

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Atletik salah satu unsur dari pendidikan jasmani dan kesehatan, juga merupakan komponen pendidikan keseluruhan yang mengutamakan kegiatan atau aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang tertua yang gerakan-gerakannya terdapat di dalam aktivitas sehari-hari seperti berjalan, melompat, berlari, melempar, dan lain-lain (Sukendro & Ely Yuliawan, 2019). Gerakan-gerakan di dalam atletik cukup mudah untuk dilakukan, namun untuk mencapai hasil yang maksimal perlu dilatih secara fisik, teknik, dan juga taktik (Mukholid et al., 2024). Atletik menjadi salah satu cabang olahraga yang dipelajari di sekolah dan menjadi bagian dari kurikulum atau modul dalam pembelajaran. Hal itu dimaksudkan agar Peserta Didik dapat meningkatkan diri dan bahkan berprestasi di dalam cabang olahraga atletik. Bagi jenjang Sekolah Dasar (SD), atletik dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan gerak (motorik) peserta didik. Setiap nomor atletik yang diajarkan hanya sebatas gerak dasar yang memang sesuai dengan kebutuhan peserta didik Sekolah Dasar termasuk gerak dasar lompat jauh seperti yang ada di dalam penelitian ini.

Lompat jauh merupakan suatu aktivitas gerak yang dilakukan di dalam lompatan untuk mencapai lompatan yang sejauh-jauhnya (Warsiyanti, 2019). Bentuk gerakan lompat jauh adalah gerakan melompat, mengangkat kaki keatas dan kedepan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara. Melompat dalam lompat jauh merupakan dari gabungan rangkaian gerakan lari dan menolak. Jadi hasil lompatan akan sangat baik jika larinya cepat dan tolakan yang dibuat pada balok tumpuan dilakukan dengan kuat. Lompat Jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam olahraga atletik (Hasbillah, 2019).

Lompat jauh merupakan satu nomor olahraga atletik lompat yang menentukan keterampilan lompat kedepan sejauh mungkin dengan satu kaki tolakan, pelompat jauh yang handal juga merupakan pelari jarak pendek yang tangguh, karena penempatan fisik lompat 1 nomor olahraga itu hampir sama, yaitu kaki dan otot perut yang kuat. Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik. Dalam perlombaan lompat jauh, seorang pelompat akan berusaha ke depan dengan bertumpu pada balok tumpuan sekuat-kuatnya untuk mendarat di bak lompat sejauh-jauhnya. (Mukholid et al., 2024)

Berdasarkan teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa lompat jauh sebagai salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik. Dalam perlombaan lompat jauh, seorang pelompat akan berlari berusaha ke depan dengan menginjak papan tolakan dengan kaki tumpuan dan melayang di udara hingga mendarat di bak pasir sejauh-jauhnya.

Tujuan akhir yang ingin dicapai melalui program pembelajaran lompat jauh di sekolah dasar berbeda dengan tujuan pada seorang atlet lompat jauh yang berprestasi. Pembelajaran lompat jauh di sekolah dasar menitik beratkan pada tiga aspek secara utuh yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Aspek kognitif yang ingin dicapai melalui pembelajaran lompat jauh adalah pengetahuan tentang pemahaman siswa terhadap konsep teknik dasar lompat jauh. Selain itu keberanian, kerja keras, kepercayaan diri siswa yang merupakan domain afektif juga dapat berkembang. Dari aspek psikomotor diharapkan pengalaman gerak menjadi bertambah dan jumlah waktu aktivitas belajar siswa meningkat sehingga berdampak terhadap keterampilan siswa.

Kelemahan dalam pembelajaran lompat jauh yaitu siswa harus melakukan gerakan sehingga siswa merasa jenuh (Lindah, 2022). Guru harus dapat mengatasi kebosanan siswa dengan menciptakan model belajar lompat jauh. Dengan lompat dilakukan secara berulang-ulang menerapkan model belajar lompat jauh berbasis bermain. Kegiatan bermain sebagai sarana sosialisasi di mana diharapkan melalui bermain dapat memberi kesempatan anak bereksplorasi, menemukan, mengekspresikan perasaan, berkreasi, dan belajar secara menyenangkan (Wahyuni & Azizah, 2020).

