

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salahsatu aspek yang sangat penting dalam pembangunan suatu bangsa. Menurut Ihsan (2013, hlm. 2) “Pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada di dalam masyarakat dan kebudayaan”. Pendidikan yang diselenggarakan di sekolah, khususnya di sekolah dasar diwujudkan dengan adanya interaksi belajar mengajar atau proses pembelajaran antara guru sebagai pendidik dan siswa sebagai peserta didik. Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang diberikan kepada siswa dalam bentuk aktivitas fisik. Dikatakan oleh Rahayu (2013, hlm 1) bahwa “Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk meningkatkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.” Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang melibatkan aktivitas gerak siswa, mengajarkan berbagai aspek dalam kehidupan meningkatkan ranah afektif, kognitif dan psikomotor.

Lompat jauh gaya jongkok merupakan salahsatu nomor atletik yang menjadi bagian dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Lompat jauh gaya jongkok merupakan suatu gerakan melompat dengan menggunakan salahsatu kaki baik itu kaki kanan maupun kaki kiri untuk melakukan tolakan agar dapat menghasilkan jarak yang sejauh mungkin. Dikatakan oleh Sidik (2014, hlm. 57) “Gerakan-gerakan nomor lompat dapat dirinci dalam empat fase utama: (a) awalan, (b) bertolak, (c) melayang, dan (d) pendaratan.” Selanjutnya Hendrayana (2007, hlm. 79) mengatakan bahwa “Prinsip dasar lompat jauh adalah membangun awalan yang secepat-cepatnya dan melakukan tolakan yang sekuat-kuatnya kearah depan-atas dengan satu kaki untuk meraih ketinggian yang

optimal saat melayang sehingga menghasilkan jarak lompatan yang sejauh-jauhnya.” Lompat jauh gaya jongkok adalah suatu gerakan melompat yang terdiri dari empat fase gerakan meliputi awalan, tolakan, melayang dan mendarat.

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok siswa, guru harus lebih kreatif dan membuat pembelajaran dengan lebih menarik agar disukai oleh siswa. Guru harus memperhatikan aktivitas dalam pembelajaran yang dilakukan. Karena hal tersebut akan menentukan apakah pembelajaran tersebut berhasil atau tidak. Perencanaan pembelajaran yang dibuat harus diperhatikan dengan seksama sesuai dengan panduan yang telah ditentukan. Sebagaimana yang dikatakan oleh Susilawati (2016, hlm. 15) “Inovasi pembelajaran merupakan sesuatu yang penting dan mesti dilakukan oleh guru.” Guru harus berusaha memfasilitasi siswa dalam pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan dalam olahraga sehingga siswa dapat mendapatkan konsep materi itu sendiri. Tidak hanya dalam konteks pembelajaran di kelas, akan tetapi guru harus dapat mengupayakan memberikan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok itu sendiri di luar jam pembelajaran atau yang disebut dengan jam belajar tambahan, dengan demikian materi akan dapat tersampaikan secara maksimal. Kegiatan jam belajar tambahan ini dilakukan dengan tujuan untuk membimbing atau melatih siswa secara khusus sehingga mendapatkan intensitas pengulangan materi pembelajaran atau aktivitas yang akan dilakukan lebih sering dan sistematis.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas 5 SDN Citimun II belum memenuhi kriteria dalam melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok yang baik. Dalam melakukan awalan sebagian besar siswa cenderung mengurangi kecepatan, tidak melakukan tolakan dengan menggunakan satu kaki, melakukan melayang tidak dalam posisi seperti seseorang sedang jongkok dan ketika mendarat kehilangan keseimbangan. Pembelajaran lompat jauh gaya jongkok masih menggunakan pembelajaran yang baku, tidak menggunakan pembelajaran yang inovatif. Pembelajaran lompat jauh gaya jongkok diberikan dengan cara menjelaskan langkah-langkah lompat jauh gaya jongkok dan siswa diberi kesempatan untuk mencoba melakukannya.

Pembelajaran yang diterapkan adalah pembelajaran konvensional dimana guru hanya memberikan ceramah. Menurut Saputra (2001, hlm. 4) “Guru perlu memahami karakteristik anak sekolah dasar yang memiliki kekhasan dalam bersikap yang diungkapkannya melalui bermain.” Anak usia sekolah dasar cenderung belum bisa meninggalkan unsur bermain dalam aktivitasnya sehari-hari. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Sudirjo & Susilawati (2015, hlm. 58) bahwa “Bermain dianggap sangat penting untuk perkembangan fisik dan psikologis, sehingga anak diberi waktu dan kesempatan untuk bermain dan juga didorong untuk bermain...” Agar pesan dari pembelajaran yang disampaikan dapat diterima oleh siswa dengan baik, maka guru harus dapat menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa. Disini, guru dituntut untuk melakukan inovasi dalam memberikan pembelajaran, khususnya pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan cara memberikan fasilitas dan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan keterampilannya.

Untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok salahsatunya dapat menggunakan permainan yang menarik. Hal ini sejalan dengan yang dipaparkan oleh Saputra (2001, hlm. 7) bahwa “Penguasaan keterampilan gerak dasar dapat dikembangkan melalui kegiatan bermain.” Salah satu permainan yang dapat digunakan yaitu permainan lompat angka. Permainan lompat angka adalah suatu permainan yang menggunakan angka-angka tertentu dengan peraturan yang merujuk pada peraturan dalam melakukan tahapan-tahapan lompat jauh gaya jongkok. Secara tidak langsung, siswa melakukan tahapan-tahapan gerakan lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat angka. Dengan menggunakan permainan tersebut, siswa akan memahami makna dari materi yang sedang dipelajari. Sebagaimana yang dikatakan oleh Kusmaedi (2009, hlm. 1) bahwa “Permainan kedudukannya dalam pembelajaran penjas memiliki kedudukan penting dalam rangka melestarikan, memelihara, bahkan mengembangkan cabang-cabang olahraga.” Bagi siswa pembelajaran akan bermakna lama ketika siswa ikut serta dalam permainan yang menarik dalam mendapatkan pengetahuan dan pengalamannya sendiri. Dalam hal ini siswa akan jauh lebih semangat dalam belajar dan akan memberikan pengalaman yang lebih

bermakna karena pembelajaran yang dilakukan menarik juga menyenangkan. Selain itu, tujuan dari pembelajaran akan tercapai.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan tersebut, maka sebagai perwujudan nyata dalam menciptakan kegiatan pembelajaran yang inovatif dan dapat menumbuhkan kegiatan pembelajaran yang bermakna yang juga menyenangkan guna meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa dilakukan sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh Permainan Lompat Angka Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok”.

B. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh permainan lompat angka terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Secara lebih rinci rumusan masalahnya adalah “Bagaimana pengaruh permainan lompat angka terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.” Agar tidak terjadi kekeliruan dalam penelitian, maka dibuatlah batasan masalah dalam penelitian ini. Materi yang digunakan dalam penelitian ini ialah materi lompat jauh gaya jongkok.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun, maka tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah “Untuk mengetahui pengaruh permainan lompat angka terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok”.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi siswa

Siswa dapat memperoleh pengetahuan dan pengalaman mengenai pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Selain itu siswa mampu berperan aktif dalam pembelajaran sehingga dapat mengembangkan keterampilannya.

2. Bagi guru

Guru akan memperoleh wawasan baru dan pengalaman yang akan membantu dalam mengembangkan pembelajaran menjadi lebih inovatif. Selain itu guru dapat meningkatkan kemampuannya dalam memberikan praktik lompat jauh gaya jongkok.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam melaksanakan penelitian selanjutnya. Juga sebagai acuan dalam meningkatkan proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

E. Struktur Organisasi Penelitian

Struktur organisasi penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab. Adapun rincian dari setiap bab adalah sebagai berikut.

Bab I memuat uraian mengenai pendahuluan dari skripsi. Bab I berisi uraian mengenai latar belakang dilakukannya penelitian, rumusan masalah serta batasan masalah dari penelitian yang akan dilakukan, tujuan dari dilakukannya penelitian, manfaat diadakannya penelitian, dan uraian dari struktur organisasi skripsi.

Bab II memuat pembahasan yang terkait dengan landasan teoritis. Adapun rinciannya yaitu membahas mengenai hakikat lompat jauh gaya jongkok, teknik lompat jauh gaya jongkok, pengertian permainan lompat angka, kajian mengenai hasil penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan, serta hipotesis penelitian.

Bab III memuat uraian dari metodologi penelitian, yaitu mengenai metode dan desain yang digunakan dalam penelitian, subjek penelitian yang berisikan populasi dan sampel yang akan diteliti, variabel penelitian baik itu variabel bebas maupun variabel terikat dari penelitian, definisi operasional yang berisikan gambaran umum dari variabel yang terdapat dalam penelitian, instrumen penelitian yang digunakan, prosedur pelaksanaan penelitian dimulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pengolahan data dan terakhir memuat uraian mengenai teknik pengolahan dan analisis data.

Bab IV memuat uraian yang membahas hasil penelitian dan pembahasan. Hasil penelitian berisi uraian mengenai permasalahan yang berkaitan dengan masalah-masalah yang diteliti. Pembahasan berisi uraian mengenai hasil berpikir peneliti dalam menghubungkan teori yang digunakan sebagai landasan penelitian dengan hasil penelitian.

Bab V memuat simpulan dan saran. Simpulan merupakan jawaban atas rumusan masalah penelitian yang diajukan. Saran memuat kekurangan saat penelitian serta masukan mengenai masalah baru yang dapat dijadikan bahan penelitian selanjutnya.

