

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diwajibkan dalam proses pembelajaran, dimana pendidikan jasmani ini adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, emosional, dan pembentukan watak. Menurut Mahendra (2009, hlm. 21). "Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan."

Pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan keterampilan (psikomotor), karena itu posisi pendidikan jasmani sangatlah penting juga berpeluang lebih banyak dari mata pelajaran lainnya untuk membina keterampilan. Ini sekaligus mengungkapkan kelebihan pendidikan jasmani dari pelajaran lainnya, jika pelajaran lain lebih mementingkan intelektual maka melalui pendidikan jasmani terbina sekaligus aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Seperti yang di ungkapkan oleh Mahendra (2009, hlm. 23). Secara sederhana tujuan penjas meliputi tiga ranah (domain) sebagai satu kesatuan sebagai berikut:

1. Kognitif (konsep gerak, arti sehat, memecahkan masalah, kritis dan cerdas)
2. Psikomotor (gerak dan keterampilan, kemampuan fisik dan motorik, dan perbaikan fungsi organ tubuh)
3. Afektif (menyukai kegiatan fisik, merasa nyaman dengan diri sendiri, dan ingin terlibat dalam pergaulan sosial)

Pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah, banyak pengaruh yang menyebabkan keberhasilan belajar. Menurut Hamalik (2006 : 30). "Hasil belajar adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut, misalnya dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tidak mengerti menjadi mengerti." Faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu, faktor murid, guru, media, materi, metode, sarana prasarana dan strategi dalam mengajarnya.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani ada beberapa macam materi yang dikembangkan melalui kurikulum pembelajaran disekolah yang harus dipelajari oleh peserta didik. Dalam peraturan pemerintah Sistem Pendidikan Nasional No.19 Tahun 2005, disebutkan bahwa: Ruang lingkup materi mata pelajaran pendidikan jasmani antara lain adalah permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, aquatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (outdoor education).

Dari penjelasan di atas, salah satu materi yang di ajarkan dalam pendidikan jasmani yaitu pembelajaran aktivitas atletik. Atletik adalah aktivitas jasmani atau latihan jasmani yang berisikan gerak alamiah seperti jalan, lari, lompat, dan lempar. Atletik dilakukan disemua Negara karena nilai-nilai edukatif yang terdapat didalamnya juga memegang peranan penting dalam pengembangan kondisi fisik sehingga dapat menjadi dasar pokok untuk pengembangan atau peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lain, seperti yang dikemukakan oleh Hendrayana (2007, hlm. 3):

”Atletik ini memiliki bentuk kegiatan fisik yang beragam seperti jalan, lari, lompat, lempar, dan banyak orang yang 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 der sport* (Belanda).”

Dari beberapa cabang olahraga atletik yang dipelajari disekolah salah satunya yaitu nomor lompat jauh. Lompat jauh adalah gerakan melompat menggunakan tumpuan satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Menurut Hendrayana (2007, hlm. 79). ”Prinsip dasar lompat jauh adalah membangun awalan yang secepat-cepatnya dan melakukan tolakan yang sekuat-kuatnya ke arah depan-atas dengan satu kaki untuk meraih ketinggian yang optimal saat melayang sehingga menghasilkan jarak lompatan yang sejauh-jauhnya.” Ada beberapa gaya yang ada di dalam aktivitas atletik lompat jauh, yaitu gaya jongkok, gaya menggantung dan gaya jalan di udara.

Namun pada kenyataannya, pengalaman penulis sewaktu mengajar di SMP Negeri 1 Cilimus pada saat proses pembelajaran berlangsung seringkali ditemukan hal-hal yang menghambat dalam pembelajaran aktivitas atletik lompat jauh hal ini

dikarenakan kurangnya antusias siswa dalam pembelajaran aktivitas atletik lompat jauh, minimnya sarana dan prasarana dalam pembelajaran aktivitas lompat jauh sehingga siswa kebanyakan menunggu giliran dan siswa lebih banyak diam dari pada melakukan aktivitas pembelajaran lompat jauh. Kendala lain yang menghambat siswa dalam pembelajaran lompat jauh yaitu kurangnya minat siswa, kurang menariknya pembelajaran yang diberikan, sehingga munculnya kebosanan kepada siswa dalam mengikuti pembelajaran. Aktivitas atletik lompat jauh ini adalah kegiatan yang monoton dengan kegiatan yang mempelajari fase awalan, fase tolakan, fase melayang serta fase mendarat tentunya siswa akan merasakan jenuh dan bosan dalam mengikuti pembelajaran aktivitas lompat jauh apabila seorang pengajar tidak pandai dalam meramu pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Bukan hanya itu, sebagian besar siswa juga lebih menyukai olahraga yang ada unsur-unsur permainannya seperti bola voli, sepakbola, kasti, ataupun olahraga yang lain yang ada unsur permainannya.

