

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh.

Menurut Cholik dan Lutan (1995/1996:14) .

Pendidikan jasmani adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan, dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila

Olahraga selalu beraturan dan merupakan permainan yang kompetitif, membawanya lebih mendekati pendidikan jasmani. Meskipun demikian penelaahan lebih jauh akan memperlihatkan bahwa olahraga selalu berisikan pertandingan atau perlombaan

Cholik (1996 : 14) menulis bahwa.

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, membangkitkan, mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Pendidikan jasmani memiliki kedua elemen bermain dan olahraga, tapi tidak bermain, olahraga, dan pendidikan jasmani semuanya mengandung bentuk gerak fisik, dan ketiganya dapat cocok dalam konteks pendidikan jika

dipakai untuk tujuan pendidikan tertentu. Bermain dapat dipakai sebagai rekreasi dan kegembiraan, tanpa tujuan pendidikan, sama seperti olahraga yang dapat hidup demi olahraga itu sendiri tanpa nilai pendidikan. Olahraga profesional tidak memiliki tujuan pendidikan, namun ia tetap olahraga karena pelakunya tidak selalu harus amatir.

Olahraga dan bermain dapat semata-mata untuk kesenangan, semata-mata untuk pendidikan, atau untuk kombinasi keduanya. Kesenangan atau kegembiraan tidak terpisahkan dari pendidikan, keduanya dapat dan harus disatukan.

Siapapun orangnya, yang pasti telah mengalami masa kecil tentu pernah terlibat dalam permainan anak-anak. Permainan anak-anak itu sendiri dilakukan baik di desa maupun di kota. Setiap anak tidak terlepas dari keinginan melakukan permainan dengan kawan-kawan sebayanya. Bahkan kadang-kadang mereka menghabiskan waktunya untuk melakukan permainan yang memang mengasikkan.

Huizinga (1950 : 6) menulis kedudukan permainan : "Masalah permainan dalam perluasannya merupakan gejala kebudayaan, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa permainan itu mempunyai mana pendidikan praktis".

Menurut Pangrazi dan Daur (1992:6) sebagai berikut.

Physical education is a part of the general education program that contributes, primarily through movement experiences, to the total growth and development of all children. Physical education is defined as education of and through movement , and must be conducted in a manner that merit this meaning.

Uraian Pangrazi dan Daur di atas mengungkapkan bahwa, pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan gerak dan pendidikan melalui gerak, dan harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya.

Atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu *athlon* atau *athlum* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, atau perjuangan, sedangkan orang yang melakukannya dinamakan *athleta* (atlet). Syarifuddin (1992:1) menulis : “ Dengan demikian dapatlah dikemukakan, bahwa atletik adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan yang meliputi atas nomor-nomor jalan, lari, lompat, dan lempar”.

Bangsa primitif mencari nafkah dengan jalan berburu dan menangkap ikan, serta membela dirinya dari serangan binatang buas atau melawan keadaan alam. Untuk kepentingan itu mereka harus memiliki kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan keuletan. Kesemuanya itu dilakukan dengan berjalan, berlari, melompat, dan melempar agar tidak kehilangan sasarannya.

Menurut Syarifuddin (1992 : 41).“Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang tertua yang dilakukan oleh manusia, sejak zaman purba sampai dewasa ini. Berjalan, berlari, melompat dan melempar adalah gerakan yang hampir dilakukan oleh setiap manusia didalam kehidupan sehari-hari”.

Lompat jauh merupakan salah satu kegiatan yang murah dan mudah dilakukan serta tidak membahayakan keselamatan anak karena tidak kontak fisik dengan peserta lainnya.

Menurut Djumidar (2002:116) “Lompat jauh adalah Suatu gerakan mengangkat tubuh suatu titik ke titik lain yang lebih jauh dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kedua kaki/anggota tubuh lain dengan anggota tubuh lain dengan seimbang”.

Pengembangan pembelajaran gerak dasar lompat tidak selalu dilaksanakan di bak lompat dengan bantuan media pun bisa yang penting ada gerakan awalan, tolakan, menolak, dan mendarat, di samping itu bukti empiris di lapangan.

