

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sasaran pendidikan adalah manusia. Pendidikan bukan hanya sebuah kewajiban bahkan lebih dari itu pendidikan merupakan sebuah kebutuhan dimana manusia akan lebih berkembang dengan adanya pendidikan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat kepada anak.

Hendrayana (2007, hlm. 3) mengemukakan bahwa:

pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan, tujuannya untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya.

Dari kutipan diatas, penulis simpulkan bahwa pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Secara sederhana olahraga adalah kegiatan fisik yang dilakukan seseorang guna mencapai derajat kesehatan tertentu dan suatu bentuk bermain yang melibatkan fisik sebagai media, dapat dilakukan dengan alat atau tanpa alat serta dilakukan dengan sungguh-sungguh, terorganisir dan bersifat kompetitif.

Pendidikan jasmani mengandung elemen baik dari bermain maupun dari olahraga, tetapi tidak berarti hanya salah satunya saja atau tidak harus selalu seimbang diantara keduanya. Pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani yang memiliki tujuan kependidikan tertentu. Pendidikan jasmani bersifat fisik dalam aktivitasnya dan pendidikan jasmani dilaksanakan untuk mendidik. Hal itu tidak berlaku bagi bermain dan olahraga, meskipun keduanya selalu digunakan dalam proses kependidikan.

Simon & Saputra (2007, hlm 131) mengemukakan bahwa “permainan merupakan salah satu bagian yang diberikan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan tujuan untuk meningkatkan derajat sehat, kebugaran dan keterampilan”.

Dari kutipan di atas, penulis menyimpulkan bahwa permainan dalam konteks pendidikan dapat dimanfaatkan sebagai pembekalan yang penting dalam aktivitas fisik untuk meningkatkan kondisi sehat, kebugaran fisik dan pengendalian emosi.

Mengapa permainan harus dipahami oleh para guru sekolah dasar? Pada umumnya anak merasa lebih senang melakukan permainan dari pada melakukan cabang olahraga. Apabila anak diberi permainan dalam rangka pembelajaran jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa senang. karena rasa senang inilah maka anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik berupa watak asli maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya. Dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan perilaku.

Keterampilan gerak dasar atletik mulai diajarkan kepada anak pada tahun permulaan di sekolah dasar yaitu melalui berbagai gerakan berjalan, berlari, melompat dan melempar terdapat dalam nomor-nomor cabang olahraga atletik. Tujuan pengenalan gerak dasar atletik yang diajarkan di Sekolah Dasar terutama pada kelas rendah yaitu untuk mengenalkan dan menyempurnakan bentuk-bentuk gerakan dasar atletik yang diperoleh sebelum anak-anak memasuki sekolah agar menjadi lebih mantap dan lebih sempurna, sehingga mereka memperoleh bentuk-bentuk gerakan yang baru dari situasi yang baru.

Saputra (2001, hlm. 3) mengemukakan bahwa “Atletik merupakan kegiatan manusia sehari-hari yang dapat dikembangkan menjadi kegiatan bermain atau olahraga diperlombakan dalam bentuk jalan, lari, lompat dan lempar”.

Muhtar (2013, hlm. 1) mengemukakan bahwa “Atletik berasal dari bahasa Yunani dari kata *athlon* atau *athlum* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan sedangkan orang yang melakukannya disebut *athleta*”.

Atletik dapat menjadi salah satu kegiatan yang digemari dalam pendidikan jasmani disekolah dasar sesuai dengan ciri perkembangannya, siswa disekolah dasar pada dasarnya sudah terampil melakukan unsur gerakan kegiatan atletik. Atletik dapat meningkatkan kualitas fisik siswa sehingga lebih bugar. Karena itu atletik dapat menyalurkan unsur gembira dan sifat-sifat tertentu, seperti kegigihan, semangat berlomba dan lain-lain.

Menurut Simon & Saputra (2007, hlm. 76) mengemukakan bahwa “lompat jauh adalah keterampilan gerak berpindah dari satu tempat ketempat lainnya dengan satu kali tolakan kedepan sejauh mungkin”.

