

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di tengah maraknya usaha pemerintah untuk menggalakkan olahraga didalam kehidupan sehari-hari melalui semboyannya yaitu “GERMAS (gerakan masyarakat hidup sehat)” maka sudah seharusnya olahraga itu diberikan sedari dini kepada anak-anak sehingga kelak akan terciptanya masyarakat yang sadar akan pentingnya hidup sehat.

Salah satu tujuan olahraga adalah membentuk manusia yang berkualitas, sehat jasmani dan rohani. Seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, pembangunan dibidang olahraga terus digalakan dengan memanfaatkan segala sumber yang ada sebab pembangunan membutuhkan tenaga-tenaga yang cakap, trampil serta mempunyai kondisi fisik dan mental yang prima. Salah satu wadah untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional adalah melalui jalur pendidikan formal yaitu sekolah.

Sekolah merupakan suatu lembaga formal yang dirancang khusus untuk mencerdaskan peserta didik dibawah pengawasan guru serta meningkatkan prestasi siswa. Proses pembelajaran merupakan kegiatan yang sangat menentukan keberhasilan dan pencapaian perubahan dan pertumbuhan tingkah pada peserta didik. Perubahan sikap, pengetahuan, keterampilan dan tingkah laku yang diakibatkan

adanya interaksi dengan lingkungan serta proses pembelajaran. Salah satu proses belajar mengajar dan terjadinya interaksi di sekolah adalah melalui pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas fisik yang pada umumnya dilakukan di sekolah, baik Sekolah Dasar maupun menengah. Pendidikan jasmani mempunyai tujuan pendidikan yang bermanfaat dan bagian integral pendidikan yang membentuk manusia seutuhnya meliputi kognitif, afektif dan psikomotor.

Pendidikan jasmani tentunya mempunyai tujuan-tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Untuk mencapai tujuan pendidikan maka diperlukan adanya proses belajar mengajar yakni adanya kegiatan timbal balik antara guru dan siswa untuk itu diperlukan rangkaian kegiatan belajar mengajar yang terencana. Dengan pendidikan yang terencana serta bimbingan yang baik tujuan pendidikan akan tercapai dengan baik pula.

Proses belajar mengajar yang baik diharapkan dapat selalu diterapkan dalam setiap bidang pendidikan, termasuk dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Pendidikan jasmani merupakan salah satu bentuk pendidikan yang ada di Indonesia. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses keseluruhan yang mempunyai tujuan dalam pembentukan kognitif, afektif, psikomotor, dan fisik seseorang. Pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan dapat memiliki keterampilan untuk meningkatkan keterampilan peserta didik melalui pembelajaran yang aktif, kreatif dan menyenangkan, agar peserta didik lebih antusias untuk mengikuti pelajaran dengan tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang karakteristiknya berbeda dengan pelajaran yang lain (Sumarsono, 2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dalam aspek jasmani. Oleh karena itu, cara penyampaian yang dilakukan haruslah menarik dan menyenangkan supaya materi yang disampaikan dapat tepat sasaran dan memberikan hasil yang baik pula.

Para siswa sekolah dasar merupakan aset bagi negara yang mana kelak akan datang masa bagi mereka untuk menjalankan roda pemerintahan dan meneruskan keberlangsungan negara ini dan di tangan mereka lah bangsa ini akan maju dan berkembang atau malah sebaliknya. Oleh karena itu para penerus bangsa ini haruslah dipersiapkan dengan bekal pendidikan yang cukup, tubuh yang sehat, serta jiwa dan mental yang kuat. Pendidikan itu sendiri mengandung makna merubah, membina, membandingkan, mengarahkan dan bahkan membentuk keseluruhan dimensi peserta didik. Menurut UU no.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potendi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Guru sebagai orang yang berkecimpung langsung di dalam proses belajar mengajar mempunyai tugas memberikan peluang dengan efektif sehingga apa yang diperlukan siswa sebagai peserta didik dapat terpenuhi.