Dalam proses tersebut terdapat dua kegiatan yang saling berinteraksi, yaitu kegiatan belajar yang dilakukan siswa dengan kegiatan mengajar yang diperankan oleh guru. Guru memberikan *stimulus* dan siswa bereaksi (merespon) terhadap setimulus tersebut. Interaksi kegiatan guru dan siswa akan terjadi dengan erat, bila kedua kegiatan yang diperankan itu mempunyai tujuan yang jelas dan dipahami maknanya dengan baik oleh guru maupun oleh siswa. Jadi, dapat dikatakan bahwa kegiatan belajar mengajar merupakan proses yang utuh, saling berhubungan guna mencapai suatu tujuan pengajaran yang telah ditetapkan. Tujuan pengajaran itu hakekatnya adalah perubahan perilaku siswa baik yang bersifat kognitif, afektif maupun psikomotor, yang diharapkan terjadi setelah proses pembelajaran berlangsung.

Guru sebagai pengembang tugas mengajar harus dapat membingbing aktivitas siswa karena perubahan perilaku yang diharapkan. Perlu diperhatikan dalam konteks ini adalah bahwa yang belajar adalah siswa, jadi siswa itulah yang harus aktif melakukan kegiatan yang diajarkan. Mengajar dapat dipandang sebagai suatu usaha yang sengaja dan terencana untuk menata lingkungan sehingga terjadi proses belajar dalam mendidik siswa. Suatu usaha mengajar dianggap berhasil bila usaha itu dapat mengakibatkan siswa belajar. Guru berperan sebagai pengelola lingkungan belajar siswa, atau lebih menekankan perannya sebagai pemberi kemudahan bagi siswa untuk mengembangkan potensi-potensi perilakunya ke arah tujuan pendidikan.

Guru dalam proses pembelajaran tidak menerapkan media permainan, sedangkan fasilitas yang ada disekolah tidak ada, guru disini hanya menyuruh siswa melakukan lompatan dan lompatan saja. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran lompat jauh tidak bervariasi, tidak mengarah kepada pembelajaran lompat jauh dan tidak pula menarik bagi siswa sehingga motivasi dan partisipasi dalam pembelajaran sangatlah rendah.

1. Pemahaman siswa masih belum baik terhadap gerakan yang dicontohkan oleh guru mengenai pengelajaran gerak dasar lompat jauh yang benar. Seharusnya pertama kali yang harus dikuasai oleh siswa dalam melakukan lompat jauh yaitu gerak dasar lompat jauh harus dikuasai terlebih dahulu, seperti awalan, tolakan, melayang, dan mendarat, itulah modal utama bagi

siswa untuk melakukan lompat jauh sebelum mengarah kepada lompat jauh gaya jongkok atau gaya lenting.

2. Hasil belajar dalam dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh dikatakan belum optimal. Hal ini disebabkan karena kurang penekanan terhadap gerakan gerak dasar lompat jauh yang benar sehingga siswa tidak memahami gerakan yang dicontohkan guru mengenai gerak dasar lompat jauh yang benar, dan siswa merasa bosan karena pembelajaran tidak bervariasi.

Gambaran tersebut peneliti peroleh dari hasil wawancara dengan guru dan siswa kelas IV SD Negeri Babakan Lapang, Serta hasil observasi setelah pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV SD Negeri Babakan Lapang pada hari selasa tanggal 2 November 2010. Dari hasil observasi dan kegiatan observasi terhadap pembelajaran gerak dasar lompat jauh diperoleh temuan bahwa ada beberapa permasalahan yang menjadi penyebab siswa kesulitan dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan benar antara lain sebagai berikut.

Tabel 1.1
Data Hasil Tes Awal Kemampuan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok

