

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan adalah proses yang digunakan setiap individu untuk mendapatkan pengetahuan, wawasan serta mengembangkan sikap dan keterampilan. Pendidikan memiliki pengertian usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-undang No 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional).

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Pendidikan jasmani merupakan salah satu dari subsistem-subsistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Telah menjadi pernyataan umum bahwa pendidikan jasmani sebagai satu subsistem pendidikan mempunyai peran yang berarti dalam mengembangkan kualitas manusia Indonesia. Dirjen Dikti (Mardiana, 2009, hlm. 1.11) pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Menurut Suherman (2009, hlm. 5) mengemukakan bahwa “Pendidikan melalui dan tentang aktivitas fisik atau dalam bahasa aslinya *Physical Education is education of and through movement*. Terdapat tiga kata kunci dalam definisi tersebut, yaitu 1) pendidikan (*education*), yang direfleksikan dengan kompetensi yang ingin dicapai siswa, 2) melalui dan tentang (*through and of*) kata sambung yang berarti keterhubungan langsung maupun tidak langsung, 3) gerak (*movement*) merupakan bahan kajian yang tertera dalam kurikulum pendidikan jasmani”.

Mulyanto (2014, hlm. 34) “Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah

belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktivitas jasmani, bermain dan olahraga”.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah media interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis serta proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak.

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. Ruang lingkup program pengajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar, mulai dari kelas I sampai kelas VI pada setiap semester ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial.

Mulyanto (2014, hlm. 25) tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat, proses belajar dalam pendidikan jasmani bertujuan untuk menumbuhkan perubahan perilaku. Secara sederhana pendidikan jasmani itu tidak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Belajar melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani siswa diajarkan untuk bergerak melalui pengalaman gerak terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohani.

Hakikat belajar pendidikan jasmani di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai proses dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia, karena pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia yang utuh dan harmonis didalam kehidupannya, yaitu dalam rangka membentuk manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri dan yang secara bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa.

Bola basket merupakan sebagian dari materi pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar yang memiliki karakteristik khusus

serta mempunyai tujuan yang hendak dicapai seperti daya tahan, kekuatan, kelentukan, koordinasi dan memelihara kesehatan. Bukan hanya itu Permainan bola basket juga dapat memberikan efek positif seperti persendian-persendian menjadi baik, otot-otot menjadi kuat peredaran darah menjadi lancar dan pernafasan tidak terhambat. Sehingga gerakan-gerakan dalam permainan bola basket sangat sesuai untuk materi wajib dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar.

Sodikun (1992, hlm. 8) “Bola basket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola boleh di over (dilempar ke teman), boleh dipantulkan ke lantai (ditempat atau sambil berjalan) dan tujuannya adalah memasukan bola ke basket (keranjang) lawan. Permainan dilakukan oleh 2 regu masing-masing terdiri dari 5 pemain setiap regunya berusaha memasukan bola kekeranjang lawan dan menjaga atau mencegah keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. Lapangan terdiri dari tanah, atau lantai semen atau papan, dibatasi oleh garis berbentuk empat persegi panjang berukuran 28 x 15 meter.”

Program pengajaran pengembangan kemampuan jasmani melalui pelajaran bentuk-bentuk gerakan dasar melempar bola pada permainan bola basket pada kelas Sekolah Dasar, bertujuan untuk mengembangkan kemampuan anak dalam bertindak melakukan suatu bentuk gerakan dengan anggota badannya agar lebih terampil dengan menggunakan alat-alat yang sesuai dengan tingkat dan kemampuannya.

Manfaat pembelajaran bola basket akan diperoleh apabila disajikan dalam lingkungan belajar yang kondusif. Untuk itu diperlukan strategi yang tepat dalam proses pembelajaran melempar, baik yang bersifat pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran tubuh maupun untuk meningkatkan keterampilan suatu gerakan seperti melempar bola dengan satu tangan. Strategi pembelajaran adalah menyiasati atau mengakali pelaksanaan belajar-mengajar dengan tujuannya tiada lain adalah agar proses belajar mengajar itu berhasil.