Sebagaimana diketahui bahwa setiap anak terlahir dengan keunikannya sendiri. Keterbakatannya akan suatu hal pasti lah berbeda dengan anak yang lain. Sebagai guru salah satu tanggung jawabnya adalah mampu melihat potensi anak dan membimbing serta mengarahkannya melalui suatu metode pembelajaran yang efektif yang dapat mengoptimalkan apa yang sudah ada pada diri anak tersebut. Pendidikan jasmani merupakan salah satu pendidikan yang dapat mengoptimalkan dan mengembangkan bakat yang ada pada diri anak karena didalamnya terkandung unsur pembelajaran Motorik, Kognitif serta Afektif.

Maka dari itu didalam pembelajaran pendidikan jasmani anak dilatih untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar Motorik, Kognitif serta Afektif. Dari ketiga jenis kemampuan gerak dasar inilah nantinya akan dapat dikembangkan sesuai bakat yang ada pada anak. Oleh karena itu, seorang guru harus bisa mengembangkan berbagai macam materi yang bisa membuat siswa bergerak dan melatih kemampuan gerak dasarnya tersebut karena memang dalam masa usia sekolah dasar, sebaiknya anak diberikan gerakan multilateral yang dapat mengembangkan semua unsur fisik yang ada pada anak, tidak memberikan latihan khusus kepada anak yang hanya mengembangkan sebagian kemampuan motoriknya saja, seperti bermain bola, hanya mengembangkan kemampuan keterampilan kakinya saja.

Anak dalam masa usia ini tergolong masih senang bermain, oleh karena itu diusahakan setiap materi yang akan diberikan harus lah mempunyai unsur permainan yang sifatnya menyenangkan, tetapi tetap tidak meninggalkan materi pokok tentang apa yang ingin dicapai oleh anak. Dengan terciptanya rasa senang dan gembira ketika

belajar pendidikan jasmani, maka dengan sendirinya akan timbul motivasi dalam diri anak untuk terus mengikuti kegiatan pembelajaran khususnya di bidang pendidikan jasmani.

Selain itu sebagai seorang pendidik pembelajaran gerakan bisa berupa lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dan biasanya diberikan guru dengan cara konvensional yaitu menyuruh anak untuk melakukan gerakan-gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, merayap, memanjat, untuk gerakan non lokomotor guru menyuruh siswa menarik dan mendorong, memutar badan, menggantung, peregangan, dan untuk gerakan manipulatif guru menyuruh siswa untuk mendribble, melempar, menggelindingkan dan memukul. Masalah yang sering dijumpai dilapangan yaitu banyaknya anak yang enggan melakukan gerakan sesuai instruksi. Hal ini dikarenakan kurangnya rasa ketertarikan anak terhadap pembelajaran itu sehingga mereka tidak serius dalam melakukan pembelajarannya dan hanya sebagian saja yang mau melakukan.

Dengan demikian seorang guru pendidikan jasmani harus lebih kreatif dalam memberikan materi pembelajaran khususnya dalam mengembangkan keterampilan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif agar setiap materi yang diberikan dapat membuat anak tertarik dan senang melakukannya. Pembelajaran atletik di sekolah dasar merupakan upaya peletakan dasar kemampuan olah tubuh dan olah gerak sehingga dalam proses pembelajarannya menekankan pada faktor kegembiraan pada anak dari permainan gerak dan kegiatan olahraga atletik (Bahtiar, 2013). Seperti yang tercantum dalam kurikulum tiga belas program pembelajaran SD/MI untuk

program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bahwa pembelajaran gerakan lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dimulai dari kelas I - III. Salah satu kompetensi dasar kelas III adalah (1) Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerja sama, (2) Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak mengayun, membungkuk dan menekuk dalam permainan sederhana, serta aturan, dan kerja sama, (3) Mempraktikkan kombinasi gerak dasar melempar, menangkap dan menendang dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta aturan, dan kerja sama.

Guru pendidikan jasmani pada umumnya hanya menilai hasil belajar siswa berdasarkan hasil akhir setelah siswa melakukan gerakan suatu materi pembelajaran, bukan menilai proses selama suatu gerakan dilakukan. Dalam materi pembelajaran lompat jauh misalnya, yang dinilai oleh guru adalah jaraknya, bukan proses siswa saat melakukan lompat jauh, seperti: sikap *start*, sikap/ayunan tangan dan kaki saat melompat serta di udara, serta bagaimana sikap mendarat.

