

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan kemampuan yang harus dimiliki dengan baik oleh seorang guru adalah kemampuan membuat perencanaan pembelajaran dengan baik, mampu menyajikan rencana pembelajaran secara tepat, mampu mengadakan evaluasi terhadap hasil proses pembelajaran serta mampu melaksanakan tindak lanjut. Pada kenyataannya tidak semua guru mampu mengatasi adanya masalah, bahkan ada guru yang mendiagnosis begitu saja masalah dikarenakan adanya tuntutan target dan keterbatasan waktu. Akibatnya siswa tidak memperoleh pengetahuan belajar yang cukup, hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan setiap proses pembelajaran berlangsung. Peneliti mengamati pada saat pembelajaran Atletik khususnya nomor lompat jauh. Dalam pembelajaran teknik lompat jauh yang dilakukan para guru pendidikan jasmani di sekolah pelaksanaannya hanya ke lapangan, lalu siswa diberikan materi teknik lompat jauh, kemudian siswa diminta untuk mempraktikkan secara berulang-ulang dan diukur hasilnya, oleh karena itu perlunya sosialisasi mengenai analisis gerak teknik dengan menggunakan bantuan alat teknologi. Tidak menutup kemungkinan seringkali dalam menganalisa gerak teknik hanya menggunakan indra penglihatan, yaitu mata dalam proses analisis gerak

teknik siswanya. Hal ini terasa kurang maksimal dikarenakan mata mempunyai keterbatasan. Salah satu teknologi yang dapat membantu kinerja pengajar yaitu menggunakan kamera video yang berfungsi untuk merekam siswa ketika melakukan teknik gerakan lompat jauh, kemudian video tersebut dapat dianalisis menggunakan sistem analisis perangkat lunak yang dapat membantu pelatih dalam menganalisa teknik gerakan siswa, sehingga guru akan lebih mudah memberikan evaluasi teknik serta mengetahui hal-hal yang menghalangi atau menghambat efisiensi teknik.

Keadaan semacam ini menjadikan masalah agar bagaimana caranya pembelajaran lompat jauh dapat meningkat. Upaya yang sangat penting dalam melakukan pengembangan, pengayaan dan variasi gerak pada pembelajaran pendidikan jasmani ialah harus melaksanakan rencana pembelajaran sesuai dengan kurikulum. Selain itu juga dalam proses pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan membantu siswa bergerak lebih terarah dalam ruang gerak yang luas. Dalam pelaksanaannya seorang guru diharapkan mampu menggunakan alat dan tempat yang ada semaksimal mungkin di sekolah sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang optimal karena pada umumnya peralatan dan ruang yang disediakan sekolah untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga berbeda-beda tiap sekolah di Indonesia.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari guru mata pelajaran penjas dan motivasi langsung pada saat proses pembelajaran berlangsung, Pada era sekarang ini belum banyak guru yang melakukan analisis gerakan dipandang dari sudut biomekanika, disebabkan alat yang diperlukan untuk menganalisis terbatas, seperti:

aplikasi biomekanika dan alat perekam gerak. Penggunaan ilmu biomekanika menjadi penting saat gerakan dianalisis dengan sebuah *software* komputer yang memuat data tentang rumus-rumus mekanika. *Software* khusus ini bisa membuat guru menemukan gerakan-gerakan yang efisien agar siswanya bisa menguasai teknik lompat jauh dengan benar, siswa mengalami kelemahan dalam proses lompat jauh maupun pada saat awalan, tolakan, melayang, mendarat tidak terjadi keseimbangan sehingga mengakibatkan lompatannya tidak jauh. Dari hasil analisis menggunakan *dartfish pro suite* versi 4.5.2.0 sebuah perangkat lunak sebagai alat untuk menganalisis gerak diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan materi pembelajaran dan metode mengajar teknik yang tepat.

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang terangkum dalam aktivitas permainan dan olahraga yang wajib diajarkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Pembelajaran cabang olahraga atletik mempunyai peran penting sebagai dasar untuk menunjang penggunaan cabang olahraga lainnya. Secara garis besar nomor-nomor cabang olahraga atletik terdiri dari jalan, lari, lompat dan lempar. Lompat jauh termasuk dalam bagian nomor lompat pada cabang olahraga atletik yang secara teknis pelaksanaannya berbeda dengan nomor lompat yang lain, seperti lompat tinggi dan lompat jauh. Lompat jauh merupakan rangkaian gerakan yang diawali dengan lari cepat, menolak, melayang, dan mendarat. Pada *event-event* lompat jauh biasanya peserta ditentukan oleh batasan usia. Hal ini dilakukan mengingat karakteristik pertumbuhan dan perkembangan masing-masing individu yang berbeda-beda.

Di tinjauan secara teknis pada lompat jauh meliputi 4 masalah yaitu: cara melakukan awalan, tumpuan, melayang diudara dan cara melakukan pendaratan. (Riyadi, 1985) mempunyai kemampuan untuk menganalisa teknik atau mengevaluasi teknik gerakan anak latihnya. Seorang pengajar harus membuat analisa gerakan dari sudut pandang biomekanika sehingga pengajar akan lebih mudah memberi evaluasi. Dalam pencapaian sebuah proses pembelajaran, dibutuhkan faktor pendukung dalam bidang ilmu pengetahuan seperti teknologi yang dapat mempermudah kinerja dari seorang pengajar. Dalam proses pengajaran diperlukan berbagai pengetahuan pendukung agar latihan dapat berhasil sesuai dengan yang diharapkan. (Sukadiyanto, 2016)

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan tersebut diatas maka penelitian di fokuskan kepada permasalahan sebagai berikut:

1. Para guru dalam pengajaran lompat jauh dalam proses mengajar perlu memahami dan menguasai serta menganalisa gerakan teknik siswanya dari sudut pandang biomekanika.
2. Teknik yang digunakan dalam gerakan lompat jauh perlu dianalisa secara rinci.
3. Perlunya pemanfaatan teknologi untuk membantu pengajar dalam menganalisis lompat

C. Perumusan Masalah

Berkaitan dengan pembelajaran keterampilan lompat jauh yang akan dikembangkan, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah analisis gerak keterampilan lompat jauh di SMA Plus Pembangunan Jaya Kota Tangerang Selatan yang meliputi empat faktor yaitu awalan, tolakan, melayang di udara dan pendaratan ?”
2. Apakah ada jarak pemendekkan langkah ketika sebelum melakukan *take off* pada siswa di SMA Plus Pembangunan Jaya Kota Tangerang Selatan?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yaitu:

a. Manfaat Teoritis

1. Menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca penelitian ini tentang keterampilan lompat jauh yang di dasarkan kebenaran kesesuaian teknik dasar lompat jauh.
2. Di jadikan sebagai kajian untuk penelitian lebih lanjut tentang masalah terkait.
3. Video rekaman yang di dihasilkan dapat digunakan sebagai pedoman untuk pembinaan siswa lompat jauh.

b. Manfaat Praktis

1. Dapat digunakan sebagai acuan untuk pembinaan prestasi lompat jauh menggunakan salah satu dasar kesesuaian keterampilan gerak lompat jauh tanpa mengabaikan dasar-dasar yang lain.
2. Dapat digunakan untuk memperbaiki prestasi olahraga lompat jauh pelajar.
3. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait dengan keterampilan gerak lompat jauh untuk para pengajar atau pelatih Atletik.

