

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari pendidikan pada umumnya, pendidikan jasmani membentuk atau membangun manusia seutuhnya dari segi lahir maupun batin. Segi lahir atau jasmani ini meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, kesehatan dan rehalibitasi. Pertumbuhan dan perkembangan fisik akan lebih cepat melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani membentuk siswa agar mempunyai gaya hidup berolahraga sehigga menjadi perilaku hidup yang sehat, sedangkan rehabilitasi dalam hal ini maksudnya perbaikan sikap tubuh, misalnya: sikap jalan yang kurang baik, sikap duduk yang salah dan lain-lain.

Pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik mampu mengembangkan keterampilan, mengembangkan hidup sehat dan menyumbangkan pada kesehatan fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang sudah direncanakan, yang mempunyai kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bermain dan aktifitas olahraga yang sistematis. Di dalam pendidikan jasmani terdapat pembelajaran yang mampu mengembangkan kemampuan dasar.

Program pendidikan jasmani di sekolah dasar di kelas IV-VI memiliki fokus program antara lain harus memberikan kesempatan untuk memperoleh kesenangan, belajar keterampilan baru, dan belajar berbagai cabang olahraga, anak juga membutuhkan latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Berdasarkan peraturan Pemerintah Nomer 19 Tahun 2005 yang berisi tentang Standar Nasional Pendidikan, Pendidikan Jasmani juga memiliki tujuan kurikulum antara lain: 1) siswa mampu mengembangkan dan memelihara kebugaran jasmani dan pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani dan olahraga; 2) melalui Pendidikan Jasmani siswa dapat mengembangkan psikis serta meningkatkan pertumbuhan fisik; 3) siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak; 4) dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani siswa dibimbing untuk dapat menanamkan moral seperti sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokrasi. 5) diharapkan siswa juga mampu mengembangkan keterampilan dan memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dalam lingkungan bersih.

Untuk dapat mencapai tujuan Pelajaran Pendidikan Jasmani maka tentunya terdapat susunan mengenai ruang lingkup yang akan diperoleh oleh siswa seperti yang tertera pada Peraturan Pemerintah Nomor 22 Tahun 2006, salah satunya yaitu berkaitan dengan permainan, berbunyi:

“permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif,

atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan bela diri serta aktivitas lainnya.”¹

Salah satu kemampuan gerak dasar yang diajarkan di Sekolah Dasar adalah gerak dasar lokomotor. Gerak dasar lokomotor diartikan sebagai gerakan atau keterampilan memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat yang lain. Adapun macam-macam gerak dasar lokomotor, yaitu: berjalan, berlari, melompat. Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan baik dan benar. Sebagian gerak dasar lokomotor berkembang sebagai hasil dari beberapa tahap. Proses terbentuknya gerak tidak terjadi secara otomatis, tetapi merupakan akumulasi dari proses belajar dan berlatih, yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang yang disertai dengan kesadaran gerakan yang dilakukan

Gerak dasar lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan pada usia anak sekolah dasar atau usia 6-8 tahun. Materi Gerak dasar lompat merupakan salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani di kelas IV pada semester 2. Pembelajaran gerak dasar lompat pada umumnya kurang diminati oleh siswa. Hal ini disebabkan oleh beberapa hal,

¹ Djiwanto, *Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah: Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar*, h. 208 (<https://masdwiwanto.files.wordpress.com/2011/03/standar-isi-sd.pdf>) diunduh pada 22 Oktober 2019, 09: 45)

diantaranya adalah penyajian materi yang kurang variatif, guru tidak memberikan petunjuk atau bimbingan seperti cara atau gerakan dalam melompat, dan juga tanpa adanya evaluasi dari guru sehingga menyebabkan siswa malas dalam mengikutinya.

Berdasarkan pengamatan pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani siswa kelas IV SD Negeri Setiabudi 01 Jakarta Selatan dalam proses pembelajaran yang sudah berlangsung siswa gerakannya masih tidak sesuai dengan apa yang diharapkan seperti pada saat 1) Awalan: siswa tidak melakukan gerakan lari atau berjalan beberapa langkah serta ayunan lengan cenderung diam 2) Menolak : pada saat menolak tidak menggunakan salah satu kaki yang kuat, terkadang menggunakan dua kaki serta pandangan tidak lurus kedepan lebih sering menunduk/melihat kebawah saat menolak 3) Melayang : gerakan lengan dan kaki siswa cenderung diam tidak bergerak dengan semsetinya 4) Mendarat : kaki lurus tidak di tekuk dan jatuhnya berat badan ke belakang serta lengan siswa tidak lurus kedepan cenderung diam di samping badan.

Kemudian ada faktor lain yang mempengaruhi 1) Siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan kurang semangat sehingga menimbulkan sikap tidak disiplin. 2) Guru kurang memotivasi siswa agar bersungguh-sungguh dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani serta cenderung mengajar hanya memberikan instruksi

dan jarang memberikan contoh bagaimana melakukan gerakan melompat dengan benar juga tanpa adanya evaluasi sehingga membuat siswa merasa bingung dan jenuh.

