

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu pembelajaran di sekolah, pendidikan jasmani sudah ada dari tingkatan SD–SMA. Pendidikan jasmani lebih menekankan pada pembelajaran tentang olahraga pada masa sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan fisik dan kognitif. Pendidikan jasmani ialah keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa yang sehat dan kuat lahir batin, diberikan kepada segala jenis sekolah menurut Undang-undang No. 4 tahun 1950 tentang dasar –dasar pendidikan dan pengajaran pasal 9. Pendidikan jasmani sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional dan etika serta mempelajari gerak, sosial, dan kebudayaan. Pendidikan jasmani merupakan program pendidikan lewat gerak atau permainan dan kegiatan olahraga yang di dalamnya terdapat permainan ataupun cabang olahraga tertentu yang dipilih. Pendidikan jasmani berfokus mendidik anak salah satunya pada sisi keterampilan anak, berupa keterampilan fisik, keterampilan emosional dan sosial serta dapat memecahkan suatu masalah baik secara individu maupun secara kelompok. Keterampilan gerak sangat dominan di pembelajaran pendidikan jasmani, supaya siswa aktif bergerak dan dapat diterapkan di kesehariannya, gerakan yang berulang ulang akan menjadikan pembiasaan murid dalam bergerak.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif serta dapat meningkatkan kecerdasan emosi pada anak, Samsudin (2008). Dengan perencanaan yang sedemikian rupa diharapkan dapat menciptakan pembelajaran dan lingkungan yang baik dan menyenangkan supaya dapat mengembangkan dan meningkatkan pertum-

-bukan dan perkembangan seluruh aspek perkembangan anak, baik itu aspek motorik maupun aspek kognitif dan afektif anak yang sedang dalam tahap belajar.

Menurut Husdarta (2009) Pendidikan Jasmani yang diatur dan dilaksanakan dengan baik, maka anak-anak dapat mengembangkan keterampilan yang bermanfaat pada kegiatan di waktu senggangnya, dengan keterlibatan dalam aktivitas yang kondusif dan produktif untuk mengembangkan gaya hidup sehat, berkembang secara sosial, serta menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani olahraga kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani, Sukintaka (2000:2). Karena itu mempelajari gerak dan olahraga lebih penting daripada hasilnya. Proses yang dalam pelaksanaan saat penting dalam mengoreksi kesalahan yang nantinya bisa dibenarkan. Pendidikan dan olahraga yang benar akan memberikan sumbang yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Pendidikan di sekolah merupakan salah satu hal yang mutlak dibutuhkan untuk menunjang perkembangan anak.

Keterampilan gerak selalu berkaitan dengan aktivitas sehari-hari yang sering dilakukan oleh kita, baik untuk anak usia dini, remaja dan dewasa. Pada anak usia dini yaitu 0-8 tahun merupakan masa keemasan seorang anak. Pada masa ini segala potensi pada usia ini harus dikembangkan secara menyeluruh secara kognitif, bahasa, sosial emosional, dan fisik motorik. sehubungan dengan potensinya dalam perkembangan fisik motorik anak usia dini memiliki semangat yang tinggi, dalam perkembangan motorik terdapat gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif.

Dalam pendidikan jasmani terdapat pembelajaran mengenai gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif pada tingkat sekolah dasar. Gerak lokomotor merupakan salah satu yang perlu dipelajari dan dikuasai

oleh anak-anak agar memiliki keterampilan gerak yang baik karena akan diterapkan di kehidupan sehari-hari. Gerak yang dilakukan menyebabkan perpindahan tempat merupakan gerak lokomotor. Gerak dasar manusia adalah jalan, lari, loncat dan lompat. Bentuk gerak dasar tersebut sangat penting dan perlu dikuasai serta dimiliki oleh calon pendidik, sehingga ketika di kemudian hari saat turun lapangan untuk mengajar, sudah menguasai gerak dasar tersebut. Dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor terdapat di kurikulum kelas 2 sekolah dasar, gerak lokomotor yang dipelajari yaitu lari, melompat, dan berjalan. Sekolah dasar Islam terpadu Nurul Iman Pondok Bambu dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor khususnya melompat masih sangat kurang dan pembenaran gerakannya sehingga nilai belum mencapai KKM.

