

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Atletik adalah induk dari semua cabang olahraga yang lengkap menyeluruh dan mampu memberikan kepuasan kepada manusia atas terpenuhinya dorongan naluri untuk bergerak, namun tetap mematuhi suatu disiplin dan aturan main. Atletik merupakan suatu aktivitas jasmani yang melibatkan seluruh anggota tubuh baik fisik maupun mental, dimana didalamnya berisikan gerak-gerak alamiah atau wajar seperti jalan, lari, lompat dan lempar.

Dalam perjalanan sejarahnya, atletik merupakan suatu cabang olahraga yang pesat perkembangannya dan dapat dengan mudah diterima oleh dunia olahraga, berbagai kejuaraan atletik diselenggarakan seperti Olimpiade yang melibatkan berbagai negara, karena nilai-nilai pendidikan yang terkandung didalamnya dan memegang peranan penting dalam pengembangan kondisi fisik, sering juga menjadi dasar pokok untuk pengembangan serta peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lainnya.

Sejarah dunia mencatat bahwa atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki nilai-nilai yang unik, telah dan melahirkan manusia untuk bertahan hidup hingga menjadi manusia yang kaya raya. Atletik yang terdiri dari gerakan-gerakan alamiah seperti jalan, lari, lompat dan lempar boleh dikatakan cabang olahraga yang sama tuanya dengan usia manusia pertama didunia. Hal ini

sangat dipahami karena manusia saat itu harus berjalan, lari, lompat dan lempar untuk mempertahankan hidupnya.

Gerakan jalan, lari, lompat dan lempar adalah bentuk gerakan yang tidak ternilai artinya bagi hidup manusia. Semua gerakan ini tercakup dalam atletik, bahkan gerakan-gerakan tersebut menjadi substansi dari semua cabang olahraga. Tentu saja penguasaan teknik dalam jalan, lari, lompat dan lempar pada waktu itu masih sangat sederhana, demikian pula keadaan alat-alat serta fasilitas yang dipakai. Keadaan ini sangat berbeda dengan perkembangan atletik modern yang dikelola dengan memanfaatkan ilmu dan teknologi.

Nilai pendidikan yang terkandung didalam olahraga Atletik dapat membentuk pribadi seseorang untuk berperilaku lebih baik seperti sikap kedisiplinan yang selalu diterapkan dalam olahraga. Tanpa sikap kedisiplinan yang kokoh, tidak akan menghasilkan suatu hasil yang baik. Dengan nilai-nilai pendidikan atau edukatif yang terkandung didalamnya, maka olahraga atletik masuk dalam kurikulum pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah.

Dalam hal ini pemerintah menekankan tentang pentingnya pendidikan, hal ini tertuang dalam (UUR.I. No 2 tahun 1989, Bab I, Pasal I) yang dikutip oleh *Abdullah dan Manadji* (1994:2) menyatakan “pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan/atau latihan bagi peranannya dimasa yang akan datang”. Dengan demikian jelas bahwa tujuan pendidikan adalah untuk membentuk pribadi yang disiplin, cerdas dan berwawasan luas setelah melalui proses bimbingan, pengajaran dan latihan

dalam upaya mempersiapkan peserta didik dalam peranannya di masa yang akan datang.

Adapun tujuan pendidikan menurut *Hamalik* (1994:3), sebagai berikut bahwa tujuan pendidikan adalah seperangkat hasil pendidikan yang tercapai oleh peserta didik setelah mengalami suatu kegiatan pendidikan. Seluruh kegiatan pendidikan yang meliputi bimbingan pengajaran, dan latihan di arahkan untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan dapat mengantarkan para siswa menuju perubahan-perubahan tingkah laku baik intelektual, moral, maupun sosial agar dapat hidup mandiri sebagai individu dan makhluk sosial.

Dengan demikian sangatlah jelas pentingnya pendidikan bagi perkembangan pribadi tiap individu dalam menunjang terciptanya kemampuan baik kognitif, afektif dan psikomotor. Untuk mencapai tujuan tersebut, maka salah satu cara yang ditempuh pemerintah adalah memasukan mata pelajaran pendidikan olahraga dalam kurikulum pembelajaran sebagai mata pelajaran yang wajib diikuti sebagai wahana pembentukan pribadi yang disiplin dan tangguh.