Dengan latar belakang permasalahan inilah yang mendorong peneliti mencoba untuk memecahkan permasalahan sebagai bahan penelitian dan acuan terhadap diri sendiri, guru, siswa dan pendukung lainnya dalam melaksanakan proses pembelajaran yang baik dan tepat. Berdasarkan pengalaman langsung proses pengadaan permainan dalam olahraga juga cukup penting sebagai salah satu upaya mendukung guru agar dapat mewujudkan situasi belajar yang efektif, menarik, termotivasi dan mendorong rasa ingin tahu siswa terhadap pelajaran yang di ajarkan khususnya di kelas IV Sekolah Dasar. Salah satu upaya yang sedang dikembangkan dalam proses pembelajaran gerak dasar lompat ini dengan menggunakan permainan tradisional yaitu : 1. Lompat tali 2. Engklek 3. Rangkuk aluh 4. Landar-lundur 5. Perepet jengkol 6. Balap Karung.

Melalui Pembelajaran Permainan Tradisional ini siswa akan dengan mudah mengikuti pembelajaran gerak dasar lompat dan membuat siswa dapat lebih berinteraksi dengan teman sebayanya dan Permainan Tradisional mampu membantu siswa dalam memilah-milih atau mengkaji pribadi yang saling menghargai. Karena keaktifan siswa akan dikembangkan sehingga proses pembelajaran akan lebih antusias, menyenangkan dan tentunya

bermakna. Hal ini juga bisa meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat yang sederhana menuju bentuk gerakan lompat yang lebih kompleks dan spesifik seperti halnya melakukan lompatan saat menyundul bola di udara, menyemes bola voli dan melakukan gerakan lay up di basket.

Melihat hasil penelitian dari Yuniar Indah dan Nanik Indahwati yang menggunakan pendekatan permainan tradisional terhadap gerak dasar lari pada pendidikan jasmani di kelas V ada peningkatan yang cukup signifikan yaitu perhitungan data diperoleh hasil sebagai berikut, perbedaan hasil pretest dan posttest gerak dasar lari adalah sebesar 6,274. Karena t-hitung lebih besar dari t-tabel ($6,274 > 1,860$) dengan taraf signifikansi 5% pada df 8, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan antara pembelajaran menggunakan permainan tradisional dalam meningkatkan gerak dasar lari siswa kelas V. Untuk itu peneliti ingin mengkaji atau mencoba, apakah pendekatan permainan tradisional dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat kedepan dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Setiabudi 01 Pagi .

B. Identifikasi Area dan Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi yaitu:

- a Siswa saat melakukan awalan tidak melakukan gerakan lari atau berjalan beberapa langkah serta ayunan lengan cenderung diam.
- b Siswa pada saat menolak tidak menggunakan salah satu kaki yang kuat, terkadang menggunakan dua kaki serta pandangan tidak lurus kedepan lebih sering menunduk/melihat kebawah saat menolak.
- c Siswa saat melayang, gerakan lengan dan kaki cenderung diam tidak bergerak dengan semsetinya
- d Posisi siswa saat mendarat, kaki lurus tidak di tekuk dan jatuhnya berat badan ke belakang serta lengan tidak lurus kedepan cenderung diam di samping badan.
- e Kurangnya pemberian petunjuk dan bimbingan dari guru selama proses pembelajaran.

C. Pembatasan Fokus Penelitian

Berdasarkan identifikasi area di atas, maka penelitian ini berfokus pada meningkatkan gerak dasar lompat melalui Permainan Tradisional pada pembelajaran pendidikan jasmani kelas IV SDN Setiabudi 01 Pagi Jakarta Selatan.

D. Perumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana permainan tradisional dapat meningkatkan gerak dasar lompat pada siswa kelas IV SDN Setiabudi 01 Pagi Jakarta Selatan?
2. Apakah pendekatan permainan tradisional dapat meningkatkan gerak dasar lompat pada siswa kelas IV SDN Setiabudi 01 Pagi Jakarta Selatan?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Secara teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan untuk menambah pengetahuan serta berfungsi sebagai bahan pembelajaran untuk pembaca, khususnya pendidikan jasmani dalam meningkatkan gerak dasar lompat pada siswa kelas IV Sekolah Dasar.

2. Secara Praktis

a. Kegunaan Bagi Siswa

Diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam kemampuan gerak dasar lompat dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Siswa mampu menunjukkan kemampuan gerak dasar lompat ketika mata pelajaran pendidikan jasmani, serta siswa lebih berani dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menjadi pedoman orang tua dalam membimbing anaknya serta mengembangkan kemampuan jasmani khususnya kemampuan gerak dasar lompat.

c. Kegunaan Bagi Guru

Diharapkan dapat memotivasi guru dalam melaksanakan proses belajar mengajar untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan menambah wawasan serta ilmu pengetahuan.

d. Kegunaan Bagi Sekolah

Membantu sekolah dalam mengembangkan diri siswa dan guru, penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam mengatasi masalah pendidikan jasmani yang terjadi dalam proses pembelajaran.

e. Kegunaan Bagi Peneliti

Peneliti ini diharapkan akan menambah wawasan peneliti tentang bagaimana meningkatkan gerak dasar lompat siswa dalam pendidikan jasmani, sehingga dapat meningkatkan perkembangan siswa secara efektif dan optimal.

f. Bagi PGSD

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan tambahan wawasan bagi mahasiswa PGSD tentang pembelajaran dalam pendidikan jasmani.