

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Ia merupakan salah satu dari subsistem-subsistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerak fisik. Pendidikan jasmani merupakan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani rohani peserta didik. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diutamakan mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran. Banyak yang menganggap, kurang penting mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani, dikarenakan belum mengerti peran dan fungsi pendidikan jasmani.

Maka dari itu pendidikan olahraga merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Untuk menciptakan proses pembelajaran yang sehat dalam dunia pendidikan harus meliputi beberapa hal sebagai berikut. (1) Anak Didik (2) Pendidik (3) Tujuan Pendidikan (4) Alat Pendidikan (5) Lingkungan pendidikan. Komponen-komponen tersebut harus ada di dalam berlangsungnya proses pembelajaran.

Komponen-komponen di atas harus ada di dalam berlangsungnya suatu pendidikan. Jadi pendidikan tidak akan berarti apabila tidak ada yang di didik, demikian pula dengan pendidikan juga tidak akan berjalan apabila tidak ada siapa yang menjalankan pendidikan tersebut, serta pendidikan tidak ada gunanya kalau tidak ada tujuan. Pendidikan jasmani di sekolah harus memenuhi konsep-konsep diatas, dan mempunyai tujuan tertentu yang mengarah ke tujuanj pendidikan. Yaitu meningkatkan kesegaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa, dengan bugarnya kondisi siswa akan mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran.

Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani di Indonesia hingga dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, kondisi rendahnya kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah lanjutan telah di kemukakan di dalam berbagai forum oleh beberapa pengamat. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ialah terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani dan terbatasnya sumber-

sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani. Kualitas guru pendidikan jasmani yang ada pada sekolah lanjutan pada umumnya kurang memadai. Guru kurang mampu dalam melaksanakan profesinya secara profesional, kurang berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mengajar dan mendidik siswa secara sistematis melalui gerakan pendidikan jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektual. Benar bahwa mengingat kebanyakan guru pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama kurang kreatif dalam memberikan model pembelajaran. Kebanyakan guru penjas hanya menekankan hasil akhir tanpa memperhatikan proses pembelajaran. Hal ini akan berdampak buruk bagi siswa karena kurangnya pengetahuan yang di berikan oleh guru dan secara tidak langsung akan mempengaruhi kinerja guru tersebut serta tujuan pendidikan jasmani tidak akanj tercapai, hal tersebut akan merusak citra guru penjas dimata siswa.

Gaya mengajar yang dilakukan oleh guru dalam praktek pendidikan jasmani cenderung tradisional, atau hanya menggunakan satu gaya mengajar saja, sehingga membuat situasi pembelajaran monoton dan membuat siswa jenuh untuk mengikuti pembelajaran tersebut. Model metode-metode praktek ditekankan pada *teacher centered* dimana para siswa melakukan latihan fisik berdasarkan perintah yang ditentukan oleh guru. Latihan-latihan tersebut tidak pernah dilakukan anak sesuai inisiatif sendiri.

Guru cenderung menggunakan pendekatan yang mendasarkan pada olahraga prestasi dalam pembelajarannya, sehingga dalam proses pembelajarannya jelas beda dari penjas itu sendiri, tujuan utamanya bukan proses melainkan hasil akhir sebuah penilaian. Dalam pendekatan ini guru menentukan tugas-tugas bagi siswa melalui kegiatan fisik tak ubahnya seperti latihan olahraga. Biasanya tujuan pembelajaran ditekankan pada penguasaan yang mengarah pada pencapaian tujuan prestasi tanpa melakukan modifikasi baik dalam peraturan, ukuran lapangan maupun jumlah pemain. Pendekatan seperti ini membuat siswa kurang senang bahkan merasa frustrasi untuk melakukan program pendidikan jasmani, karena mereka tidak mampu dan sering gagal untuk melaksanakan tugas yang diberikan dalam bentuk yang kompleks. Untuk itu kebutuhan untuk memodifikasi olahraga sebagai suatu pendekatan alternatif dalam pengajaran pendidikan jasmani, mutlak perlu dilakukan. Guru harus memiliki kemampuan untuk memodifikasi ketrampilan yang hendak diajarkan agar sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Guru dituntut harus lebih kreatif, inovatif dalam menciptakan pembelajaran, yang akan diberikan kepada siswa, sehingga tercipta pembelajaran yang aktif bagi siswa, atau menyenangkan tanpa meninggalkan tujuan pembelajaran tersebut.