Hasil di atas juga diperkuat oleh studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti. Pada studi pendahuluan, peneliti memberikan tes kepada 81 siswa kelas V Sekolah Dasar di wilayah Kecamatan Bekasi Barat. Tes yang dilakukan berupa lompat jauh. Berikut adalah hasil tes lompat jauh siswa kelas V Sekolah Dasar :

Tabel 1.1 Data Skor Nilai Hasil Belajar Lompat Jauh

Kelas V Sekolah Dasar.

Kelas V	Nilai KKM	≤ KKM	%	≥ KKM	%	Keterangan
81	75	62	76,54	19	23,45	76,54 Belum Tuntas

Berdasarkan hasil tes pada table 1.1 di atas, terdapat 76,54% siswa dari 81 siswa kelas V Sekolah Dasar mendapatkan belum tuntas pada hasil belajar lompat jauh dan siswa yang tuntas 23,45 % sehingga dapat disimpulkan hasil belajar lompat jauh belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Hal inilah yang menjadi dasar peneliti untuk mencari suatu solusi dalam meningkatkan keterampilan lompat jauh. Selanjutnya, peneliti melakukan studi pendahuluan kepada guru dan siswa kelas V Sekolah Dasar yang berada di wilayah kota Bekasi, khususnya Bekasi Barat. Studi ini bertujuan untuk menganalisis sebab dari keterampilan lompat jauh siswa yang cukup rendah dan kebutuhan apa yang perlukan untuk dapat meningkatkan keterampilan lompat jauh dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Peneliti menyebarkan angket kepada guru Sekolah Dasar dan hasilnya menunjukkan sebagian besar guru sepakat bahwa belum adanya model belajar yang efektif untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh. Hal ini dikarenakan penyampaian materi tersebut sangat monoton. Didukung oleh hasil wawancara ke 81 siswa kelas V Sekolah Dasar menunjukkan bahwa 76,54% siswa menyatakan tidak semua materi pembelajaran lompat jauh mudah dipahami dengan baik dan membosankan.

Pada pembelajaran Pendidikan jasmani materi lompat jauh terdapat hal-hal yang perlu dipertimbangkan antara lain menghubungkan pengetahuan dengan praktik dan masalah, menggunakan teknologi, dan membuatnya nyata. Oleh karena

itu alangkah baiknya dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi lompat jauh terdapat suatu model belajar yang dapat digunakan guru untuk memfasilitasi siswa belajar dalam memahami teknik dasar lompatan. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa peranan bermain ternyata dapat memudahkan pemahaman konseptual dan dapat meningkatkan konsentrasi anak. Sebagian besar penelitian tersebut dilaksanakan pada siswa anak usia dini. Namun, tidak menutup kemungkinan metode bermain dapat diterapkan pada siswa kelas atas Sekolah Dasar.

Peneliti ingin meningkatkan keterampilan teknik dasar lompat jauh pada peserta didik dengan menggunakan metode bermain, karena dengan metode bermain akan mampu membuat siswa senang mengikuti pembelajaran yang disampaikan oleh gurunya, tujuan dalam metode bermain ini agar siswa mampu menguasai teknik dalam lompat jauh dengan benar. Metode bermain yang digunakan adalah metode yang mengutamakan teknik belajar supaya dapat mencapai sasaran pelajaran yang diinginkan. Dalam penelitian ini metode bermain merupakan suatu aktivitas yang diberikan kepada peserta didik, aktivitas tersebut adalah aktivitas yang membuatnya senang dan tidak membosankan, meskipun begitu aktivitas atau metode ini memiliki hubungan untuk meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melakukan lompat jauh.

Selanjutnya, peneliti juga mengkaji apakah metode bermain dapat diterapkan pada siswa sekolah dasar. Terdapat beberapa penelitian relevan yang membuktikan bahwa metode bermain dapat digunakan pada siswa sekolah dasar. Hasil penelitian telah membuktikan bahwa metode bermain memiliki signifikansi positif diterapkan pada siswa sekolah dasar. Hal ini dikarenakan adanya unsur yang menyenangkan sehingga meningkatkan keaktifan siswa. Dengan demikian, metode bermain dapat digunakan pada siswa sekolah dasar.

