

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Pendidikan merupakan cara yang strategis untuk mencetak sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Dengan kebijakan yang berkelanjutan khususnya dalam dunia pendidikan di Indonesia, bukan mustahil pendidikan di Indonesia akan menciptakan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Sumber daya manusia yang berkualitas akan membawa pada kemajuan bangsa terutama dalam menjadikan masyarakat madani. Sehingga dengan adanya pendidikan yang bermutu maka semua hal yang berhubungan dengan masalah pendidikan akan cepat terselesaikan. Salah satu pendidikan yang mengarahkan pada perkembangan-perkembangan keseluruhan aspek manusia adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik. Untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis (Resti, 2014). 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.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 1 ayat 1 menjelaskan bahwa Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan. (Presiden dan DPR, 2005)

Sistem yang menjelaskan bahwa keolahragaan meliputi 3 (tiga) ruang lingkup yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Pendidikan jasmani berada dalam lingkup pendidikan, yang juga memiliki peran untuk membantu pencapaian tujuan pendidikan nasional yang didalamnya dapat memungkinkan guru dan anak didik dapat bekerja bersama untuk membangun pengetahuan dan tindakan yang berguna bagi hidup mereka.

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang merupakan bagian dari mata pelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas gerak, sosial, neuromuscular dan emosial, 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 tujuan pendidikan jasmani di Sekolah adalah peningkatan kebugaran jasmani bagi peserta didik serta peningkatan kemampuan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa. Kemampuan ketrampilan gerak dasar, merupakan kemampuan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam pendidikan jasmani. Salah satu pemberian program pendidikan jasmani kepada peserta didik adalah agar pelajar menjadi terampil dalam melakukan semua kegiatan aktivitas fisik.

Inti dari pembelajaran pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani yaitu gerak. Sebagian besar penelitian menyatakan bahwa usia untuk belajar gerak paling tepat adalah masa sebelum adolesensi. Masa kanak-kanak merupakan waktu untuk belajar keterampilan dasar, sedangkan masa adolesensi adalah waktu yang digunakan untuk penyempurnaan dan penghalusan serta mempelajari berbagai macam variasi keterampilan gerak. Pada masa adolesensi perkembangan kemampuan fisik yang menonjol adalah kekuatan, kecepatan (Wayan, 2014). Kekuatan meningkat sejalan dengan perkembangan jaringan otot yang cepat, kecepatan berkembang sejalan dengan peningkatan jaringan otot-otot dan ukuran memanjang pada tulang-tulang rangka yang berperan sebagai organ penggerak tubuh.

Proses kegiatan belajar mengajar merupakan suatu aktivitas yang bertujuan mengarahkan siswa pada perubahan tingkah laku yang diinginkan. Pengertian ini cukup simpel dan sederhana, akan tetapi bila pengertian ini ditelaah lebih jauh dan mendasar, maka akan terlihat lebih rumit dan begitu kompleksnya

sehingga lebih dituntut dalam pengelolaan pembelajaran itu sendiri. Hal tersebut bisa dipahami karena mengarahkan siswa menuju sebuah perubahan dan merupakan suatu pekerjaan yang berat. Pekerjaan ini membutuhkan suatu perencanaan yang mantap, berkesinambungan serta cara penerapan yang baik kepada peserta didik, sehingga peserta didik dapat mengalami perubahan seperti yang diinginkan.

Untuk mencapai tujuan tersebut harus ada dorongan yang lebih banyak dari pihak lain seperti keluarga, sekolah, serta lingkungan. 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). Untuk pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah, tentu pihak sekolah mempunyai peran dan tanggung jawab yang tinggi. Dalam hal ini guru pendidikan jasmani harus mempunyai inovasi-inovasi untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani guna mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Inovasi yang bisa dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar dalam mata pelajaran pendidikan jasmani sangat banyak cara dan metodenya, baik inovasi dalam hal sarana prasarana belajar, metode dalam mengajar, pendekatan dalam proses pembelajaran, dan lain sebagainya.