Peran guru sebagai fasilitator tidak sebatas tidak hanya pada membantu membimbing siswa meraih tujuan belajarnya, melainkan harus mampu

mencari dan menemukan metode pembelajaran yang tepat selama proses pembelajaran. Upaya penemuan metode pembelajaran hanya dapat dilakukan oleh guru yang cermat dalam menyikapi kendala dan masalah kesulitan belajar yang dialami setiap siswa. Seperti contoh dalam kasus pembelajaran melempar bola satu tangan pada permainan bola basket pada siswa sekolah dasar di SDN Warungketan.

Setelah peneliti melakukan observasi ke lapangan, peneliti menemukan masalah yang harus dipecahkan. Dimana peserta didik kesulitan dalam melakukan gerakan melempar bola satu tangan. Padahal guru sudah menjelaskan tentang bagaimana cara melakukan melempar bola satu tangan dari posisi kaki, posisi badan, posisi tangan, sampai lemparan. Dan sesaat setelah guru bertanya pada siswa mengapa susah melakukan gerakan melempar bola satu tangan pada bola basket, kebanyakan dari mereka menjawab karena belum pernah melakukan sebelumnya dan baru mempelajarinya. Adapun kesulitan yang terjadi pada siswa dibawah ini diantaranya:

1. Kurang kondusifnya kondisi kelas atau lapangan, banyak siswa yang masih bercanda saat guru menjelaskan materi.
2. Interaksi yang dilakukan dalam pembelajaran hanya terjadi satu arah, yaitu guru ke siswa.
3. Pada saat pembelajaran guru kurang membantu dan hanya memperhatikan sebagian siswa sedangkan siswa yang lain di abaikan.
4. Metode pembelajaran yang digunakan kurang efektif.
5. Guru yang kurang membantu pada saat proses pembelajaran.
6. Pembelajaran terlihat monoton dan membosankan, karena selama proses pembelajaran tidak diselingi dengan permainan atau hal-hal yang membuat siswa senang dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada saat pembelajaran melempar dengan satu tangan.

Seorang pendidik perlu menggali wawasan dan pengetahuan tentang penerapan metode dan penggunaan teknik mengajar yang kurang tepat, tidak ada variasi pada saat pelaksanaan pembelajaran, dan lebih mengutamakan

hasil akhir belajar daripada proses pembelajaran dapat menimbulkan minat siswa akan menjadi rendah.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi siswa dalam proses pembelajaran, adapun faktor tersebut ialah kondisi fisik, penguasaan teknik, kemampuan mental, dan faktor di lapangan. Namun dalam sebuah realita yang ada di lapangan bahwa penguasaan teknik merupakan hal yang perlu diperhatikan dalam diri siswa dalam sebuah pembelajaran dan mencapai nilai atau hasil yang akan dicapai, bukan hanya itu kondisi fisik seseorang harus ideal untuk menunjang teknik yang baik dan benar harus ada kondisi fisik seseorang harus ideal menambah kemampuan anak menguasai teknik melempar dalam permainan bola basket.

Power memiliki peranan yang penting, karena awalan pada saat siswa melakukan lemparan membutuhkan kekuatan otot lengan agar hasil lemparan akan maksimal. Penguasaan teknik yang menunjang siswa untuk berprestasi juga harus ditopang oleh kekuatan otot lengan, mengingat melempar juga membutuhkan kekuatan untuk mendapat hasil yang baik dalam melakukan gerakan melempar. Kondisi fisik *power* lengan ini berperan saat atlet tersebut melakukan tolakan saat melempar bola, karena *power* lengan yang baik mampu memperkuat daya tolakan siswa tersebut dan lemparan yang dihasilkan dapat maksimal dan lebih baik. Dick dkk (dalam Harsono, 1988, hlm. 199) mengatakan bahwa *power* adalah “kemampuan otot untuk mengatasi tahanan dengan kontraksi yang sangat cepat.

Seperti pemain bola basket diharapkan memiliki badan yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga tersebut, yaitu harus memiliki tinggi badan yang ideal. Namun pada kenyataannya kadang kala tidak sesuai dengan harapan, yaitu masih ada pemain bola basket badannya tidak ideal. Hal tersebut memang realita bahwa setiap manusia memiliki persamaan dan perbedaan, baik secara fisik maupun secara psikis, oleh karena itu pula akan memiliki perbedaan dalam hal keterampilan dan keahliannya.