Dengan cara mengajar yang sebagian besar didominasi oleh guru pada saat pembelajaran berlangsung, guru sering menggunakan metode ceramah, komando, yang harus seorang siswa mengikuti tugas gerak yang telah di peragakan oleh seorang guru sehingga siswa melakukan apa yang di instruksikan dari guru itu sendiri dan tentunya hal tersebut menyebabkan pola pembelajaran yang cenderung membosankan. Untuk itu perlu adanya perubahan dalam menyampaikan materi kepada siswa sangatlah penting untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa sehingga pencapaian tujuan pembelajaran sesuai harapan dan mendorong siswa agar lebih menyukai dan meminati pembelajaran aktivitas lompat jauh. Menurut Suherman (2009, hlm. 14) bahwa : “Waktu aktif belajar siswa khususnya dalam penjas merupakan waktu yang harus ditempuh selama kegiatan penjas itu berlangsung, dimana anak dalam kondisi aktif belajar atau melakukan aktivitas yang sedang dilaksanakan sesuai apa yang diharuskan oleh guru”.

Pada saat proses pembelajaran berlangsung seorang pengajar harus pandai memberikan bentuk-bentuk aktivitas yang menyenangkan, menggembarakan, dan mengasyikan, maka perlu adanya pendekatan pembelajaran yang menarik. Pendekatan pembelajaran yang dimaksud yaitu pendekatan bermain karena

bermain merupakan kebutuhan alami anak, diharapkan dengan pendekatan belajar dalam situasi bermain dapat mendorong siswa selalu terlibat aktif dalam suatu kegiatan belajar mengajar, seperti yang di paparkan Adam dalam Eka, (2012, hlm. 9) mengemukakan bahwa. “Permainan dapat menarik minat dan menyenangkan, bila didorong untuk membuat keputusan-keputusan yang tepat, akan mendorong terbentuknya pendekatan taktis”. Pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang mengaplikasikan ke dalam suatu permainan, dengan bermain siswa dapat mengaktualisasikan potensi aktivitasnya dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan minat belajar pada siswa, juga secara tidak disadari melalui permainan siswa telah melakukan suatu gerakan latihan yang di anggap menyenangkan baginya. Dengan demikian maka dalam pembelajaran atletik sangat diperlukan penerapan pendekatan bermain agar atletik dapat diminati serta antusias siswa akan lebih besar dalam mengikutinya, khususnya dalam pembelajaran atletik lompat jauh. Seperti yang di ungkapkan oleh Bahagia (2003, hlm. 10) adalah “Atletik secara bermain dapat menggugah perhatian anak-anak dan dapat memfasilitasi semua tingkat keterampilan yang ada pada kelas yang kita ajar”.

Dari permasalahan yang ada ditambah dalam proses pembelajaran kegiatan pemanasan, instruksi, demonstrasi, siswa belajar keterampilan, mengetes, dan mengevaluasi kegiatan tersebut menghabiskan waktu yang cukup lama apabila seorang pengajar tidak efektif dan efisien dalam mengatur waktu pembelajarannya. Pada saat proses pembelajaran berlangsung kegiatan siswa harus diperhatikan, jangan sampai anak harus banyak menunggu terlalu lama dalam melakukan keterampilan hanya karena keterbatasan sarana dan prasarana yang akan mengakibatkan siswa tidak bersemangat dalam proses pembelajaran. Seperti yang dipaparkan oleh Lutan dan Suherman (2000, hlm. 45-46) adalah: “Jumlah waktu aktif belajar siswa merupakan ciri pembelajaran yang efektif. Perencanaan jumlah waktu aktif belajar akan terkait langsung dengan waktu yang di perlukan untuk aspek lain, missal: pemanasan, penjelasan, demonstrasi, termasuk strategi atau gaya yang di gunakan”.

