

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Atletik merupakan olahraga yang terdiri dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat kita kelompokkan menjadi olah raga lari, olah raga lempar, dan olah raga lompat. Sejarah atletik Indonesia bermula pada saat Pemerintah Hindia Belanda (di tahun 1930) memasukkan olahraga Atletik sebagai salah satu mata pelajaran yang harus dipelajari di sekolah-sekolah saat itu. Saat itu belum banyak masyarakat mengenal olah raga atletik. Pada tahap awalnya atletik Indonesia hanya dikenal di lingkungan pendidikan saja. Seiring berjalannya waktu, olahraga atletik makin digemari oleh masyarakat Indonesia.

Salah satu aktivitas olahraga yang diberikan di sekolah-sekolah adalah aktivitas atletik. Hal ini dapat dilihat dalam kurikulum yang berlaku pada saat ini, mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah umum pelajaran atletik tetap diberikan secara berkesinambungan. Atletik sendiri mempunyai beberapa unsur gerak seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Salah satu unsur gerak tersebut adalah lompat yang terdiri, lompat jauh, lompat jangkit, lompat tinggi dan lompat tinggi galah. Dari uraian di atas jelaslah bahwa pentingnya peran cabang olahraga atletik di sekolah, hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Saputra (2001, hlm. 13). Atletik dapat menjadi salah satu kegiatan primadona dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani di SLTP. Dalam setiap kegiatan jasmani, guru dapat menggunakan unsur atletik sebagai pembuka, inti, atau penutup kegiatan belajar mengajar. Dengan demikian atletik memiliki nilai lebih khususnya dalam pembentukan kualitas fisik-psikis siswa agar lebih berkembang.

Nomor lompat jauh terdiri dari suatu rangkaian gerakan yang kompleks yang dimulai dari awalan, tolakan, saat melayang di udara dan mendarat. Lompat bertujuan untuk mencapai jarak lompatan yang sejauh-jauhnya, dan jauhnya lompatan ditentukan oleh awalan yang cepat, kekuatan tolakan, dan gaya saat di udara. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Muklis (2007, hml. 16): Keberhasilan dalam lompat jauh dipengaruhi oleh awalan, tumpuan, saat di udara, dan saat

mendarat. Awalan yang bagus, tumpuan yang kuat dan tepat, gaya saat di udara, dan pendaratan yang bagus pula menyebabkan lompatan yang sempurna. Untuk lompatan yang jauh diperlukan awalan yang cepat, tumpuan yang kuat dan gaya-gaya saat di udara yang bertujuan menambah kecepatan badan.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) disekolah menengah kejuruan (SMK) memiliki peran yang sangat penting untuk perkembangan perilaku siswa seperti aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Dalam Kurtilas (kurikulum 2013) SMK disekolah, atletik merupakan salah satu materi ajar yang harus diberikan kepada siswa. Pembelajaran atletik yang diberikan disekolah merupakan bagian untuk mencapai tujuan pendidikan.

Di sekolah pembelajaran lompat jauh adalah salah satu materi yang diberikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, untuk melihat perkembangan siswa dalam pembelajaran lompat jauh dapat dilihat melalui hasil belajar. Hasil belajar merupakan suatu yang menjadi tujuan utama dilaksanakannya pembelajaran di mana dalam proses belajar bentuk upaya mulai dari penggunaan model, strategi, metode pembelajaran semata hanya untuk merealisasikan tujuan belajar yang menjadi hasil belajar. Hasil belajar yang baik hanya dapat dicapai melalui proses belajar yang baik pula, apabila proses belajar kurang maksimal maka hasil belajar pula akan kurang maksimal. Belajar adalah proses perubahan tingkah laku individu sebagai hasil dari pengalamannya dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Keadaan pembelajaran disekolah dan permasalahan umum yang sering terjadi pada pembelajaran penjas disekolah yaitu kurangnya sarana dan prasarana yang dapat menunjang pembelajaran, selain itu proses pembelajaran belum mewujudkan adanya partisipasi siswa dalam belajar. Siswa berperan sebagai objek pembelajaran yang hanya mendengarkan dan mengaplikasikan apa yang disampaikan oleh guru. Selain itu proses pembelajaran kurang mengoptimalkan penggunaan modifikasi pembelajaran yang dapat memacu siswa berperan aktif, selain itu kurang kreatifnya guru yang dapat mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa, guru belum bisa mengembangkan model, metode dan gaya mengajar sehingga proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan

dalam situasi dan kondisi yang monoton tanpa memikirkan bagaimana tujuan pembelajaran tersebut dapat tersampaikan kepada siswa.

