahdua Kab. Sumedang
4. Meningkatkan hasil pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi dengan menggunakan model inkuiri dan media rintangan pada kelas V SD Negeri Buahdua I Kec. Buahdua Kab. Sumedang

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak di antaranya:

1. Secara teoritis, sebagai tambahan pengetahuan mengenai peningkatan hasil belajar lompat tinggi dan menambah pengetahuan tentang model inkuiri dan media rintangan dalam pembelajaran penjas.
2. Secara praktik, sebagai umpan balik dari pembelajaran sebelumnya sehingga guru yang merangkap jadi pelatih dapat mengkaji sendiri praktek pembelajaran.
3. Secara umum, dapat dijadikan aset berharga seandainya siswa-siswinya dapat berprestasi. Bagi peneliti Menambah pengetahuan, mempunyai kemampuan penggunaan media pembelajaran, dan dapat digunakan rujukan bagi peneliti yang lain.
4. Secara khusus, memberikan pengetahuan kepada guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan hasil belajar dan membina atlet dalam ruang lingkup sekolah dasar.

F. Struktur Organisasi Skripsi



Gambar 1.1
Struktur Organisasi Skripsi