Peneliti juga menganalisis terkait metode bermain pada muatan pelajaran lompat jauh di sekolah dasar. Metode bermain dapat meningkatkan prestasi dan aktivitas belajar peserta didik pada mata pelajaran penjasorkes materi lompat jauh (Muhaimin, 2019). Hal ini sejalan juga dengan penelitian Endi Rustandi dan Toto Sukriyanto (2020) menyatakan dalam penelitiannya bahwa metode bermain

memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap penguasaan teknik dasar lompat jauh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa belajar lompat jauh berbasis bermain dapat meningkatkan motivasi, keaktifan, keterampilan dan hasil belajar siswa serta memberikan referensi bagi guru yang menerapkannya.

Berdasarkan analisis dari beberapa penelitian di atas, telah ditemukan beberapa kesenjangan penelitian (*research gap*) antara lain (1) penelitian yang ada telah menunjukkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan penguasaan teknik dasar lompat jauh, (2) penelitian yang ada telah membuktikan bahwa dengan adanya metode bermain dapat diketahui kelebihan dan kelemahan kemampuan setiap siswa dalam melakukan lompat jauh, namun belum ada model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa kelas V sekolah dasar. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk mengembangkan metode bermain untuk meningkatkan keterampilan Lompat Jauh. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, subjek penelitian adalah siswa sekolah dasar dan metode penelitian menggunakan *research and development* dengan *Borg & gall*. Metode bermain yang digunakan oleh peneliti tentunya disesuaikan dengan unsur yang ada dalam lompat jauh yaitu tahap awalan, tolakan melayang dan mendarat. Maka diperlukan model belajar lompat jauh berbasis bermain yang dapat menarik minat siswa dalam proses pembelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar lompat jauh.

## **B. Pembatasan Penelitian**

Sehubungan dengan latar belakang yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, maka penelitian ini dibatasi pada model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa Sekolah Dasar. Adapun responden pada penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar di Kecamatan Bekasi Barat.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, dalam penelitian ini. Peneliti mengambil rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah model belajar lompat jauh berbasis bermain menggunakan untuk siswa kelas V Sekolah Dasar ?

2. Bagaimana kelayakan model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa kelas V Sekolah Dasar ?
3. Apakah model belajar lompat jauh berbasis bermain efektif untuk siswa kelas v sekolah dasar ?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun secara umum, tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa kelas V sekolah dasar pada pembelajaran penjasorkes. Secara khusus, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Menganalisis proses model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa kelas V Sekolah Dasar.
2. Menganalisis kelayakan model belajar lompat jauh berbasis bermain untuk siswa kelas V Sekolah Dasar.
3. Mengkaji efektivitas model belajar lompat jauh berbasis bermain siswa kelas V Sekolah Dasar.

#### **E. State of the Art**

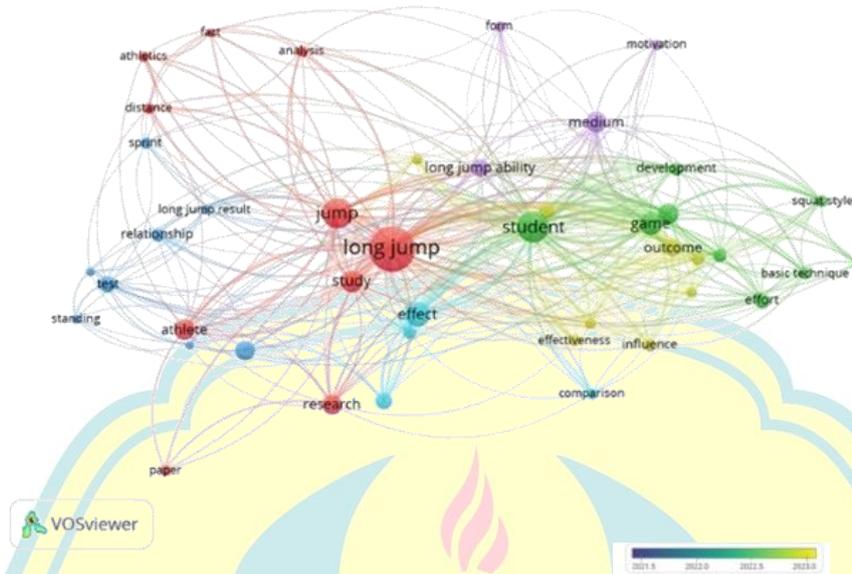
Peneliti melakukan dua analisis yang berbeda, pertama adalah analisis bibliometrik yang membandingkan penelitian dengan penelitian sebelumnya tentang topik yang sama, dan kedua adalah tinjauan pustaka untuk memastikan pemahaman yang padat dan luas tentang topik tersebut. Rangkuman dari kedua analisis tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

