

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu komponen penunjang pelaksana Pendidikan jasmani agar dapat berjalan dengan baik adalah kurikulum. Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dalam bahan pelajaran serta digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan nasional yang sesuai dengan kekhasan, kondisi dan potensi daerah suatu pendidikan dan peserta didik.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu mata pelajaran yang diharapkan mampu mengupayakan untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang diselenggarakan di sekolah, baik dari jenjang pendidikan dasar maupun menengah. Pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogi dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Paturusi berpendapat bahwa Pendidikan Jasmani dan Olahraga adalah proses Pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga terpilih untuk mencapai tujuan Pendidikan. Adanya mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-sportivitas-spiritual-sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Pencapaian tujuan Penjasorkes di sekolah menengah pertama (SMP) diharapkan mempertimbangkan tujuan pembelajaran, kemampuan siswa, metode, materi, sarana dan prasarana, aktivitas belajarserta keseimbangan siswa agar proses pembelajaran berjalan dengan baik (Paturusi, 2012).

Materi ajar dalam Penjasorkes mempunyai beberapa aspek diantaranya aspek permainan, aspek pengembangan, aspek akuwantik, aspek ritmik, aspek enam atau uji diri, dan aspek kesehatan. Aspek permainan mempunyai persentase terbesar dari pada aspek ajar lainnya. Materi permainan dan olahraga dilakukan secara berpasangan, beregu dan individual. Penilaian mengajarkan nilai kerjasama, sportivitas, kejujuran, toleransi, dan meningkatkan rasa percaya diri. Permainan dan olahraga meliputi permainan bola kecil dan permainan bola besar. Permainan bola kecil diantaranya kasti, softball, dan baseball. Sedangkan permainan bola besar yang diajarkan sepak bola, bola voli dan bola basket merupakan materi permainan yang diajarkan pada siswa sekola menengah pertama.

Kegiatan olahraga yang memiliki unsur variasi yang minim akan membuat para siswa merasa cepat bosan dalam melakukannya. Sehingga kebosanan dapat

membuat tujuan pembelajaran tidak tercapai. Dan begitu juga dengan banyaknya pengulangan dengan gerakan yang sama dapat menimbulkan kejenuhan bagi siswa, oleh karena itu setiap gerakan atau setiap latihan harus dilaksanakan dengan berbagai variasi sehingga beban latihan akan terasa lebih ringan dan menggembirakan.

Variasi Latihan adalah latihan yang metode-metode dan materi/isi latihannya tidak selalu sama di setiap pertemuannya tapi tetap untuk satu tujuan pengembangan teknik, yang tujuannya agar siswa/peserta latihan tidak jenuh atau bosan dan malah tertarik pada latihan yang telah dilaksanakan karena latihannya bervariasi.

Dalam upaya mengatasi kebosanan dan latihan yang monoton diharapkan seorang pelatih kreatif dengan memiliki banyak pengetahuan dan berbagai jenis latihan yang memungkinkan dapat bervariasi dan berganti-ganti secara periodik (Budiawanto, 2016).

Olahraga bola tangan di Indonesia telah lama ada sejak zaman penjajahan Belanda, namun sayangnya sampai sekarang masyarakat belum banyak mengetahui olahraga ini. Seiring berjalannya waktu, olahraga ini mulai menunjukkan perkembangannya melalui ajang pada eksebis Pekan Olahraga Nasional (PON XIX/2016) yang dilaksanakan di Jawa Barat. Hal ini juga terlihat dengan adanya organisasi yang membawahi cabang olahraga bola tangan ini, yaitu Asosiasi Bola Tangan Indonesia (ABTI).

Bola tangan adalah permainan yang dimainkan secara beregu dengan 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang) ini merupakan kombinasi antara permainan sepak bola dan bola basket. Penguasaan bola dilakukan sepenuhnya menggunakan tangan seperti passing, dribling, dan shooting. Setiap team berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya yang di jaga oleh kiper.

Bola tangan adalah permainan yang sederhana yang dapat dimainkan oleh setiap orang baik putra maupun putri. Seperti permainan-permainan yang lain yang ada sekarang, maka adanya atau terciptanya suatu permainan antara lain adalah agar manusia itu bergerak. Demikian juga halnya dengan permainan bola tangan ini, pada mulanya diciptakan untuk memberikan aktivitas gerak kepada anak-anak putri yang kurang meminati permainan sepakbola atau basket. Bolatangan adalah suatu permainan yang sederhana yang dapat dimainkan oleh setiap orang baik putra maupun putri. (Sujarwo, 2015) Kenyataannya permainan bola tangan ini adalah permainan yang sangat ideal, karena permainan ini terdapat unsur-unsur gerak yang dinamis, penuh daya kreasi/mempertinggi kecerdasan, pembentukan otot tubuh yang sempurna dari gerak-gerak yang dilakukan, membentuk ketekunan dan merupakan pencerminan pribadi seseorang.

