

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu proses melalui gerakan aktivitas fisik untuk mengembangkan dan meningkatkan keterampilan jasmani dan sosial serta watak peserta didik. Pendidikan jasmani tidak hanya melatih dan mendidik fisik saja tetapi juga mengembangkan kemampuan intelektual untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Pembinaan dan pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari peningkatan kualitas sumber daya manusia. Menurut Lutan (2001:1) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan.

Tujuan dari pendidikan jasmani di lembaga-lembaga pendidikan diantaranya adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang di aplikasi melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di suatu lingkungan lembaga pendidikan. Oleh karena tuntutan masyarakat timbul persoalan mendasar yaitu bagaimana cara meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada suatu sekolah dapat di efektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal.

Menurut Lutan (2001:17), mengemukakan tentang tujuan pendidikan jasmani, bahwa :

Setiap pengajaran berawal dari perumusan tujuan. Tujuan berfungsi untuk mengarahkan, dan memusatkan pelaksanaan proses pembelajaran. Baik guru maupun siswa, harus mengetahui tujuan pengajaran pendidikan jasmani sehingga dapat dijamin terlaksananya pengajaran yang efektif.

Dengan uraian di atas, proses pembelajaran pendidikan jasmani menitikberatkan pada kegiatan siswa yang dapat di bentuk serta meningkatkan kebutuhan fisik, pengembangan fisik yang lebih baik, kemudian selain itu dapat mengembangkan sikap sportivitas, jujur, tanggung jawab, disiplin, kerjasama, percaya diri dan demokratis.

Melalui proses pembelajaran tersebut maka siswa sekolah dasar dapat memiliki kompetensi dasar pendidikan jasmani sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan kurikulum, tujuan pendidikan nasional dan tuntutan zaman. Tujuan tersebut dianggap tercapai apabila para siswa memiliki sejumlah kemampuan atau kompetensi di bidang pendidikan jasmani dan kesehatan yang memiliki konsep-konsep pola gerak dasar dengan pemenuhan Standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang menjadi salahsatu acuan dalam penuntasan seluruh materi sebagaimana KKM kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang pada materi pembelajaran pendidikan jasmani untuk tahun ini dengan Standar Ketuntasan Minimal sebesar 70.

Pada dasarnya siswa SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang menunjukkan prioritasnya dalam kegiatan pendidikan jasmani. Namun meski begitu tidak semua kriteria pendidikan jasmani mampu siswa tuntaskan dengan mudah, selalu ada tantangan, halangan dan rintangan yang menjadikan siswa tersebut kesulitan mencapai angka ketuntasan maksimum. Hal yang paling mendasar dalam setiap pendidikan jasmani adalah gerak dasar, dimana seseorang telah menguasai gerak teknik dasarnya maka dia akan lebih mudah meningkatkan kemampuannya dibandingkan dengan orang yang masih kesulitan menguasai gerak dasar suatu pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan demikian permasalahan yang dapat di jabarkan dari permasalahan yang di temui di SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang adalah dalam gerak dasar lompat tinggi pada siswa kelas IV. Beberapa siswa memang mampu melakukan lompatan, namun seperti yang telah dikatakan bahwa kelulusan selalu terfokus pada KKM maka penilaian untuk siswa yang melakukan lompatan haruslah mencapai dalam kriteria penilaian lompat tinggi, seperti siswa harus melakukan gerak awal, melayang dan akhir yang dimana setiap gerakannya harus memunculkan gerakan-gerakan yang sesuai dengan aturan lompat tinggi.

Berdasarkan hasil observasi diperoleh data bahwa hasil belajar siswa kelas IV SDN Malati tentang pembelajaran atletik nomor lompat tinggi gaya guling sisi, sebanyak 29 siswa yang terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak 11 siswa atau sekitar

38 % dan yang belum mencapai KKM sebanyak 18 siswa atau sekitar 62 %. Penilaian tersebut dilihat dari sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir. Ada pun data hasil observasi yang telah dilakukan peneliti adalah sebagai berikut :

Tabel 1.1
Data Awal Hasil Test Lompat Tinggi Gaya Guling Sisi
Siswa Kelas IV SDN Malati