Peneliti telah memperoleh informasi bibliometrik dari *Scopus*, *Crossreff*, *PubMed* dan *Web of science* sebagai database yang paling umum digunakan untuk

##### **1. Analisis Bibliometrik**

analisis bibliometrik. Pemetaan bibliometrik yang digunakan dalam analisis ini menggunakan bantuan perangkat lunak *Publish or Perish* dan *VOSviewer*.

Adapun informasi yang didapatkan adalah sebagai berikut :

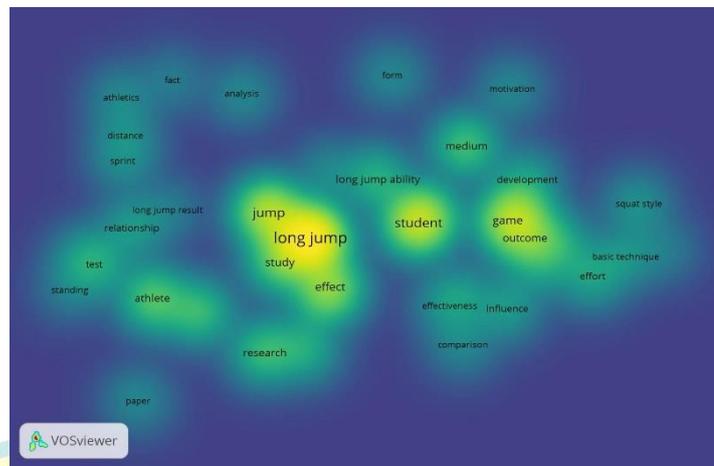


Gambar 1. 1 Visualisasi Keterhubungan Variable Berdasarkan Tahun

Berdasarkan gambar 1.1 di atas terlihat bahwa variable lompat jauh dan bermain telah dikaji oleh peneliti sebelumnya. Dalam penelitian ini, visualisasi kepadatan kata kunci dianalisis dengan memanfaatkan perangkat lunak *VOSviewer* guna memetakan hubungan antar konsep yang sering muncul dalam literatur mengenai lompat jauh dan pembelajaran berbasis bermain. Hasil pemetaan menghasilkan tampilan visual berupa gradasi warna yang menggambarkan variasi tingkat kepadatan kata kunci.

Warna merah dan kuning mengindikasikan kata kunci yang memiliki frekuensi kemunculan tinggi serta keterkaitan yang kuat dengan kata kunci lainnya, seperti *long jump* dan *study*. Sebaliknya, area berwarna hijau menunjukkan keberadaan kata kunci dengan frekuensi kemunculan yang lebih rendah, namun tetap relevan dengan konteks penelitian, seperti *game* dan *student*. Temuan ini konsisten dengan pernyataan *Van Eck* dan *Waltman* (2010), yang mengemukakan bahwa dalam visualisasi kepadatan, warna mencerminkan intensitas kemunculan suatu kata kunci. Warna biru hingga hijau menunjukkan kepadatan yang rendah, sedangkan gradasi kuning hingga merah menunjukkan kepadatan yang lebih tinggi.

Didukung oleh analisis visualisasi kepadatan kata kunci peneliti menggunakan perangkat lunak *VOSviewer*. Adapun hasilnya sebagai berikut :



Gambar 1. 2 Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (*Co-Occurrence*)

Gambar 1.2 di atas memberikan representasi visual dari kata kunci lompat jauh dan bermain. Setiap node dipelot visualisasi kepadatan kata kunci memiliki warna yang bergantung pada kepadatan item node. Dengan kata lain, warna node bergantung pada jumlah objek di lingkungan node. Kata kunci yang lebih sering muncul berada di area kuning. Di sisi lain, kata kunci lebih jarang muncul berada di area hijau (Liao et al., 2018). Dalam hal ini lompat jauh dan bermain berada di area hijau kekuning-kuningan. Hal ini berarti variable tersebut telah dikaji walaupun belum terlihat secara terintegrasi dengan siswa Sekolah Dasar.