Muhtar (2013, hlm. 52) mengemukakan bahwa

teknik dalam melakukan lompat jauh terdiri dari lari awalan yang diikuti dengan gerak tolakan lalu melayang atau sikap badan di udara dan sikap mendarat. Untuk memperoleh suatu hasil yang optimal dalam lompat jauh, selain atlet itu harus memiliki kekuatan, daya ledak, kecepatan, ketepatan, kelentukan dan koordinasi gerak, juga harus memahami dan menguasai teknik untuk melakukan gerakan lompat jauh serta dapat melakukannya dengan cepat, tepat, luwes dan lancar.

Dari kutipan di atas penulis menyimpulkan bahwa lompat bagi siswa sekolah dasar sebagai salah satu aktivitas pengembangan kemampuan gerak yang dilakukan dari satu tempat ketempat lain sebagai salah satu bentuk gerakan lokomotor untuk meningkatkan aktivitas gerak siswa sekolah dasar.

Setelah melakukan observasi dilapangan, peneliti menemukan faktor-faktor yang dapat menghambatnya proses pembelajaran lompat jauh yaitu kurangnya antusias siswa terhadap pembelajaran atletik khususnya lompat jauh, siswa kurang memperhatikan materi yang diberikan guru dalam pembelajaran lompat jauh sehingga di lapangan banyak ditemui siswa yang belum berani untuk melompat sepenuhnya, diantaranya siswa sudah melakukan awalan dengan berlari tetapi tiba-tiba berhenti setelah berada didepan papan tolakan yang seharusnya melakukan tumpuan untuk melompat, ada juga siswa yang cuma berlari dan melangkah. Bahkan ada siswa yang tidak mau melakukan lompat jauh, ini terjadi pada pembelajaran lompat jauh yang sesungguhnya belum mengacu kepada konsep gerak dasar lompat jauh melalui permainan. Sehingga siswa merasa jenuh dengan pembelajaran

lompat jauh. Pembelajaran atletik disekolah hanya diperkenalkan sekilas saja. Keadaan seperti ini sering terjadi sehingga akibatnya kurang baik terhadap olahraga cabang atletik. Sehingga pada pembelajaran atletik terkesan kurang tuntas.

Keadaan semacam ini tentunya menjadi masalah dan bagaimana caranya agar pembelajaran lompat jauh gaya jongkok itu dapat meningkat, karena dengan keadaan demikian maka tujuan pun belum tentu tercapai.

Untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh dalam pembelajaran pendidikan jasmani, penulis mencoba menggunakan permainan lompat katak sebagai acuan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh bagi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Semua rintangan atau penghalang, menjelma menjadi daya tarik tersendiri bagi siswa sekolah dasar. Mereka akan terangsang untuk mencoba melakukan lompatan. Alat-alat itu seolah-olah mengajak untuk dilompati karena berada di tengah arena yang biasa dilewati anak-anak sebelum mereka masuk sekolah. Upaya memanipulasi lingkungan sekitar membangkitkan daya tarik bagi anak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang, pada saat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok siswa tidak begitu menguasai teknik lompat jauh gaya jongkok.

Untuk mengetahui kemampuan awal pada gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, maka peneliti melakukan tes awal lompat jauh gaya jongkok.