Guru penjas yang baik selalu berterus terang dalam memberikan penilaian terhadap kemampuan siswa. Guru harus mengungkapkan hal yang sesungguhnya dengan cara yang tidak membuat siswa semakin terpuruk pada saat mengalami suatu kegagalan (Harjasuganda, 2008). Seorang guru dituntut harus mampu

membuat proses pembelajaran yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil. Hal inilah yang terkadang sulit untuk diwujudkan oleh para guru, walaupun ada kuantitasnya sangat rendah. Sering ditemukan guru pendidikan jasmani hanya menilai hasil belajar siswa berdasarkan hasil akhir setelah siswa melakukan gerakan suatu materi pembelajaran, bukan menilai proses selama suatu gerakan dilakukan. Pembelajaran penjas disekolah menengah meliputi Kompetensi Dasar yang bermacam-macam yang tercantum pada Permendikbud ada bola besar, bola kecil, serta pembelajaran atletik tentang jalan, lari, lompat, lempar, dll. (Permendikbud, 2013). Materi pembelajaran tolak peluru misalnya, yang dinilai oleh guru adalah jarak yang dihasilkan oleh siswa, bukan proses siswa saat melakukan tolak peluru, seperti: Awalan, Tolakan, dan Lanjutan.

Materi tolak peluru adalah salah satu materi dari pembelajaran atletik. pembelajaran atletik disusun pada kurikulum yang diatur dan dapat dikembangkan sesuai karakteristik peserta didik, namun masih ada kekurangan pada pembelajaran tersebut, salah satunya adalah inovasi yang dapat menstimulus peserta didik dalam mengikuti pembelajaran tolak peluru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan antara lain: 1) Siswa lebih tertarik dengan materi bola besar karena dianggap lebih seru dan menyenangkan 2) Materi pembelajaran atletik dianggap membosankan. 3) Keterampilan pada materi atletik khususnya tolak peluru dianggap masih kurang 4) Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan menyatakan bahwa perlu adanya sebuah modifikasi berupa variasi dan kombinasi dengan situasi dunia nyata peserta didik (kontekstual) agar peserta didik antusias saat mengikuti pembelajaran teknik dasar tolak peluru. (5) Guru Pendidikan

Jasmani, Olahraga dan Kesehatan menyatakan sangat setuju bila dikembangkan model pembelajaran kontekstual tolak peluru di Sekolah Menengah Atas kelas X.

Proses pendidikan jasmani dalam pembelajaran atletik di Sekolah Menengah Atas merupakan salah satu materi pembelajaran yang kurang disenangi oleh siswa hal ini sudah tidak asing lagi, karena karakteristik daripada olahraga atletik khususnya tolak peluru sangat monoton dan bukan suatu olahraga permainan. Anak didik di sekolah menengah atas seringkali mengalami kebosanan dan tidak bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran, apalagi jika materi pembelajarannya adalah lempar, baik itu lempar cakram, lempar lembing, maupun tolak peluru. Terkadang seorang guru tidak memperhatikan proses pembelajaran dari gerakan tolak peluru akan tetapi guru lebih melihat hasil tolakan untuk mendapatkan nilai. Tuntutan pembelajaran seperti ini tentunya kurang tepat, karena dalam pendidikan jasmani yang diutamakan adalah penguasaan kompetensi yang telah tercantum dalam silabus, yakni dalam melakukan materi tolak peluru, yang diperhatikan dan dinilai adalah prosesnya (tahap pegangan peluru, awalan, tolakan, serta tahap sikap akhir, bukan hanya menilai hasil jauhnya tolakan.