Kemampuan dasar lokomotor yang dimiliki anak pada hakikatnya merupakan hal dasar yang harus dilakukan oleh anak sesuai dengan perkembangan usianya. U. Y. Utari & Indahwati (2015). Anak yang memiliki kemampuan dengan gerakan dasar lokomotor yang baik akan dapat membantu dirinya menampilkan sikap yang baik dan terampil menyelesaikan persoalan yang dialami oleh anak tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan gerak dasar lokomotor tidak selalu berjalan dengan baik dan lancar pada kenyataannya di lapangan masih banyak yang tidak sejalan dengan teori. Masih banyak orang tua dan guru yang lebih menekankan agar anak lebih pandai dengan tolak ukur nilai yang tinggi. Peningkatan gerak lokomotor anak dapat ditingkatkan melalui permainan, contohnya lompat tali karet gelang yang biasanya dilakukan anak-anak Sekolah Dasar. Melompat merupakan salah satu gerak dasar lokomotor yang dipelajari di kelas 2 sekolah dasar. Menurut Bambang Sujiono (2005: 6.25), kegiatan lompat tali karet gelang dapat meningkatkan kekuatan dan kecepatan otot-otot tungkai, meningkatkan kelenturan dan keseimbangan tubuh, dan mengembangkan koordinasi mata, lengan dan tungkai kaki.

Belajar dengan melakukan permainan akan membuat anak bereksplorasi dan berkreaitivitas sesuai keinginan dan imajinasinya.

Menurut Djumindar (2004: 65) lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu dengan satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik..

Saat peneliti melakukan pengamatan observasi pada siswa kelas 2A di Sekolah Dasar Islam Terpadu Nurul Iman Pondok Bambu bahwa saat pembelajaran gerak dasar lokomotor, khususnya melompat siswa mengalami kesulitan dalam melompati *cone* dan *hurdle*, masih banyak siswa kelas 2 yang menjatuhkan *cone* dan *hurdle* saat melompatinya , serta gugup saat akan melakukan lompatan, dari media tersebut masih belum menunjukkan hasil belajar yang maksimal. Jika dalam pembelajaran siswa merasa senang dan mudah dalam gerakan melompat maka guru akan lebih mudah dalam menyampaikan dan siswa tidak merasa ragu-ragu dalam melakukan lompatan

Maka dengan menggunakan media tali karet dan pembelajaran dengan metode bermain diharapkan akan lebih memudahkan siswa dalam proses belajar, karena bukan sekedar belajar tetapi juga bermain dengan teman temanya, serta dengan menggunakan tali karet yang elastis mengurangi resiko anak terjatuh jika saat melakukan lompatan mengenai karet dan posisi karet tidak terjatuh masih berada di tempatnya. Jika peserta didik merasa senang akan lebih mudah menerima materi yang nantinya guru berikan, peserta didik lebih antusias dan semangat, merangsang siswa berekspresi dengan gerakan saat bermain lompat tali karet. Dan dari hasil pengamatan peserta didik kelas 2 SDIT Nurul Iman Pondok Bambu sangat senang jika pembelajarannya dengan cara bermain.

Dengan demikian penulis tertarik melakukan penelitian dengan meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor melompat menggunakan media pembelajaran permainan lompat tali karet. Agar pembelajaran lebih

menarik sehingga siswa tidak ragu dan takut saat melakukan lompatan. Karena bermain sambil belajar dapat membuat peserta didik lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran dan lebih mudah memahaminya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui apakah pembelajaran melalui lompat tali karet dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor lompat pada peserta didik kelas 2A SDIT Nurul Iman
2. Peserta didik mengalami kesulitan dalam pembelajaran gerak dasar lompat melalui media *cone* dan *hurdle*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas, agar permasalahan tidak meluas, maka peneliti akan membatasi permasalahan dan akan memfokuskan pada upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor melompat dengan menggunakan media tali karet pada siswa kelas 2A SDIT Nurul Iman Pondok Bambu.

D. Perumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut: "Bagaimana meningkatkan gerak dasar lokomotor melompat menggunakan media pembelajaran pada permainan lompat tali?"

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini berguna baik bagi siswa, guru, sekolah maupun peneliti serta para pembaca

1. Berguna bagi siswa

Pembelajaran dengan bermain menggunakan media pembelajaran sangat disukai, hal ini menjadi pengalaman baru bagi siswa siswi sekolah dasar khususnya pembelajaran gerak dasar lokomotor melompat, dan diharapkan siswa akan lebih antusias saat pembelajaran Pendidikan jasmani.

2. Manfaat bagi guru

Dapat dijadikan referensi dan rujukan bagi guru Pendidikan jasmani dalam meningkatkan hasil belajar siswa dengan media permainan lompat tali karet khususnya pembelajaran gerak dasar lokomotor melompat.

3. Manfaat bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi materi sumbangan yang bermanfaat bagi sekolah.

4. Bagi peneliti

Dapat meningkatkan wawasan peneliti dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani

5. Bagi pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk penelitian lebih lanjut dengan fokus kajian sama demi meningkatkan perkembangan pengetahuan olahraga terkhusus dalam pembelajaran Pendidikan jasmani.