No	Nama Siswa	Aspek yang Dinilai									Jml	Nilai	Ket	
		Sikap Awal			Sikap Pelaksanaan			Sikap Akhir					T	BT
		1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1	Nur Aliman			√		√				√	8	89	√	
2	Abdul Rival		√				√			√	8	89	√	
3	Ahmad Hidayat		√			√			√		6	67		√
4	Alfina Amalia R	√			√			√			3	33		√
5	Alvina Feronica		√			√		√			5	56		√
6	Andika Bangkit P			√			√			√	9	100	√	
7	Cinday Putri A		√		√				√		5	56		√
8	Dian Erwin		√			√			√		6	67		√
9	Dila Dalilah	√				√			√		5	56		√
10	Hismi Apriliani		√		√			√			4	44		√
11	Iis Sumiati N F		√		√				√		5	56		√
12	Ivan Fauzan		√				√			√	8	89	√	
13	Iwan Febrian	√				√			√		5	56		√
14	Jeri Handriyana			√		√				√	8	89	√	
15	KrisnaHidayat		√				√			√	8	89	√	
16	Lia Mulyaningsih	√			√			√			3	33		√
17	Malik Ar-Rasyid		√				√		√		7	78	√	
18	Mila Noviyana	√				√				√	6	67		√
19	M. Ikhsan M		√			√			√		6	67		√
20	Nia Amalia	√			√				√		4	44		√
21	Raju Diansyah		√				√			√	8	89	√	
22	Rendi Resmana			√		√				√	8	89	√	
23	Ryan Nuryanto		√				√			√	8	89	√	
24	Suryana N P		√			√			√		6	67		√
25	Tesi Siti N	√			√				√		4	44		√
26	Tuny Sri W		√		√			√			4	44		√
27	Yusuf Maulana		√				√		√		7	78	√	
28	Austy I D P	√				√			√		5	56		√
29	Nurlelasari		√		√			√			5	56		√
	Jumlah	8	17	4	9	12	8	6	13	10	115	1982	11	18
	Presentase (%)	27.5	58.5	14	31	41.5	27.5	21	44.5	34.5			38	62

KKM = 70

Keterangan :

T = Tuntas> Skor 70 – 100

BT = Belum Tuntas> Skor 30 - 69

Nilai= $\frac{\text{Jumlah skor}}{9} \times 100$

9 (skor ideal)

Jadi berdasarkan hasil data tabel 1.1 data awal lompat tinggi gaya guling sisi bias diketahui bahwa dalam sikap awal yang mendapatkan nilai satu ada delapan siswa, nilai dua 17 siswa, dan nilai tiga empat siswa. Untuk aspek pelaksanaan yang mendapatkan nilai satu ada sembilan siswa, nilai dua 12 siswa dan nilai tiga delapan siswa. Sedangkan aspek sikap akhir yang mendapatkan nilai satu ada enam siswa, nilai dua 13 siswa dan nilai tiga 10 siswa.

Dari aspek sikap awal yang mendapatkan nilai satu yaitu delapan siswa karena kebanyakan siswa menolak dengan kedua kaki dan tolakan terlalu jauh dari daerah tolakan/pengukur lompatan sehingga hasil yang didapat akan menjatuhkan garis pembatas. Begitupun dengan nilai dua sebanyak 17 siswa karena tolakan terlalu jauh dari daerah tolakan sehingga hasil yang didapat akan menjatuhkan garis pembatas, dan yang mendapat nilai tiga sebanyak empat siswa sudah melakukan sikap awal dengan baik yaitu pandangan ke depan, menolak dengan satu kaki, menolak tidak terlalu jauh dengan pengukur lompatan.

Dalam pelaksanaan dapat diketahui bahwa yang mendapat skor satu sebanyak sembilan siswa karena saat melewati mistar posisi tubuh telungkup, tubuh menyentuh mistar sehingga mistar terjatuh, saat melewati mistar tubuh tidak digulingkan. Yang mendapat nilai dua sebanyak 12 siswa karena saat melewati mistar posisi tubuh tidur miring, tubuh menyentuh mistar sehingga mistar terjatuh, saat melewati mistar posisi tubuh telungkup. Dan yang mendapat nilai tiga sebanyak delapan siswa karena saat melewati mistar posisi tubuh tidur miring, tubuh tidak menyentuh mistar sehingga mistar tidak terjatuh, saat melewati mistar posisi tubuh telungkup.

Dan dalam sikap akhir dapat diketahui bahwa siswa yang mendapat nilai satu sebanyak enam siswa karena saat mendarat, tubuh dalam posisi langsung berdiri. Yang mendapat nilai dua sebanyak 13 siswa karena saat mendarat, tubuh dalam posisi langsung masih tidur miring ataupun telentang. Dan yang mendapat nilai tiga sebanyak 10 siswa karena saat mendarat, tubuh dalam posisi telungkup.