Tolak peluru merupakan bagian dari nomor lempar, nomor ini mempunyai karakteristik sendiri yaitu peluru tidak dilemparkan tetapi ditolakan atau didorong dari bahu dengan satu tangan, hal ini sesuai dengan peraturan IAAF. Berat peluru yang digunakan dalam perlombaan atletik tergantung pada jenis perlombaannya, biasanya berat peluru untuk perlombaan sifatnya nasional dan olimpiade untuk putra 7,26 kg dan putri 4 kg. Tolak peluru merupakan salah satu jenis keterampilan menolakkan benda berupa peluru sejauh mungkin. Tolak peluru merupakan cabang dari atletik yang dasarnya adalah gerakan menolak. Menolak berarti menyalurkan

tenaga pada benda (Asnaini, 2014). Tujuan tolak peluru adalah untuk mencapai jarak tolakan sejauh-jauhnya, sesuai dengan namanya tolak bukan lempar, jadi ditolak atau didorong dengan satu tangan bermula diletakkan dipangkal bahu kemudian didorong ke daerah yang telah ditentukan. Jika penolak melakukan tolakan namun peluru keluar dari area yang ditentukan dan penolak juga melewati lingkaran tolak maka hasil tolakan dinyatakan gagal. Untuk itu, siswa perlu memperhatikan dan memahami dengan baik teknik dasar tolak peluru. Salah satu masalah yang sering terjadi dalam proses pembelajaran tolak peluru adalah kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan tolakan dengan baik.

Paparan tentang tolak peluru diatas membuat peneliti memiliki pendapat bahwa suatu kewajaran jika siswa menjadi malas, tidak bersemangat dan kurang aktif. Penyebab hal tersebut adalah karena kecemasan dengan beratnya peluru, diameter peluru, suasana pembelajaran yang membosankan dan kejenuhan lainnya, serta kurangnya pemahaman yang guru berikan terhadap konsep seperti aktifitas keseharian peserta didik dimanfaatkan untuk pembelajaran sehingga inovasi dan kreasi guru diperlukan dalam mengembangkan berbagai model pembelajaran sehingga proses pembelajaran tidak menjadi monoton dan membosankan. Siswa Sekolah Menengah Atas seharusnya memiliki motivasi yang besar dalam belajar gerak. Karakteristik anak sekolah menengah atas yang senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok serta senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung, membuat model pengembangan yang tepat diberikan yakni berbagai pembelajaran gerak dasar tolak peluru dengan kehidupan nyata aktifitas sehari-hari dan benda-benda yang ada disekitarnya, tentu saja gerakannya

harus mendukung dan berhubungan dengan gerak dasar tolak peluru (persiapan, luncuran, pengantaran, pemulihan).

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani Guru memegang peranan penting, yaitu Guru harus bertugas dan bertanggung jawab dalam merencanakan dan melaksanakan pengajaran di sekolah, seperti apakah model pembelajaran yang digunakan sehingga sesuai dengan peserta didik atau tidak dalam mengajar. Karena pada kenyataannya guru dalam mengajar, kebanyakan menggunakan model yang kurang sesuai dengan karakteristik anak dan pembelajaran langsung ke dalam materi mata pelajaran. Hal ini yang menyebabkan anak kurang tertarik dalam mengikuti pelajaran atletik nomor tolak peluru dan cenderung membosankan.

Dalam perkembangan dunia pendidikan jasmani siswa juga memiliki dunia yang sejalan dengan pendidikan jasmani tersebut yaitu berupa aktivitas sehari-hari yang setiap saat sering dilakukan dan memanfaatkan benda yang ada di sekitar lingkungannya, sehingga dapat dijabarkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di lingkungan sekolah. Sesuai dengan kompetensi dasar dalam kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Sekolah Menengah Atas, siswa dapat bergerak dengan aktif dalam permainan dengan peraturan yang sudah dikembangkan sesuai dengan situasi yang ada dilapangan (Wijayanto, 2014). Namun pada kenyataannya desain pembelajaran masih baku baik dari sarana dan prasarana. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar tolak peluru bagi siswa, diperlukan kemasan baru dalam bentuk pembelajaran yang konsepnya seperti aktivitas keseharian siswa yaitu model pembelajaran kontekstual (Ngadirojo, 2020).