Waktu aktif belajar (JWAB) siswa sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani karena waktu aktif belajar (JWAB) siswa ini

menentukan dalam proses pembelajaran supaya siswa terus melakukan aktivitas yang telah direncanakan, selain itu juga supaya tujuan pembelajaran dapat tercapai. Oleh karena itu, seorang guru penjas yang baik harus bisa mengelola waktu dengan baik, sehingga aktivitas dalam proses belajar terlaksana mulai dari manajemen (pengelolaan waktu), waktu instruksi, waktu aktif belajar, dan waktu tunggu harus benar-benar diperhatikan oleh seorang guru penjas karena dengan manajemen waktu yang baik maka setiap aktivitas yang akan dilakukan oleh siswa dapat terkontrol dengan baik sehingga waktu pasif siswa dapat diminimalisir. Menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dimaksudkan untuk menghindari terbentuknya kondisi lingkungan belajar yang kurang mendukung terhadap pelaksanaan proses belajar mengajar.

Dari pemaparan di atas, penulis ingin menerapkan pendekatan bermain terhadap jumlah waktu aktif belajar siswa pada pembelajaran aktivitas lompat jauh. Adapun alasan mengapa pendekatan bermain menjadi pilihan untuk dikaji oleh penulis, karena penulis ingin mencoba apakah ada perbedaan dalam hal jumlah waktu aktif belajar dari penerapan pendekatan bermain tersebut.

Oleh karena itu, berdasarkan dari latar belakang yang telah dijelaskan, penulis tertarik untuk mengambil judul “Implementasi Pendekatan Bermain Terhadap Jumlah Waktu Aktif Belajar (JWAB) Siswa Pada Pembelajaran Aktivitas Lompat Jauh.” (Penelitian Tindakan Kelas di Kelas VII A SMP Negeri 1 Cilimus, Kab. Kunungan)

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis memperoleh rumusan pertanyaan yaitu sebagai berikut: “Bagaimana implementasi pendekatan bermain pada pembelajaran aktivitas lompat jauh dalam meningkatkan jumlah waktu aktif belajar siswa”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis merumuskan tujuan penelitian sebagai berikut: ”Untuk memperbaiki proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan implementasi pendekatan bermain terhadap jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa pada pembelajaran aktivitas lompat jauh”.

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

##### 1. Secara teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangan pemikiran dan bahan pengajaran dalam penyampaian materi pembelajaran aktivitas lompat jauh pada siswa.

##### 2. Secara praktis

Secara praktis hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan bahan masukan bagi guru dalam melakukan pembelajaran aktivitas lompat jauh melalui pendekatan bermain terhadap jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa di SMP Negeri 1 Cilimus.

#### **E. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang terkait dengan pengaruh pendekatan bermain terhadap jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa pada pembelajaran aktivitas lompat jauh dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurangnya antusias siswa dalam proses pembelajaran aktivitas lompat jauh.
2. Proses pembelajaran yang kurang efektif sehingga mempengaruhi jumlah waktu aktif belajar siswa.
3. Motivasi belajar yang dimiliki siswa beragam

#### **F. Batasan Masalah**

Salah satu penelitian perlu membatasi ruang lingkup dari penelitian, ini agar menghindari masalah yang dibahas tidak menyimpang dari berbagai kalangan. Maka penulis membatasi permasalahan yang hanya akan meneliti implementasi pendekatan bermain terhadap jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa pada pembelajaran aktivitas lompat jauh.

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pendekatan bermain
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa pada pembelajaran aktivitas lompat jauh.

3. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian (PTK).

### **G. Struktur Organisasi Skripsi**

Penyusunan skripsi ini terdiri atas lima bab. Adapun uraian mengenai isi dari penulisan setiap babnya adalah sebagai berikut :

BAB I Pendahuluan. Pada bab ini membahas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitia, dan sistematik penulisan.

BAB II Kajian Pustaka. Pada bab ini membahas teori-teori yang digunakan pada bahan analisis masala. Teori diambil dari berbagai literatur yang berkaitan dengan pembehasan masalah yang diteliti, serta pengambilan hipotesis didasarkan pada rumusan masalah yang diajukan penelitian.

BAB III Metode Penelitian. Pada bab ini membahas tentang cara yang akan digunakan peneliti dalam mendukung pengolahan data yang didapat setelah melakukan penelitian.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Pada bab ini membahas hasil dari pengolahan data, yang hasilnya digunakan sebagai jawaban pada penelitian.

BAB V Kesimpulan dan Saran. Pada bab ini membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan. Implikasi membahas tentang dampak langsung setelah dilakukannya penelitian, dan rekomendasi yang membangun sebagai acuan terhadap penelitian selanjutnya.