Dari permasalahan yang timbul maka dispesifikasikan bahwa siswa masih kurang menguasai gerak dasar melompat tinggi. Selain itu siswa juga masih merasa ketakutan untuk melompat dikarenakan alasan pembatas loncatan yang terbuat dari bahan keras merasa dapat melukai dirinya jika siswa tidak mampu melompatinya. Hal tersebut terjadi pada banyak siswa, sehingga pembelajaran lompat tinggi ini dikawatirkan akan kurang efektif karena alasan tersebut. Dengan demikian, setelah di dapatkan problema siswa pada pembelajaran lompat tinggi ini maka harus segera di tindaklanjuti sebagai upaya perbaikan pembelajaran penjas terutama dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi.

Berdasarkan paparan di atas penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai lompat jauh dengan judul “Meningkatkan Gerak Dasar Lompat Tinggi Gaya Guling Sisi Pada Pembelajaran Atletik Melalui Media Kardus di Kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang”.

B. Rumusan Masalah dan Pemecahan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini timbul pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang ?
- b. Bagaimana kinerja guru dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang ?

- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang ?
- d. Bagaimana hasil pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang ?

2. Pemecahan Masalah

Masalah tentang belum optimalnya guru penjas dalam menyajikan proses pembelajaran tugas gerak di SDN Malati khususnya dalam hal meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus melalui proses penelitian tindakan kelas (*Class Action Research*). Penelitian tindakan pada prinsipnya adalah penelitian yang dilakukan dalam *setting* kelas oleh guru sebagai pelaku pembelajaran. Bentuk penelitian tersebut dapat dikatakan sebagai penelitian tindakan kelas. Karena penelitian yang dilakukan dalam *setting* kelas maka harus melibatkan seorang guru penjas sebagai pelaksana pembelajaran dan seorang peneliti sebagai observer sehingga proses pelaksanaan dan hasil penelitian ini menjadi tidak biasa.

Sedangkan konsep penelitian tindakan terdiri dari empat komponen yaitu:

a. Tahap perencanaan

- 1) Membuat skenario pembelajaran
- 2) Membuat alat evaluasi belajar, untuk melihat peningkatan siswa dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi.
- 3) Membuat lembar observasi maupun catatan lapangan untuk melihat kinerja guru, aktivitas siswa dan peningkatan hasil belajar selama proses pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi di kelas IV SDN Malati dengan mengembangkan modifikasi media/alat.
- 4) Membuat rencana siklus
 - a) Siklus I, siswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak satu kardus sebagai pembatas lompatan agar siswa tidak takut dalam melakukan lompatan.

- b) Siklus II, siswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak dua kardus ditumpuk sebagai pembatas lompatan agar siswa lebih tertantang dalam melakukan lompatan untuk bisa melompat lebih tinggi lagi dan tetap aman karena rintangannya terbuat dari bahan yang lunak.
- c) Siklus III, siswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak tiga kardus ditumpuk sebagai pembatas lompatan agar siswa lebih tertantang lagi dalam melakukan lompatan untuk bisa melompat lebih tinggi lagi dan tetap aman karena rintangannya terbuat dari bahan yang lunak.

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Mengkondisikan siswa kearah pembelajaran yang kondusif dengan metode bermain.
- 2) Guru memotivasi siswa.
- 3) Guru melakukan apersepsi sebelum kegiatan pembelajaran.
- 4) Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.
- 5) Penjelasan teknik lompat tinggi gaya guling sisi
 - a) Menentukan awalan
 - b) Menentukan pelaksanaan
 - c) Menentukan sikap akhir
- 6) Melaksanakan Siklus I yaitusiswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak satu kardus sebagai pembatas lompatan agar siswa tidak takut dalam melakukan lompatan.
- 7) Melaksanakan Siklus II yaitusiswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak dua kardus ditumpuk sebagai pembatas lompatan agar siswa lebih tertantang dalam melakukan lompatan untuk bisa melompat lebih tinggi lagi dan tetap aman karena rintangannya terbuat dari bahan yang lunak.
- 8) Melaksanakan Siklus III yaitusiswa melakukan lompat tinggi dengan media kardus sebanyak tiga kardus ditumpuk sebagai pembatas lompatan agar siswa lebih tertantang lagi dalam melakukan lompatan

untuk bisa melompat lebih tinggi lagi dan tetap aman karena rintangannya terbuat dari bahan yang lunak.

c. Pengamatan

Guru dan peneliti mengamati (mencatat) proses pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi pada siswa kelas IV SDN Malati. Aktivitas siswa berkaitan dengan sikap dan perilaku sebelum (pada tahap persiapan), selama dan sesudah melaksanakan aktivitas belajar gerak dasar pada siswa kelas IV SDN Malati, termasuk juga memperoleh gambaran minat dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi.

d. Tahap evaluasi

Untuk proses evaluasi yaitu mengenai kinerja guru dan aktivitas siswa dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi maupun catatan lapangan kinerja guru dan aktivitas siswa. Sesudah penyampaian materi, siswa melakukan tes untuk memperoleh perkembangan kemampuan individu dalam pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi.