Saat ini permainan bola tangan indoor berkembang sangat pesat karena permainannya yang menarik dan memerlukan tempo yang sangat cepat. Selain itu permainan ini memerlukan skill individu yang baik serta teknik dan taktik yang luar biasa dari para pemainnya. Bola tangan memperlihatkan keterampilan gerak yang tinggi dari gabungan lari, lompat dan melempar bola. Oleh karena itu, pemain bola

tangan harus mempunyai keterampilan yang komplit seperti diantaranya dalam koordinasi, kecepatan, ketepatan, kelincahan, kekuatan, dan daya tahan.

Passing merupakan teknik dasar bola tangan yang awal di ajarkan kepada siswa dan menjadi salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola tangan, ibaratnya permainan bola kaki, operan–operan yang cantik dan menawan dapat membuat pemain lawan ekstra hati–hati dalam menjaga pertahananya, itu juga yang terjadi dalam permainan bola tangan, operan bola dari tangan ke tangan sangat penting dalam usaha membangun serangan ke daerah lawan untuk menghasilkan sebuah gol.

Materi permainan olahraga bola tangan tidak secara jelas tercantum dalam kurikulum, akan tetapi masih termasuk dalam lingkup permainan bola besar. Permainan bola tangan masih menjadi olahraga pilihan di dalam kurikulum penjasorkes sehingga masih sangat jarang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama Negeri.

Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian dalam bentuk membuat variasi model latihan melempar, dengan tujuan meningkatkan kemampuan passing pada siswa terutama dalam olahraga bola tangan. Dari pengamatan penulis saat melakukan kegiatan pembelajaran disekolah masih banyak siswa yang kurang baik dalam melakukan passing saat pengajaran bola tangan. Hal itu bisa disebabkan dari kurangnya pemahaman siswa terkait teknik dalam melakukan passing, seperti rangkaian gerakan yang harus dilakukan saat passing. Dengan membuat variasi latihan passing memberikan pemahaman dalam bentuk praktek yang bisa dilakukan

oleh siswa, sehingga siswa akan terbiasa saat melakukan passing dan terjadi otomatisasi gerakan dengan baik dan benar.

Dalam membuat variasi latihan ini, penulis membuat model latihan melempar yang memiliki keterkaitan dengan passing pada olahraga bola tangan. Variasi latihan ini dibuat dengan memperhatikan kondisi siswa, sarana, serta prasarana agar variasi latihan efektif, efisien, dan bervariasi. Dengan demikian siswa melakukannya dengan semangat dan tanpa rasa bosan.

Model variasi latihan yang dibuat bersumber dari beberapa model latihan passing yang telah ada sebelumnya, akan tetapi di sesuaikan dengan objek yang akan diajarkan serta sarana dan prasarana yang digunakan. Dengan tujuan bisa dipergunakan di sekolah yang tidak memiliki sarana yang memadai tetapi tidak merubah fokus utama dari model variasi latihan melempar yang dibuat.

Dengan demikian penulis melakukan penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam passing bola tangan. Sesuai dengan model variasi latihan melempar yang dibuat secara efisien dan efektif serta membantu siswa dalam teknik passing bola tangan yang membuat mereka bisa lebih baik saat melakukan pembelajaran bola tangan maupun disituasi permainan bola tangan.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini terfokus untuk membuat model variasi latihan melempar untuk meningkatkan keterampilan *passing* permainan bola tangan untuk anak Sekolah Menengah Pertama Negeri.

C. Perumusan Masalah

Mengingat betapa luasnya permasalahan yang mungkin timbul dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar gerak melempar pada anak SMP. Maka peneliti berupaya untuk membuat buku latihan meningkatkan keterampilan *passing* bola tangan yang dapat diidentifikasi dalam pertanyaan yaitu, Bagaimanakah model variasi latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* bola tangan untuk anak SMP ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa, sekolah, pelatih, pengembangan ekstrakurikuler dan terutama:

1. Memberikan variasi latihan kepada anak agar latihan yang dilakukan tidak membosankan.
2. Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dalam olahraga bola tangan itu sendiri tentang model variasi latihan melempar dan masukan untuk pelatih bola tangan.