No	Nama Siswa	Aspek yang diamati												SKOR	NILAI	Ket	
		Awalan			Tolakan			Sikap diudara			Mendarat					T	TT
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1	Agus Nugraha	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
2	Acep A. Manap	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
3	Ahmad Lutpi		✓			✓		✓			✓			6	50		✓
4	Aldo Defarah		✓			✓		✓			✓			6	50		✓
5	Alipian. M			✓	✓				✓			✓		8	66,7	✓	
6	Angga A.R			✓		✓		✓				✓		8	66,7	✓	
7	Asep Muharam	✓				✓				✓	✓			6	50		✓
8	Ade Weni. S	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
9	Ami Rahmi . M		✓		✓			✓				✓		6	50		✓
10	Nadiyah. Q. N	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
11	Nurul		✓		✓				✓		✓			6	50		✓
12	Syifa. S		✓			✓				✓		✓		8	66,7	✓	
13	Titin	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
14	Nasya		✓			✓		✓			✓			6	50		✓
15	Indah	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
16	Dodi Irawan			✓		✓		✓				✓		8	66,7	✓	
17	Dedi Krisna	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
18	Ghifari Lutfi M.		✓			✓			✓			✓		8	66,7	✓	
19	Insi Sabila	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
20	Syfa Mahbubah	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
21	Ghani. M			✓		✓			✓			✓		9	83,3	✓	
22	Diman. H			✓	✓				✓			✓		8	66,7	✓	
23	Rizki Maulana	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
24	Rendi Permadi	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
25	Zaenal Mustopa	✓			✓			✓			✓			4	33,3		✓
Jumlah		13	7	5	17	8	0	18	6	1	17	8	0	131		7	18
Persentase %		62 %	28 %	20 %	68 %	32 %	0 %	72 %	24 %	4 %	68 %	32 %	0 %			28 %	72 %
Rata-rata															47,3		

Dalam hubungannya dengan pembelajaran gerak dasar, khususnya lompat jauh gaya jongkok merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian, karena dari jumlah peserta didik 25 siswa kelas IV SDN Babakan lapang hampir 72% (18 orang) belum bisa melakukan gerak dasar lompat jauh dengan baik, sedangkan 28 % (7 orang) cukup bisa melakukan pembelajaran gerak dasar lompat jauh.

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan bahwa kurangnya antusias siswa dan merasa jenuh pada saat pembelajaran berlangsung dan ditambah kurangnya fasilitas pembelajaran, sehingga siswa dalam hasil belajar mengenai pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok sangatlah kurang, maka penulis tertarik dalam penulisan skripsi, yang berjudul “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan berpos Pada Siswa Kelas IV SDN Babakan Lapang Kecamatan Solokan Jeruk Kabupaten Bandung.”

B. Rumusan Dan Pemecahan Masalah

1. Rumusan Masalah

Masalah menurut Arikunto (2002:51) adalah bagian pokok dari suatu kegiatan, langkahnya disebut perumusan masalah atau perumusan problematik. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan

berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan jeruk Kab. Bandung ?

- b. Bagaimana kinerja guru dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung ?
- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung ?
- d. Bagaimana peningkatan hasil siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung ?

2. Pemecahan Masalah

Melihat dari permasalahan yang ada dalam penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan, maka langkah selanjutnya yaitu mencari alternatif untuk pemecahan masalah tersebut. Alternatif tindakan yang dapat dilakukan dalam pemecahan masalah tersebut. Penulis yakin melalui penyajian pembelajaran melalui permainan berpos, maka dapat meningkatkan motivasi siswa kelas IV SDN Babakan Lapang dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik, kemudian secara otomatis dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam

melakukan keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik.

Pembelajaran lompat jauh pada pembelajaran atletik melalui permainan berpos dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Tahapan persiapan, pada tahapan ini guru mempersiapkan media dan alat pembelajaran yang diperlukan, kemudian guru mengkondisikan siswa karena pembelajaran serta memberikan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Guru dapat menjelaskan kepada siswa mengenai materi, tujuan, pokok-pokok kegiatan dan hasil belajar yang diharapkan serta menjelaskan kepada siswa tentang langkah-langkah gerakan lompat jauh pada pembelajaran atletik melalui permainan berpos.
- b. Tahapan pelaksanaan, pada tahap ini guru memberikan bimbingan kepada siswa mengenai langkah-langkah pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik melalui permainan berpos serta memberikan motivasi kepada siswa agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran.
- c. Tahap evaluasi, pada tahap ini guru mengevaluasi siswa dengan mengadakan tes, dimana setiap siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok yang dimulai dari awalan, tolakan, sikap diudara, dan pendaratan, disini siswa hanya melompati dua buah mistar dengan jarak 1 meter.

- d. Tahapan upaya peningkatan kemampuan, pada tahapan ini guru dapat melihat peningkatan kemampuan siswa melalui gerak dasar lompat jauh gaya jongkok yang telah dicapai oleh siswa selama pembelajaran, yaitu apabila siswa tersebut telah mampu melakukan gerakan awalan, tolakan, sikap diudara, pendaratan dengan benar maka suatu peningkatan, maka hal tersebut merupakan sebuah peningkatan kemampuan dalam suatu pembelajaran.