Faktor yang mempengaruhi pembelajaran lompat jauh yaitu faktor lingkungan yang mencakup lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah yang dapat mempengaruhi proses belajar siswa. Maka orangtua dan para guru perlu memperhatikannya. Sarana dan fasilitas mempunyai arti penting dalam pendidikan. Lapangan misalnya sebagai tempat yang strategis untuk berlangsungnya kegiatan belajar mengajar di sekolah. Selain itu fasilitas yang digunakan oleh gurupun harus diperhatikan misalnya alat-alat olahraga yang memadai karena ini akan memudahkan guru dan siswa dalam melakukan pembelajaran. Kehadiran guru adalah mutlak, tanpa ada guru tidak akan terjadi kegiatan belajar mengajar disekolah. Tetapi guru seperti apa yang mampu menyukseskan belajar anak. Karena guru harus memiliki wawasan yang luas, memahami dan menentukan metode apa yang harus diterapkan agar tujuan pembelajaran bisa tercapai. Kenyataan di lapangan, masih banyak siswa yang belum menyukai pembelajaran atletik karena pembelajarannya yang memerlukan aktivitas fisik yang banyak dan berat, gerakannya sudah ditentukan hanya seperti itu saja dan dilakukannya hanya mengandalkan kekuatan diri sendiri, mengakibatkan siswa kurang berminat dalam melakukan aktivitas tersebut. Para pendidik juga terkadang bingung ingin menerapkan metode apa jika melakukan pembelajaran atletik khususnya materi lompat jauh, hasilnya guru hanya memerintahkan siswa untuk melakukan pemanasan statis dan dinamis, kemudian lari mengelilingi lapangan, dan hanya melakukan gerakan lompat jauh secara berulang-ulang. Ini yang menjadikan pembelajaran tersebut kurang menarik dan bervariasi sehingga siswa merasa bosan dan jenuh.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut perlu metode atau strategi pembelajaran yang cocok untuk diterapkan pada pembelajaran disekolah melalui penerapan gaya mengajar latihan, karena dengan menggunakan metode itu pendidik bisa memberikan beberapa tugas gerak yang dapat disukai oleh siswa dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Becker/Massini dalam Sidik (2011, hlm. 2) bahwa “pelajaran atletik di sekolah tidak lagi menjadi mata pelajaran yang di minati umum”. Oleh karena itu seorang guru pendidikan

jasmani harus bisa memilih gaya mengajar yang cocok dan tepat pada proses pembelajaran lompat jauh. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dikenal banyak gaya mengajar, Menurut Samsudin (2008, hlm. 34) dalam Abdillah (2010, hlm. 26) ada 5 gaya pengajaran pendidikan jasmani yaitu “1. Gaya Komando, 2. Gaya Latihan (practice), 3. Gaya Berbalasan (Resiprocal), 4. Menilai diri sendiri (Self check style), 5. Partisipatif atau Inklusif (inclusion style). Dari gaya-gaya mengajar yang dijelaskan oleh Samsudin, peneliti membatasi penelitian ini untuk menggunakan gaya mengajar Practice (Latihan). Penulis tertarik meneliti penerapan gaya mengajar practice terhadap hasil belajar pembelajaran Lompat Jauh karena peneliti ingin mengetahui apakah gaya mengajar practice cocok, efektif, dan efisien dalam meningkatkan hasil belajar pembelajaran lompat jauh disekolah.