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yang salah satunya kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani dalam membuat dan

mengembangkan media pembelajaran yang sederhana, guru kurang akan model-model pembelajaran sehingga proses pembelajaran kurang menarik bagi siswa sehingga tercipta pembelajaran yang membosankan buat siswa.

Proses kegiatan belajar mengajar merupakan suatu aktivitas yang bertujuan mengarahkan peserta didik pada perubahan tingkah laku yang diinginkan. Pengertian ini kelihatan cukup sederhana, akan tetapi bila ditelaah lebih mendasar maka akan terlihat lebih rumit dan begitu kompleksnya proses yang dituntut dalam pengelolaan pelajaran itu sendiri, sejalan dengan itu guru pendidikan jasmani haruslah lebih peka dan teliti akan kebutuhan peserta didik yang diajar dan dapat memenuhi setiap kebutuhan karakteristik peserta didik yang berbeda-beda.

Dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani (penjas) yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dalam jangka waktu tertentu akan mampu mempertahankan dan meningkatkan kebugaran jasmani yang baik, menunjukkan kompetensi dalam melakukan gerak yang efisien, mendemonstrasikan gaya hidup aktif dan gemar melakukan kegiatan jasmani, dan juga berpartisipasi dalam kegiatan olahraga.

Peran guru pendidikan jasmani adalah sebagai fasilitator yang menyiapkan kondisi lingkungan belajar yang nyaman dengan memfasilitasi para peserta didik agar mendapat kemudahan dalam pemecahan masalah dalam belajarnya. Seseorang guru harus dapat melengkapi kebutuhan dalam proses belajar mengajar. Beberapa permasalahan yang timbul dalam proses belajar mengajar perlu dianalisis dan dicatat oleh guru pendidikan jasmani. Ini berfungsi untuk proses penyelesaian dan pembenahan pembelajaran untuk kemajuan belajar anak.

Keberhasilan dalam proses kegiatan belajar mengajar pada pendidikan jasmani dapat diukur dari keberhasilan peserta didik dalam tingkat pemahaman, sikap, dan keterampilan dalam bergerak. Artinya kualitas pendidikan jasmani berorientasi pada kemampuan motorik (psikomotor), kognitif, dan afektif. Melalui suatu gerakan siswa dituntun untuk mengetahui cara melakukan gerakan tersebut, mengetahui kebermanfaatan gerakan tersebut dan juga mampu menunjukkan perilaku-perilaku positif selama pembelajaran dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Pembelajaran atletik khususnya pada nomor lompat jauh merupakan salah satu materi yang diajarkan pada peserta didik di tingkat Sekolah Menengah Pertama Negeri dan Swasta (SMP). Dalam materi lompat jauh terdapat keterampilan – keterampilan yang menjadi satu kesatuan yang utuh. Keterampilan – keterampilan itu adalah berlari, melakukan lompatan,

melayang di udara, dan kemudian mendarat. Bukan waktu yang pendek/singkat untuk dapat melakukan gerakan-gerakan tersebut untuk dijadikan satu kesatuan dalam melakukan gerakan lompat jauh.

Pengamatan yang dilakukan peneliti terletak di MTS Assyiriyah Attahiriyah, diperoleh bahwa pembelajaran penjas dengan materi lompat jauh masih terlihat kurang memuaskan. Ini disebabkan kurangnya keterampilan peserta didik dalam melakukan teknik yang cenderung belum baik dan benar sehingga gerakan yang dihasilkan tidak efektif dan efisien. Permasalahan yang dijumpai peneliti adalah guru penjas yang mengajar di sekolah tersebut tidak menggunakan media atau alat dalam mengajarkan materi lompat jauh. Media yang digunakan adalah media bak pasir lompat jauh saja, sehingga peserta didik setelah mendapatkan arahan dari guru penjas, mereka langsung mempraktikkan gerakan tersebut. Secara pemahaman awal peserta didik tersebut sudah mengerti yaitu gerakan diawali dengan berlari, dilanjutkan dengan melakukan tolakan berupa lompatan ke depan, melayang di udara dan diakhiri dengan mendarat. Namun proses dan hasil yang diperoleh menurut peneliti kurang memuaskan dan jauh dari tujuan pembelajaran yang tertuang pada kurikulum khususnya kompetensi dasar. Pada perangkat pembelajaran kurikulum kompetensi dasar dalam materi lompat jauh ini adalah peserta didik mampu mempraktikkan keterampilan lompat jauh serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sehingga perlu