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui persiapan perencanaan dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung.
- b. Untuk mengetahui kinerja guru dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung.
- c. Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung.

- e. Untuk mengetahui peningkatan hasil siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan berpos pada siswa kelas IV SDN Babakan Lapang Kec. Solokan Jeruk Kab. Bandung ?

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dalam penelitian, yaitu:

1. Bagi Siswa

Dapat membuat pembelajaran olahraga pendidikan jasmani lebih menyenangkan, serta membuat siswa antusias dan dapat memudahkan siswa dalam penguasaan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

2. Bagi Guru

Dapat memberikan model pembelajaran yang menarik untuk menyampaikan materi pembelajaran tentang gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, sehingga dapat meningkatkan kreatifitas guru dan mempermudah cara penyampaian serta menjadi variatif, sehingga siswa merasa antusias dan tidak bosan dalam pelaksanaan pembelajaran.

3. Bagi Sekolah

Dapat memberikan inovasi baru dalam meningkatkan pembelajaran ditingkat pendidikan, dapat menutupi tentang kekurangan fasilitas sekolah, dan dapat membantu tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.

4. Bagi Peneliti Yang Lain

Dapat menambah pengalaman mengajar dengan menggunakan model dan media pembelajaran dalam pendidikan.

E. Batasan Istilah

Pendidikan jasmani, adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta (anak) didik dengan lingkungan yang dikelola melalui efektifitas jasmani secara sistematis menuju manusia seutuhnya. (Toho, Cholik M.Rusli, Lutan. *Pendidikan Jasmani dan kesehatan*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Guru.

Pengembangan dan pembelajaran Lompat jauh, bagi siswa Sekolah Dasar, merupakan salah satu aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lainnya. Gerakan melompat merupakan salah satu bentuk gerakan lokomotor. Untuk membina dan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan siswa Sekolah dasar, maka guru pendidikan jasmani perlu merancang bentuk-bentuk gerakan yang menarik bagi siswa usia Sekolah Dasar. Pendekatan bermain menjadi kata kuncinya, karena siswa sekolah dasar memiliki karakteristik belajar sambil bermain. (M. Saputra. 2001. *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar*, Jakarta, Depdiknas).

Pembelajaran, menurut Gagne (1977) dalam Supandi (1992:5) menyatakan bahwa "*By teaching I mean any activity on the part of one person intend to facilitate learning on the part of another*". Teaching diterjemahkan dengan

istilah mengajar. Pada dewasa ini, istilah mengajar dianggap kurang memenuhi arti sebenarnya. Sebab, mengajar terlalu menekankan aktivitas guru sedangkan siswa menerima. Padahal maksud sebenarnya adalah agar siswalah yang aktif belajar. Oleh karena itu, mengajar cenderung diganti dengan istilah pembelajaran.

Meningkatkan, adalah menambah kemampuan (Badudu-zain 1944). Meningkatkan dalam pembelajaran lompat jauh adalah suatu jenjang atau tingkatan yang sistematis.

Lompat jauh, menurut Djumidar (2002:116) ialah " Suatu gerakan mengangkat tubuh suatu titik ke titik lain yang lebih jauh dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kedua kaki/anggota tubuh lain dengan anggota tubuh lain dengan seimbang.

Permainan adalah suatu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. (Sukintaka (1992 :11)).

Pos, tempat dimana yang bertugas/yang melakukan berada (Kamus Besar Bahasa Indonesia/Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, Ed-3 Cet.2-Jakarta : Balai Pustaka 2005). Pada pembelajaran ini permainan yang akan membantu pembelajaran lompat jauh dengan cara ber tahap-tahap, seperti pos I lompat melewati kardus, pos II melompati teman dalam posisi tiarap, pos III gerakan melompat melewati parit, dan pos IV lompat dari atas kebawah dari ketinggian 1 meter.

Gerak dasar Atletik adalah suatu dorongan dalam usaha mengalihkan bentuk-bentuk gerakan yang telah dimiliki anak sebelum memasuki sekolah

menjadi bentuk-bentuk gerakan dasar yang mengarah pada gerakan dasar atletik. (Syarifuddin (1992:18).