Dari berbagai macam cabang olahraga, Atletik merupakan suatu cabang olahraga yang sangat baik peranannya. Nomor lempar cakram merupakan salah satu nomor atletik yang diajarkan di Sekolah khususnya Sekolah Menengah Pertama. Lempar cakram adalah salah satu nomor yang dipertandingkan dalam cabang Atletik secara perseorangan baik putra maupun putri. Prinsip dari lempar cakram adalah berusaha melemparkan cakram sejauh-jauhnya dengan menggunakan teknik lemparan yang benar. Lempar cakram memerlukan koordinasi gerak yang baik, yaitu sejak awalan lemparan, realease dan follow

through artinya untuk menghasilkan suatu lemparan secara maksimal maka perlu memperhatikan faktor-faktor yang menentukan prestasi lempar cakram diantaranya faktor penguasaan teknik dasar.

Proses pembelajaran teknik lempar cakram dalam pelaksanaannya dilapangan sangatlah memprihatinkan karena alat untuk penunjang pembelajaran lempar cakram sangat susah bahkan hampir tidak ada dan setiap guru olahraga hanya terpaku pada alat yang ada saja. Dengan segala keterbatasan sarana dan prasarana yang ada seorang pengajar harus tetap berusaha agar proses pembelajaran bisa berjalan sesuai dengan kurikulum yang ada dalam upaya terlaksananya kegiatan belajar mengajar.

Dalam pelaksanaan pembelajaran lempar cakram, dengan segala keterbatasan alat peraga maka perlu adanya media bantu pembelajaran, *Sudjana dan Rivai* (2002:3) mengemukakan bahwa media pengajaran dapat mempertinggi proses belajar siswa dalam pengajaran yang pada gilirannya diharapkan dapat mempertinggi hasil belajar yang dicapainya. seperti halnya balok kayu sebagai media pembelajaran, Penggunaan media akan membantu dalam membawa siswa lebih dekat lagi pada pencapaian tujuan yang diharapkan. Asalkan penggunaan media tersebut sesuai dengan apa yang diajarkan.

Pemilihan media pembelajaran sangat penting dalam proses belajar mengajar, karena fungsi media tersebut adalah membantu serta memudahkan siswa dalam penguasaan suatu teknik dasar. Dalam hal ini, *Surakhmad* (1984:59), mengemukakan bahwa Dalam setiap proses pembelajaran ada beberapa cara atau teknik penyampaian yang bisa kita gunakan diantaranya penggunaan media atau

alat-alat bantu mengajar, kegunaan alat tersebut bisa sebagai alat peraga maupun sebagai sumber pembelajaran. Prinsip dari alat bantu tersebut adalah dapat mempertinggi efisiensi metode pengajaran yang artinya setiap penggunaan alat bantu tersebut harus dapat membantu guru dan murid dalam pencapaian suatu tujuan yang hendak dicapai dalam proses pembelajaran.

Dari hasil pengamatan penulis pada beberapa kegiatan belajar mengajar atletik khususnya untuk nomor lempar cakram di sekolah-sekolah selalu berbenturan dengan sarana dan prasarana yang terbatas, dalam hal ini adalah terbatasnya cakram itu sendiri. Dengan demikian maka tujuan pengajaran lempar cakram tidak akan tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Oleh karena itu untuk menguasai teknik dasar lempar cakram yang baik maka harus dilakukan secara terus menerus dan dengan repetisi yang cukup. Maka untuk mengatasinya penulis menggunakan balok kayu sebagai media pembelajaran.

Dengan digunakannya media balok kayu sebagai media pembelajaran dalam proses belajar mengajar lempar cakram, diharapkan dapat mengganti peran cakram itu sendiri. Tapi penggunaan balok kayu sebagai media pembelajaran belum terbukti efektif dan efisien dibanding dengan menggunakan cakram standar, maka penulis tertarik untuk mengkaji sekaligus meneliti sejauh mana pengaruh pembelajaran dengan menggunakan balok kayu dalam proses belajar mengajar lempar cakram.

## **B. Rumusan Masalah**

Seperti yang telah diuraikan dalam latar belakang masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah terdapat perbedaan hasil belajar lempar cakram antara pembelajaran menggunakan balok kayu dengan menggunakan cakram ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan hasil belajar lempar cakram antara pembelajaran yang menggunakan balok kayu dengan pembelajaran menggunakan cakram.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan dari hasil penelitian yang penulis lakukan ini adalah:

1. Sebagai bahan masukan bagi guru pendidikan jasmani dalam upaya pemanfaatan media bantu sebagai sarana pembelajaran.
2. Memberikan informasi kepada staf pengajar khususnya guru pendidikan jasmani tentang manfaat dari media bantu dalam proses belajar mengajar.
3. Sebagai acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang atau menyusun program pembelajaran bagi siswanya dalam memanfaatkan sarana yang ada.