diperhatikan bahwa tujuan yang tertuang dalam kurikulum haruslah sejalan dengan pelaksanaan yang dilakukan di dalam aplikasi proses belajar mengajar di sekolah khususnya pelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Permasalahan lain yang ditemukan peneliti adalah pemahaman dan praktik peserta didik dalam melakukan gerakan lompat jauh. dalam lompat jauh terdapat 4 gerakan dasar yaitu berlari, lompat/tolakan, melayang di udara, dan mendarat. Pertama, gerakan berlari yang dilakukan belum baik dan benar ini dapat dilihat melalui kecepatan yang didapatkan belum optimal serta gerakan ayunan lengan dan langkah kaki yang belum selaras untuk melakukan gerakan percepatan atau akselerasi. Gerakan lari memiliki pengaruh besar dengan lompatan yang diperoleh. Kedua, lompatan/tolakan, gerakan ini adalah gerakan peralihan sebelum melayang di udara. Gerakan ini dilakukan secara cepat karena adanya konversi antara kecepatan dan kekuatan otot tungkai yang menghasilkan daya ledak (*explosive power*) untuk membawa tubuh naik dan melayang di udara. Namun yang dilakukan peserta didik belum baik dan benar. Rata – rata yang tidak adanya daya ledak yang kuat dan posisi gerakan tolakan pada kaki belum tepat. Ketiga, saat melayang di udara, peserta didik cenderung terburu-buru mengaunkan lengan dan tungkai ke arah bawah sehingga menyebabkan tubuh cepat turun ke bak pasir sehingga hasil lompatan belum maksimal. Dan keempat adalah gerakan mendarat, permasalahan yang ditemui adalah posisi pendaratan yang

tidak stabil yang akhirnya menyebabkan tangan jatuh ke belakang sehingga hasil tolakan tidan maksimal karena hasil lompatan dihitung melalui posisi tubuh yang terdekat dengan papan tolakan.

Melihat kondisi tersebut peneliti dapat berasumsi bahwa tidak adanya alat modifikasi yang dapat membantu peserta didik dalam proses belajar mengajar. Peserta didik secara monoton melakukan gerakan-gerakan yang sudah dijelaskan dan dicontohkan oleh guru penjas tersebut. Setelah dilihat dan dinilai maka rata-rata nilai yang diperoleh tidak mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Salah satu penentu KKM adalah sarana dan prasarana, alat modifikasi termasuk di dalamnya. Sehingga perlu adanya alat modifikasi agar peserta didik mencapai dan melebihi nilai KKM tersebut.

Mempertimbangkan tingkat kemampuan peserta didik dalam menerima materi pembelajaran berbeda antara satu peserta didik satu dengan yang lain, guru perlu mengembangkan metode dan media pembelajaran yang dapat mempermudah peserta didik menerima pelajaran dengan baik. Beberapa media yang tidak hanya dapat diterima oleh peserta didik tetapi juga mempertimbangkan efektifitas media bagi mereka yang memiliki tingkat pemahaman yang masih kurang.

Permasalahan yang telah dikemukakan di atas yang melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Peningkatkan Hasil Belajar

Lompat Jauh Gaya Jongkok melalui alat bantu pembelajaran. (*Studi Action Research* pada Siswa Kelas VIII MTS Assyaiiriyah Attahiriyah) ”

B. Fokus Penelitian

Dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka fokus permasalahan pada penelitian ini adalah “Meningkatkan hasil belajar lompat jauh melalui penerapan Alat Bantu Pembelajaran”

C. Perumusan Masalah

Adapun perumusan masalah sesuai dengan fokus penelitian yang telah di kemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah penerapan Alat Bantu Pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada peserta didik kelas VIII MTS Assyaiiriyah Attahiriyah?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagi peserta didik menambah pengetahuan, wawasan, dan kemampuan dalam melakukan keterampilan lompat jauh yang lebih mudah dan dapat dipahami, sehingga mendapatkan hasil belajar yang maksimal dalam pelajaran pendidikan jasmani.

- b. Bagi guru berguna untuk menambah masukan dan pengetahuan untuk variasi dalam Alat Bantu Pembelajaran untuk diberikan dalam materi pembelajaran, sehingga memudahkan dalam proses belajar mengajar khususnya pelajaran pendidikan jasmani
- c. Bagi peneliti berguna untuk menambah pengetahuan dalam upaya peningkatan keterampilan peserta didik khususnya materi lompat jauh dalam pelajaran pendidikan jasmani
- d. Bagi sekolah berguna untuk menambah perbendaharaan dan tambahan dalam program sekolah untuk pendekatan pembelajaran untuk memudahkan peserta didik dalam proses pembelajaran khususnya pelajaran pendidikan jasmani