Permainan adalah suatu hal yang menyenangkan, karakteristik anak yang suka bermain akan selalu mendukung jalannya proses belajar mengajar. Apabila model dalam pembelajaran kurang baik, maka seorang guru mencari model yang sesuai dengan pertumbuhan anak didik di masa sekarang. Penulis mempunyai gagasan untuk mengatasi masalah kurangnya model pembelajaran yaitu dengan menggunakan model pembelajaran kontekstual yang diterapkan pada aktivitas sehari-hari berupa permainan. Dengan model pembelajaran kontekstual yang berupa permainan, diharapkan anak akan lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran, dan gerak dasar yang dimiliki siswa dapat ditingkatkan.

Pembelajaran pendidikan jasmani dengan model pembelajaran kontekstual yang berupa permainan digunakan dikarenakan di masa atau era perkembangan sekarang ini pendidikan jasmani tidak difokuskan pada prestasi saja. Tetapi peningkatan kebugaran jasmani, rohani serta interaksi sosialnya. Jadi dengan model pembelajaran permainan diharapkan siswa akan senang dan penuh kesadaran dalam melaksanakan pelajaran jasmani yang diberikan tanpa meninggalkan konsep materi yang diajarkan di Sekolah yaitu berupa materi atletik nomor tolak peluru khususnya dan materi pendidikan jasmani umumnya.

Adapun model pembelajaran kontekstual yang berupa permainan dalam pembelajaran atletik, khususnya nomor tolak peluru salah satunya adalah dengan cara menolakkan bola karet, menolak dengan sasaran ban bekas. Tujuan pembelajaran ini adalah untuk memberikan kemampuan menerka tingkat ketrampilan yang dimilikinya. Dengan harapan siswa dapat tertarik dan mencobanya, sehingga kemampuan dasar tolak peluru akan dapat meningkat,

menyenangkan, dan dapat dijadikan sebagai solusi untuk memudahkan siswa dalam belajar gerak dasar tolak peluru secara lebih efektif dan efisien.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan mengingat terbatasnya waktu, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka peneliti memfokuskan penelitian ini pada pengembangan model pembelajaran kontekstual tolak peluru untuk siswa Sekolah Menengah Atas kelas X.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti merumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu:

1. Bagaimanakah model pembelajaran kontekstual tolak peluru untuk Sekolah Menengah Atas?
2. Apakah model pembelajaran kontekstual tolak peluru efektif untuk Sekolah Menengah Atas?

## **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut;

1. Manfaat Teoritis
  - a. Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi para pemerhati pengembangan model

pembelajaran kontekstual tolak peluru untuk anak siswa Sekolah Menengah Atas.

- b. Bahan referensi dalam memberikan pembelajaran kepada siswa di lingkungan Sekolah Menengah Atas.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Guru

- 1) Agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan materi tolak peluru dan meningkatkan pembelajaran tolak peluru.
- 2) Dengan penelitian ini dapat menjadikan guru lebih inovatif dan kreatif dalam memilih model pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan tujuan belajar.

### b. Bagi Peneliti

Mengembangkan teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi guru, pendidik, pelatih, atlet, dan pihak-pihak yang terkait dengan proses pembelajaran tolak peluru.

### c. Bagi Umum

Dapat menambah khasanah ilmu yang dapat dipergunakan dalam dunia pendidikan, kerja pada khususnya dan masyarakat pada umumnya.

### d. Bagi Siswa

- 1) Motivasi dan keaktifan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meningkat.
- 2) Hasil penelitian diharapkan dapat berguna bagi anak dalam usaha meningkatkan motivasi belajarnya khususnya belajar tolak peluru.

e. Bagi Sekolah

- 1) Sebagai pembanding dalam penelitian selanjutnya khususnya dalam penelitian yang sejenis.
- 2) Memberikan sumbangan bagi peningkatan mutu proses maupun mutu hasil pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.