### E. Asumsi

Asumsi diperlukan untuk pegangan dalam proses yang dikerjakan penulis. Dalam hal ini setiap pembelajaran diperlukan berbagai macam cara baik itu metode pengajaran, media pengajaran, bahan pelajaran, dan masih banyak lagi hal-hal yang dapat mendukung terciptanya suatu proses pembelajaran yang melibatkan siswa secara keseluruhan dengan tujuan memperoleh suatu hasil yang maksimal selama proses pembelajaran berlangsung.

Khusus dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih menitik beratkan terhadap kemampuan dan keterampilan setiap siswa, maka ketersediaan sarana dan prasarana sangat dibutuhkan dalam upaya mendekatkan siswa kesasaran yang hendak dicapai. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, setiap siswa dituntut untuk lebih kreatif dan aktif dalam setiap proses pembelajarannya. Dalam proses pembelajarannya media alat bantu atau sarana dan prasarana sangat berpengaruh terhadap hasil dari semua proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, sarana dan prasarana tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Menurut *Husdarta*, dkk (1999:16) menyatakan bahwa Ketersediaan sarana dan prasarana pendukung sangat diperlukan agar penyajian suatu materi yang disampaikan dapat dengan mudah diterima secara jelas dan utuh, sehingga segala uraian materi yang hendak disampaikan dapat dengan mudah dicerna dan dipahami. Untuk mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan keberadaan sarana dan prasarana serta fasilitas lainnya seperti bola, matras, kolam renang dan sebagainya sangat diperlukan. Jika

sarana dan prasarana tersebut tidak ada maka proses pembelajaran akan terhambat.

Dengan demikian, media pembelajaran yang dipilih harus sesuai dengan apa yang hendak dicapai, seperti halnya pemilihan media balok kayu sebagai sarana penunjang terciptanya proses pembelajaran lempar cakram. Dalam proses pembelajarannya, media balok kayu dengan cakram mempunyai kesamaan yaitu dari koordinasi gerakan sejak awalan lemparan, release, follow through dan sikap akhir setelah melakukan lemparan.

Jika dilihat dari bentuk dan pegangan balok kayu, maka media ini dapat membantu serta mempermudah para siswa dalam pemahaman dan pembelajaran teknik dasar lempar cakram dibandingkan dengan menggunakan cakram. Maka dengan demikian diduga hasil belajar lempar cakram melalui pembelajaran menggunakan balok kayu lebih besar pengaruhnya dari pada menggunakan cakram.

#### **F. Hipotesis**

Berdasarkan asumsi di atas maka hipotesis yang kami ajukan adalah “ Terdapat perbedaan hasil Belajar lempar cakram antara yang menggunakan balok kayu dengan menggunakan cakram dalam proses pembelajaran lempar cakram dan lebih besar pengaruhnya terhadap hasil yang dicapai.”

## G. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam penafsiran beberapa istilah penelitian ini, maka perlu adanya penjelasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

**1. Pembelajaran** menurut *Sudjana dan Rivai (2002)*

“Pembelajaran merupakan suatu proses atau kagiatan melaksanakan kurikulum suatu lembaga pendidikan, agar dapat mempengaruhi para siswa mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan”.

- 2. Balok kayu** adalah batangan kayu balok yang mempunyai ukuran panjang 40 cm, lebar 20 cm dengan berat 0,8 kg dan diberi pegangan berdiameter 5 cm.
- 3. Cakram** adalah suatu alat peraga dalam lempar cakram berbentuk bulat pipih dengan berat cakram satu kilo gram untuk putri dan dua kilo gram untuk putra yang terbuat dari kayu dan pinggirnya dari metal atau besi.
- 4. Hasil belajar** adalah hasil dari proses pembelajaran yang diperoleh berupa jarak lemparan dalam nomor lempar cakram setelah siswa melakukan latihan.
- 5. Lempar cakram** adalah suatu nomor lemparan dalam cabang olahraga atletik dengan menggunakan cakram yang berbentuk bulat pipih dengan berat untuk putra dua kilo gram dan untuk putri satu kilo gram yang terbuat dari kayu dan pinggirannya terbuat dari metal atau besi. Hasil yang dicari adalah mencapai jarak sejauh-jauhnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