Untuk memperbaiki permasalahan dalam pembelajaran tersebut selain satu cara yang dapat digunakan adalah dengan permainan cepat maka siswa akan bisa memahami pembelajaran tersebut tidak hanya itu dengan menggunakan permainan tersebut siswa akan memiliki minat yang besar saat pembelajaran atletik, melalui permainan tersebut siswa tidak merasa belajar atletik karena pembelajaran tersebut menggunakan media kardus untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi pada cabang atletik.

C. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan atau memperbaiki praktek pembelajaran yang dilakukan oleh guru dan kemampuan siswa dalam bidang pemahaman, secara khusus bertujuan untuk :

1. Mengetahui perencanaan pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang.
2. Mengetahui kinerja guru dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang.
3. Mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang.
4. Mengetahui hasil pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi melalui media kardus untuk siswa kelas IV SDN Malati Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Siswa dapat menambah pemahaman, penjelasan, pengertian dan meningkatkan aktivitas ketangkasan lompat tinggi dengan benar, sehingga dapat menumbuhkan rasa percaya diri dalam belajar dan mampu mengaplikasikannya kedalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Guru

Guru dapat menambah wawasan tentang pembelajaran penjas khususnya pada materi lompat tinggi gaya guling sisi, serta memberikan motivasi kepada guru-guru lain bahwa pembelajaran materi lompat tinggi gaya guling sisi sangatlah penting untuk diterapkan kepada siswa sebagai titik awal pembelajaran selanjutnya.

3. Bagi Sekolah

Sekolah dapat memberikan kontribusi positif dalam pembelajaran penjas sehingga akan mampu mencerminkan dan menunjukkan peran penting pembelajaran pendidikan jasmani pada masyarakat.

4. Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang

Lembaga mampu menjadikan pembelajaran lompat tinggi gaya guling sisi sebagai bahan pertimbangan pembelajaran pendidikan jasmani sebagai pembelajaran pilihan bagi lembaga-lembaga pendidikan.

5. Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan referensi untuk penulisan karya ilmiah dalam bidang pembelajaran pendidikan jasmani lainnya.

E. Batasan Istilah

1. **Meningkatkan** adalah suatu proses perubahan yang terjadi pada diri hasil dari belajar atau latihan. (Sisdiknas, 2003: 24).

2. **Gerak dasar** adalah gerak dasar merupakan suatu awal gerakan untuk mencapai tujuan gerakan yang sesungguhnya. (KTSP, 2006: 16).

Gerak dasar menurut peneliti adalah suatu gerakan bagian yang menunjang dari satu gerakan sehingga menjadi gerakan yang sempurna dalam suatu permainan.

3. **Lompat tinggi** adalah suatu bentuk gerakan melompat keatas dengan cara mengangkat kaki ke depan atas dalam upaya membawa titik berat badan setinggi mungkin yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada salahsatu kaki untuk mencapai ketinggian tertentu (Muhtar, 2009:86).

4. **Lompat tinggi gaya guling sisi** adalah lompatan dengan tolakan kaki yang terdekat dengan mistar dengan posisi tubuh saat di atas mistar dengan posisi tidur miring dan mendarat dengan posisi telungkup. (Muhtar, 2009:95).

5. **Atletik** berasal dari bahasa Yunani dari kata athlon atau athlum yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, atauperjuangan, sedangkan orang yang melakukannya disebut *athleta*. Dari pengertian bahasa itulah maka kita dapat mendefinisikan atletik sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan yang meliputi atas nomor lari, lompat dan lempar. (Muhtar, 2009: 1)

6. **Media** adalah sarana untuk meningkatkan kegiatan proses belajar mengajar. (Kustandi dkk, 2011: 9)

Media yang dimaksud dan digunakan pada penelitian ini adalah alat bantu pembelajaran yang berupa kardus, agar anak tidak takut dalam melakukan lompatan.