Table 1.1  
Data dan Hasil Tes Awal Lompat Jauh Gaya Jongkok

No	Nama Siswa	Aspek yang Dinilai																Skor	Nilai	Ket.	
		Awalan				Tolakan				Melayang				Mendarat						T	BT
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Adi Supriadi	√				√				√				√				4	25		√
2	Ai Rosita		√				√			√					√			7	44		√
3	Alatif N		√			√				√				√				5	31		√
4	Aldi Sukmana			√					√			√			√			12	75	√	
5	Ali Akbar N			√				√			√					√		12	75	√	
6	Andini		√				√			√					√			7	44		√
7	Asep Sunarya		√				√			√					√			9	56		√
8	Cici Siti Alia	√				√				√				√				4	25		√
9	Deden			√				√			√				√			11	69		√
10	Desi Apriani	√				√				√				√				4	25		√
11	Dewi Sartika		√				√			√					√			7	44		√
12	Desi N	√				√				√				√				4	25		√
13	Eli Puspitasari	√				√				√				√				4	25		√
14	Gilang Candra			√				√				√			√			12	75	√	
15	Leni Laelasari	√				√				√				√				4	25		
16	Lia Destiana	√				√				√				√				4	25		
17	Mia Resmiati				√			√			√				√			12	75	√	
18	Miftah Ali J			√				√			√				√			12	75	√	
19	M. Agung S				√			√			√				√			13	81	√	
20	Nisa Wali M	√				√				√				√				4	25		
21	Padilah			√				√			√				√			12	75	√	
22	Rahma P	√				√				√				√				4	25		
23	Randi Nugraha			√				√			√			√			√	13	81	√	
24	Rani Susilawati		√				√			√				√				7	44		√
25	Reski P		√				√			√				√				7	44		√
26	Rika Kartika		√				√			√				√				7	44		√
27	Rismaya		√				√				√				√			8	50		√
28	Riva Ikhsanul	√				√				√				√				4	25		√
29	Sansan Sunarya			√				√				√			√			12	75	√	
30	Sindi Nurlatmi	√				√				√				√				4	25		√
31	Siti Komariah	√				√				√				√				4	25		√
32	Tata Dikri M		√				√				√				√			8	50		√
33	Wanda Rahayu	√				√				√				√				4	25		√
34	Winarno W		√				√			√					√			7	44		√
35	Yeni N	√				√				√				√				4	25		√
36	Yulia Enam	√				√				√				√				4	25		√
37	Wati Karwati		√				√				√				√			5	31		√
38	Angga		√				√				√				√			8	50		√
39	Hendra	√				√				√				√				4	25		√
Jumlah		16	13	8	2	18	11	8	2	26	7	6	0	18	8	11	2	277	1,744	8	31
Rata-rata																		7,1	44,71		
Persentase (%)		41	33,33	20,51	5,1	46,15	28,2	20,51	5,1	66,67	17,9	15,38	0	46,15	20,51	28,2	5,1			20,51	79,49

Keterangan:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Ideal}} \times 100$$

T: Tuntas                      BT: Belum Tuntas

Skor Ideal: 16

Nilai KKM 70

Berdasarkan hasil tes pertama yang dilakukan oleh penulis dilapangan pada tanggal 24 Februari 2015 di SDN Cikawung kelas V yang berjumlah 39 orang, siswa perempuan berjumlah 19 orang dan siswa laki-laki berjumlah 20 orang. Siswa yang mampu melakukan lompat jauh 20,51% atau 8 siswa selebihnya sekitar 79,49% atau 31 orang siswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu sebesar 70. Atau dapat dikatakan tingkat ketidaklulusannya yaitu mencapai 80% dari jumlah siswa 39 orang.

Setelah dianalisis terdapat penyebab-penyebab terjadinya hasil yang kurang memuaskan dari tes lompat jauh, yaitu kurang keaktifan siswa terhadap materi lompat jauh sebab pembelajaran yang monoton dalam penyajian materi pembelajaran. Siswa kurang memahami gerak dasar lompat jauh sehingga sulit untuk mendapatkan hasil yang maksimal, dan kurangnya percaya diri sehingga siswa merasa takut untuk melakukan tolakan lompat jauh. Berdasarkan faktor-faktor tersebut maka hasil tes lompat jauh tingkat kelulusan dapat dikatakan masih rendah.

Dengan diperolehnya hasil data dari observasi yang menyatakan tingkat kelulusan pada pembelajaran lompat jauh yang sangat rendah maka peneliti perlu memperbaiki masalah yang dihadapi siswa kelas V SDN Cikawung yaitu dengan pendekatan bermain pembelajaran yang diberikan dalam bentuk atau situasi permainan. Maka dari itu permasalahan yang dialami dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, bisa diatasi dengan permainan. Dengan permainan anak akan merasa senang, karena ketika bermain anak akan belajar segala hal.

Dari paparan diatas, maka penulis mengambil judul “Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Permainan

Lompat Katak Pada Siswa Kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini mengenai pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat katak untuk meningkatkan gerak dasar tolakan siswa kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang yang dirumuskan kedalam beberapa poin sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat katak di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang?
2. Bagaimana pelaksanaan kinerja guru pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok terhadap permainan lompat katak di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang?
3. Bagaimana aktifitas siswa pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok terhadap permainan lompat katak di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang?
4. Bagaimana hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat katak di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang?