Dalam gaya mengajar latihan, Guru memberikan beberapa tugas, siswa menentukan kapan, dimana, bagaimana, dan tugas mana yang akan dilakukan pertama kali. Sedangkan guru memberikan umpan balik kepada siswa. Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah kemampuan atau keterampilan yang diperoleh individu atas usahanya yang dilakukan di sekolah melalui proses belajar yang dapat di realisasikan melalui hasil tes baik berupa nilai yang dinyatakan dalam angka maupun berupa perubahan sikap yang lebih baik dari sebelumnya. Keberhasilan dalam melaksanakan pendidikan jasmani disekolah sangat ditentukan oleh seorang guru. Guru memiliki peranan yang sangat penting dalam memberikan pengajaran atau materi ajar kepada siswa, apakah materi ajar yang diberikan oleh guru tersebut mudah untuk dicerna oleh siswa atau materi tersebut terlalu susah sehingga sukar untuk dimenerti oleh siswa. Tujuan proses belajar mengajar pada hakekatnya adalah merubah perilaku siswa yang bersifat afektif, kognitif, dan psikomotor, yang diharapkan terjadi perubahan setelah proses pembelajaran berakhir. Kegiatan belajar penjas selama ini adalah guru pada umumnya kurang tepat dalam memilih suatu pendekatan pembelajaran yang akan digunakan. Untuk dapat mencapai tujuan tersebut, guru harus dapat memilih bahan, metode pembelajaran, model pembelajaran serta alat pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik materi pembelajaran.

Dalam proses belajar mengajar pendidikan olahraga dan latihan merupakan hal sangat penting dilakukan. Hal ini dikarenakan peningkatan penguasaan keterampilan suatu cabang olahraga yang dapat diperoleh dengan latihan yang berulang-ulang, sehingga dapat membuat keterampilan motorik halus dan motorik kasarnya meningkat dan semakin sempurna. Sejalan dengan Harsono (1998, hlm. 100) ia mengemukakan bahwa “ Tujuan dari latihan adalah membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin.” Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian sebagai berikut: “Penerapan gaya mengajar practice terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh”, (Penelitian Tindakan Kelas Siswa Kelas X TGB 1 SMKN 1 Cirebon).

1.2 Rumusan Masalah

Masalah harus dirumuskan dengan jelas, hal ini dapat dicapai bila rumusan masalah diuraikan secara spesifik. Berdasarkan uraian pada latar belakang maka peneliti mencoba merumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimana penerapan gaya mengajar practice terhadap hasil pembelajaran lompat jauh di kelas X TGB 1 SMK Negeri 1 Cirebon?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka melalui penelitian tindakan kelas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gaya mengajar Latihan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran Lompat Jauh.

1.4 Manfaat Penelitian

penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi siswa, guru dan peneliti. Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut.

1.4.1 Manfaat teoritis

1.4.1.1 Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengembangkan ilmu khususnya dalam pembelajaran lompat jauh terkait dengan penerapan metode pembelajaran pada pembelajaran disekolah.

1.4.1.2 Bagi Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan dapat dijadikan bahan untuk menambah wawasan dalam bidang pengembangan materi pembelajaran keterampilan atletik nomor lompat jauh

1.4.1.3 Dapat memberikan sumbangan perkembangan pengetahuan bagi orang lain.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadikan semangat dalam pembelajaran, baik disekolah maupun diluar sekolah untuk meningkatkan minatnya dalam upaya menunjang prestasi belajar.

1.4.2.2 Bagi guru/pelatih, penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dalam melatih keterampilan lompat jauh disekolah maupun diluar sekolah.

1.2 Struktur organisasi

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

- 1.5.1 BAB I Pendahuluan berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan awal dari penyusunan skripsi ini. Bab ini tersusun atas latar belakang penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.
- 1.5.2 BAB II Kajian Pustaka, kajian pustaka berisikan pemaparan teori-teori yang bersangkutan dengan latar belakang penelitian, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.
- 1.5.3 BAB III Metode penelitian, metode penelitian berisikan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variable penelitian, instrument penelitian, teknik pengumpulan data, tempat dan waktu pelaksanaan dan analisis data.
- 1.5.4 BAB IV Hasil penelitian dan pembahasan, bab ini mengemukakan hasil penelitian yangtelah di capai melalui pengolahan data erta analisis temuan dan pembahasannya.
- 1.5.5 BAB V Kesimpulan dan saran, bab ini menyajikan kesimpulan terhadap hasil analisis temuan dari penelitian dan saran penulis sebagai bentuk pemaknaan terhadap hasil analisis.