Disamping itu seorang guru diharapkan mampu memodifikasi alat dan tempat yang ada di sekolah sedemikian rupa sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran lompat jauh yang optimal karena pada umumnya peralatan dan ruang yang disediakan sekolah untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga berbeda-beda tiap sekolah di Indonesia.

Dengan terciptanya beberapa modifikasi yang dilakukan oleh guru sekolah dasar baik dari peralatan dan tempat, diharapkan juga dapat menciptakan anak-anak

muda yang sehat secara fisik dan mental serta sadar akan pentingnya berolahraga dan nantinya akan membawa pengaruh yang positif di lingkungannya.

Dengan adanya permasalahan dalam latar belakang di atas, Peneliti mengamati pada saat pembelajaran atletik khususnya lompat jauh, peserta didik kurang antusias dalam mengikutinya, baik siswa putra maupun siswi putri. Keadaan semacam ini menjadikan masalah agar bagaimana caranya pembelajaran lompat jauh dapat meningkat. Karena dengan keadaan yang demikian, tujuan pembelajaran pun pasti belum tercapai. Setelah melakukan pengamatan, hal ini disebabkan karena pembelajaran yang monoton atau pembelajaran yang hanya berorientasi pada pembelajaran teknik, tidak adanya unsur bermain dalam penyajian materi pembelajaran. Oleh sebab itu guru harus mampu mengembangkan kemampuan gerak anak yang sesuai ada dalam dirinya atau secara spesifik melalui pembelajaran pendidikan jasmani kegiatan bermain dan berolahraga yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Untuk itu peneliti ingin melakukan pengembangan bentuk pembelajaran terhadap gerak dasar lompat jauh.

Metode yang digunakan dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh adalah demonstrasi dan permainan. Langkah-langkah yang digunakan dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh adalah pendahuluan, inti dan penutup. Media yang digunakan berupa media audio peserta didik hanya mendapatkan penjelasan dari guru, serta guru melakukan evaluasi di akhir pembelajaran dengan menjelaskan kembali gerak dasar lompat jauh yang benar.

Kekurangan pada proses pembelajaran akan berpengaruh negatif pada pencapaian hasil yang membuat peserta didik merasa bosan, tidak tertarik dan tidak antusias saat guru memberikan materi pembelajaran berupa gerak dasar lompat jauh dengan benar, peserta didik kurang memiliki kesempatan untuk menumbuh kembangkan keterampilan dasar (lokomotor, non lokomotor dan manipulatif), dan peserta didik tidak memahami gerakan dan tujuan pembelajaran tersebut.

Bertitik tolak dari pendapat di atas, maka peneliti sangat tertarik untuk mengadakan penelitian tentang Model Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Sekolah Dasar.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dalam penelitian ini agar mencapai hasil optimal dari penguasaan gerak dasar lompat jauh atletik, maka fokus masalah pada penelitian ini adalah pengembangan model pembelajaran gerak lompat jauh pada siswa Sekolah Dasar.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dari fokus penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah model pembelajaran lompat jauh atletik pada siswa Sekolah Dasar?

2. Apakah model pembelajaran lompat jauh efektif untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh siswa Sekolah Dasar ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada materi lompat jauh atletik. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain:

1. Sebagai masukan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk pembelajaran lompat jauh atletik.
2. Memperluas pengetahuan dalam metode mengajar khususnya pada materi lompat jauh atletik.
3. Membantu guru dalam menyampaikan materi dengan baik dan lancar.
4. Memberikan suasana baru bagi siswa dalam proses belajar mengajar sehingga siswa merasakan kenyamanan, keamanan dan kesenangan.
5. Mengoptimalkan proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan pada pembelajaran lompat jauh atletik dan memberikan inspirasi untuk lebih kreatif lagi dalam menggunakan media pembelajaran.
6. Sumbangan pemikiran peneliti pada bidang pendidikan khususnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.