Dalam penelitian ini, penulis hanya meneliti faktor fisik secara anatomi dan fisiologis. Oleh karena itu, badan ideal merupakan acuan bagi cabang

olahraga yang dipilihnya. Oleh karenanya para ahli membedakan postur tubuh menjadi beberapa tipe.

Berdasarkan pengamatan penulis dalam mengamati sebuah hasil melempar bola satu tangan pada bola basket, banyak terjadi perbedaan hasil melempar bola satu tangan yang dihasilkan siswa. Ada yang hasil lemparannya kurang baik dan ada juga hasil lemparan yang dihasilkan oleh siswa tersebut sangat baik, mungkin hasil lemparan tersebut memiliki banyak faktor yang menunjang sehingga saat melakukan lemparan memiliki hasil yang berbeda.

Dari pengamatan tersebut penulis tertarik untuk meneliti hubungan melempar bola satu tangan dan power lengan pada bola basket. Mungkin masih banyak faktor yang mempengaruhi hasil lemparan satu tangan tersebut namun bukan kajian penelitian ini. Berdasarkan ketertarikan tersebut penulis ingin meneliti apakah hasil lemparan satu tangan memiliki hubungan dengan *power* lengan. Penulis membatasi permasalahan dalam penelitian ini dengan tujuan agar permasalahan yang diteliti tidak keluar dari ruang lingkup dan dalam pelaksanaannya lebih terarah pada tujuan dengan baik.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar hubungan *power* lengan terhadap kemampuan melempar bola satu tangan pada siswa kelas V SD Negeri Warungketan?
2. Seberapa besar kontribusi *power* lengan terhadap kemampuan melempar bola satu tangan pada siswa kelas V SD Negeri Warungketan ?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian sudah dipastikan memiliki tujuan. Demikian pula penelitian yang dilaksanakan penulis mempunyai tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan *power* lengan terhadap kemampuan melempar bola satu tangan pada siswa kelas V SD Negeri Warungketan.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* lengan terhadap kemampuan melempar bola satu tangan pada siswa kelas V SD Negeri Warungketan.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, maka dari itu diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dari segi teoritis, praktik, umum, dan khusus. Adapun manfaat dari penelitian ini penulis jelaskan yaitu :

1. Secara teoritis
Sebagai pengembangan ilmu pendidikan olahraga, khususnya dalam hal melempar satu tangan, hasil penelitian ini dapat melengkapi kepustakaan dalam bidang olahraga mengenai hubungan *power* lengan dengan hasil melempar satu tangan, dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman dalam menyusun karya ilmiah dan pengkajian baru mengenai melempar satu tangan.
2. Secara praktis
Diharapkan mempunyai manfaat sebagai acuan untuk meningkatkan hasil melempar satu tangan siswa SD Negeri Warungketan dan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru tentang hubungan *power* lengan dengan kemampuan melempar satu tangan.
3. Secara umum
Dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya. Selain hal itu hasil penelitian yang di peroleh diharapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pembinaan dalam memilih atlet, pengembangan pola latihan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan secara karakteristik dan latihan yang dilakukan dapat berjalan secara afektif dan efisien.
4. Secara khusus
Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

- a. Bagi penulis : Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan dan dapat memberikan pengalaman baru dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
- b. Bagi siswa, untuk mengetahui tentang kemampuan siswa dalam hal melempar satu tangan, memberikan motivasi dalam hal pembelajaran melempar, dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- c. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai upaya mengetahui kemampuan peserta didik dalam hal melempar satu tangan, dan sebagai tinjauan pengajaran dalam hal melempar satu tangan, mengetahui kelemahan siswa dan di jadikan referensi mengajar.
- d. Bagi sekolah : Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang baik pada sekolah dalam rangka memperbaiki pembelajaran pada khususnya dan sekolah pada umumnya. Sebagai perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaian dengan peningkatan hasil melempar satu tangan.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Pada skripsi ini, penulis menjelaskan tentang “Hubungan Power Lengan Dengan Kemampuan Melempar Satu Tangan” yang terdiri dari lima bab.

Lima bab tersebut yaitu bab I pendahuluan, bab II kajian pustaka, bab III metode penelitian, bab IV hasil penelitian dan bab V kesimpulan dan saran.

Untuk lebih jelasnya berikut penulis merupakan struktur organisasi skripsi yang penulis buat. Struktur organisasi skripsi sebagai berikut :



Gambar 1.1
Struktur Organisasi