## **Pemecahan Masalah**

Adapun tahapan proses pembelajaran lompat jauh menggunakan permainan lompat katak adalah sebagai berikut:

1. Tahap perencanaan pembelajaran, dengan dilakukan 3 siklus.
2. Tahap pelaksanaan, pada siklus I siswa melakukan lompat jauh menggunakan permainan lompat katak tanpa menggunakan alat. Pada siklus II siswa melakukan lompat jauh menggunakan permainan lompat katak dengan menggunakan alat yaitu simpai, jarak tiap simpai 50cm. pada siklus III siswa melakukan tolakan

lompat jauh menggunakan permainan lompat katak dengan menggunakan alat yaitu simpai, jarak tiap simpai bertambah menjadi 70cm.

3. Aktivitas siswa, dengan menggunakan permainan lompat katak pada saat materi ajar lompat jauh pada siswa kelas V SDN Cikawung sangat antusias melakukannya sehingga dapat berjalan dengan baik dan dapat dilakukan dengan sungguh-sungguh dan menarik.
4. Hasil belajar siswa, setelah melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan lompat katak pada siswa kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang, maka gerak dasar pada pembelajaran lompat jauh meningkat.

### **C. Tujuan Penelitian**

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah di paparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui bagaimana perencanaan menggunakan permainan lompat dalam pembelajaran penjas di Sekolah Dasar khususnya pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.
2. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan kinerja guru pembelajaran permainan lompat katak bisa meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.
3. Untuk mengetahui bagaimana aktifitas siswa pembelajaran permainan lompat katak bisa meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.
4. Untuk mengetahui bagaimana hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat katak di kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa, guru penjas, penulis dan pembaca. Adapun manfaat dari penelitian ini, yaitu :

##### **1. Manfaat Bagi Siswa**

- a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan siswa bisa meningkatkan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dalam mengikuti pelajaran penjas, sebagai pengaruh melakukan permainan lompat katak.
- b. Dapat melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok sebagai pengaruh melakukan permainan lompat katak.

##### **2. Manfaat Bagi Guru Penjas**

- a. Dengan adanya penelitian ini diharapkan guru pendidikan jasmani lebih kreatif dalam mengemas suatu pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.
- b. Dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan penilaian tentang materi permainan.

##### **3. Bagi UPI Kampus Sumedang**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat diterapkan permainan lompat katak dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

##### **4. Manfaat Bagi Peneliti**

- a. Dapat memperoleh data dan informasi yang jelas tentang masalah didalam proses belajar siswa kelas V didalam mengikuti pelajaran penjas
- b. Dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman tentang cara menyusun karya ilmiah.

##### **5. Bagi Peneliti Lain**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan pengembangan modifikasi pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dalam pembelajaran lompat jauh.

- c. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lompat jauh lebih lengkap.

### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Dalam penelitian yang berjudul “ meningkatkan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok menggunakan permainan lompat katak”.

Adapun struktur organisasi dalam penulisan skripsi ini yaitu :

#### **BAB I PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang
- B. Rumusan Masalah
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat Penelitian
- E. Struktur Skripsi

#### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

- A. Hakikat Belajar dan Pembelajaran
- B. Perkembangan dan Karakteristik Anak Sekolah Dasar
- C. Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar
- D. Atletik
- E. Lompat Jauh
- F. Permainan
- G. Pembelajaran Lompat Jauh Menggunakan Permainan Lompat Katak
- H. Temuan hasil penelitian yang relevan
- I. Hipotesis penelitian

#### **BAB III METODE PENELITIAN**

- A. Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian
- B. Metode dan Desain Penelitian
- C. Instrumen Penelitian
- D. Teknik Pengumpulan Data
- E. Prosedur Penelitian

F. Teknik Pengolahan Data

G. Analisis Data

H. Validasi Data

#### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data Awal

B. Paparan Data Tindakan

C. Pembahasan

#### BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

B. Implikasi

C. Rekomendasi

#### DAFTAR PUSTAKA

Lampiran-lampiran

