

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era perkembangan zaman seperti saat ini, olahraga tidak hanya sekedar menjadi tolak ukur sebuah prestasi. Olahraga menjadi gaya hidup setiap individu yang menjadi kebutuhan untuk menjaga kesehatan dan kebugaran. Selain itu olahraga juga dapat menjadi sarana rekreasi untuk melepas lelah pada aktivitas yang padat. Oleh sebab itu seluruh elemen masyarakat ikut berpartisipasi dalam membudayakan hidup sehat melalui olahraga. Partisipasi masyarakat dalam melakukan kegiatan olahraga semakin meningkat yang ditunjukkan dengan peningkatan partisipasi masyarakat pada indeks pembangunan olahraga (SDI) (Prasetyo, 2013)

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dapat dikemas melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang merupakan bagian dari mata pelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas gerak, sosial, neuromuscular dan emosional, karenanya pendidikan jasmani bersifat mendidik dan dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar (Sunarso, 2018). Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang karakteristiknya berbeda dengan pelajaran yang lain (Sumarsono, 2017). Pemberian materi melalui aktivitas fisik menuntut peserta didik untuk bergerak dan memahami materi. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Salah satu pendidikan yang mengarahkan pada perkembangan-perkembangan keseluruhan aspek manusia adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik secara jasmani maupun rohani. Sehingga pendidikan jasmani merupakan salah satu pendidikan yang sangat penting dan utama untuk kemajuan suatu bangsa. Pendidikan jasmani seyogyanya dimaknai sebagai bentuk pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam arti menyeluruh, yaitu memanusiakan manusia secara utuh (Abduljabar, 2014).

Pembelajaran pendidikan jasmani diberikan mulai dari usia dini, khususnya pada usia Sekolah Dasar. Pola pembelajaran pendidikan jasmani pada usia sekolah dasar dikemas dengan pembelajaran yang aman dan menyenangkan, namun tidak lepas dari esensi pembelajaran tersebut. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang (Dalton & Rachman, 2014). Sebagai mata pelajaran yang menitik beratkan perhatian pada ranah jasmani dan psikomotor, dengan tidak mengabaikan ranah kognitif dan afektif, pembelajaran pendidikan jasmani mencakup materi (1) kesadaran akan tubuh dan gerakan, keterampilan motorik dasar, (2) kebugaran jasmani, aktivitas jasmani seperti permainan, gerakan ritmik dan tari, *aquatic* (bila memungkinkan), dan senam, (3) aktivitas pengkoordinasian tubuh, modifikasi permainan dan olahraga, (4) olahraga perorangan, berpasangan, (5) keterampilan hidup mandiri di alam terbuka, dan (6) gaya hidup aktif dan sikap sportif. Pelaksanaan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia Indonesia (Deddy&Taufiq, 2015). Upaya seseorang untuk mencapai hidup dengan sehat dan bugar perlu dilakukan secara konsisten dan terus-menerus.

Pembelajaran pendidikan jasmani dapat diberikan melalui salah satu cabang olahraga, yaitu Taekwondo. Taekwondo merupakan olahraga yang populer dan banyak digemari masyarakat. Ketertarikan masyarakat terhadap olahraga taekwondo adalah adanya kompetisi pada setiap even besar baik daerah, nasional dan internasional. Sehingga masyarakat berlomba-lomba untuk berkompetisi pada setiap even untuk meraih prestasi. Perkembangan anak pada hakikatnya tergantung dari usaha anak tersebut dalam mengembangkan dirinya (Tangkudung, 2012).

Pada kesempatan ini, peneliti melakukan observasi cabang olahraga Taekwondo di Klub Griffin Pondok Gede Jakarta Timur. Klub Taekwondo Griffin terbagi menjadi beberapa kelas. Ada kelas pemula dan kelas prestasi. Peneliti melakukan pengamatan dan wawancara terhadap pelatih yang berada di klub tersebut. Beberapa trofi dan juara dihasilkan dari para atlet yang sudah melaksanakan kejuaran baik tingkat daerah maupun nasional. Namun disisi lain, masih banyak para pemula yang belum menguasai teknik dasar cabang olahraga Taekwondo. Salah satu teknik dasar yang masih belum dikuasai oleh para atlet

pemula adalah tendangan *dollyo chagi*. Pola pembelajaran konvensional menjadi kendala sehingga para atlet cenderung mengalami kejenuhan. Para pelatih masih minim membuat variasi latihan agar lebih menarik para atlet dalam melakukan latihan tendangan *dollyo chagi*. Oleh sebab itu model atau variasi pembelajaran perlu dikembangkan pada klub Taekwondo Griffin untuk meningkatkan keterampilan tendangan *dollyo chagi* bagi atlet pemula.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut fokus permasalahan pada penelitian ini adalah Model pembelajaran savi untuk tendangan *dollyo chagi* cabang olahraga taekwondo pada pemula usia SD.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan model latihan yang akan dikembangkan, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah cara penyajian pembelajaran savi untuk tendangan *dollyo chagi* cabang olahraga taekwondo pemula usia SD?
2. Apakah Model pembelajaran savi untuk tendangan *dollyo chagi* cabang olahraga taekwondo efektif meningkatkan keterampilan pemula usia SD?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi kepelatih Taekwondo pada teknik tendangan *dolyo chagi* pada cabang olahraga Taekwondo. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain :

1. Penyajian pembelajaran savi untuk tendangan *dollyo chagi* cabang olahraga taekwondo pada pemula usia SD dengan menggunakan model atau variasi latihan.
2. Model pembelajaran savi untuk tendangan *dollyo chagi* cabang olahraga taekwondo efektif dalam meningkatkan keterampilan pemula usia SD.