Berdasarkan analisis bibliometrik di atas, peneliti akan mengembangkan penelitian yang membahas tentang model belajar lompat jauh berbasis bermain. Adapun responden penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar.

## 2. Tinjauan Literatur

Beberapa penelitian telah menyatakan bahwa peranan bermain terbukti efektif dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh peserta didik (Mukholid et al., 2024). Sebagian besar penelitian tersebut dilaksanakan pada siswa Sekolah Dasar dalam muatan bidang olahraga dan beberapa bidang lainnya.

Aktifitas bermain sangat disukai oleh anak-anak, karena sifat dari bermain sendiri adalah menyenangkan (Wahyuni & Azizah, 2020). Bermain adalah pengalaman belajar yang sangat berharga untuk anak (Ali, 2023). Kegiatan bermain

merupakan sarana sosialisasi yang diharapkan dapat memberikan kesempatan anak menemukan, bereksplorasi, berkreasi, mengekspresikan perasaan dan belajar dengan cara yang menyenangkan (Hayati & Putro, 2021).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa aktifitas jasmani siswa yang dilakukan dengan rasa senang dan mempunyai tujuan pengembangan mempunyai dampak yang positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Sehingga melalui bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa. Siswa dan bermain merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Bermain bagi siswa merupakan kebutuhan hidup seperti halnya kebutuhan akan makan, minum, tidur, dan lain-lain. Melalui bermain anak dapat mengaktualisasikan diri dan mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa. Seperti halnya atletik adalah nuansa permainan menyediakan pengalaman gerak yang kaya yang membangkitkan motivasi pada siswa untuk berpartisipasi.

Bermain merupakan aktivitas yang membuat hati seorang anak menjadi senang, nyaman, dan bersemangat, sehingga kita dapat melihat anak akan menunjukkan ekspresi wajah cemberut, merengut, kecewa atau bahkan marah bila disuruh berhenti bermain (Musnizar Safari, 2017).

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan yang dimaksud bermain adalah dunia anak yang menjadi aktifitas jasmani dengan cara melakukan sesuatu untuk bersenang-senang anak yang bermain akan melakukan aktifitas bermain dengan sukarela dan akan melakukan aktifitas bermain tersebut dengan kesungguhan, demi memperoleh kesenangan dari aktifitas tersebut.

Bermain sangat disukai oleh anak-anak, karena sifat dari bermain sendiri adalah menyenangkan (Lahmutu, 2023). Jadi dengan kata lain bermain itu aktivitas yang penuh dengan nuansa keriangannya yang memiliki tujuan yang melekat didalamnya untuk kegembiraan dan kesenangan. Oleh karena itu mata pelajaran PJOK di SD memerlukan pendekatan dan metode bermain untuk peningkatan kebugaran dan minat berolahraga.

Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir (Suryana & Desmila, 2022). Ada orang tua yang berpendapat bahwa terlalu banyak bermain

akan membuat anak menjadi malas bekerja dan bodoh. Anggapan ini kurang bijaksana. Beberapa ahli psikologi mengatakan bahwa permainan sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan jiwa anak (Utama, 2016). Bermain merupakan salah satu sarana pendidikan yang memiliki manfaat besar bagi perkembangan anak (Hasbillah, 2019).

Selanjutnya, peneliti juga mengkaji apakah bermain dapat diterapkan pada siswa usia Sekolah Dasar atau tidak. Penelitian tersebut telah membuktikan bahwa peranan bermain memiliki signifikansi positif diterapkan pada siswa usia Sekolah Dasar. Hal ini dikarenakan adanya unsur bermain yang membuat anak belajar lebih tertarik, menyenangkan, anak menjadi kreatif, mengembangkan kecerdasan logika anak, mengembangkan kecerdasan kinestetik. Dengan demikian, bermain dapat digunakan pada siswa usia sekolah dasar. Selanjutnya, peneliti juga menganalisis terkait peranan bermain pada lompat jauh di sekolah dasar. Beberapa penelitian tersebut telah membuktikan bahwa bermain dapat diterapkan pada pembelajaran lompat jauh bahkan dapat juga mempengaruhi hasil belajar lompat jauh.

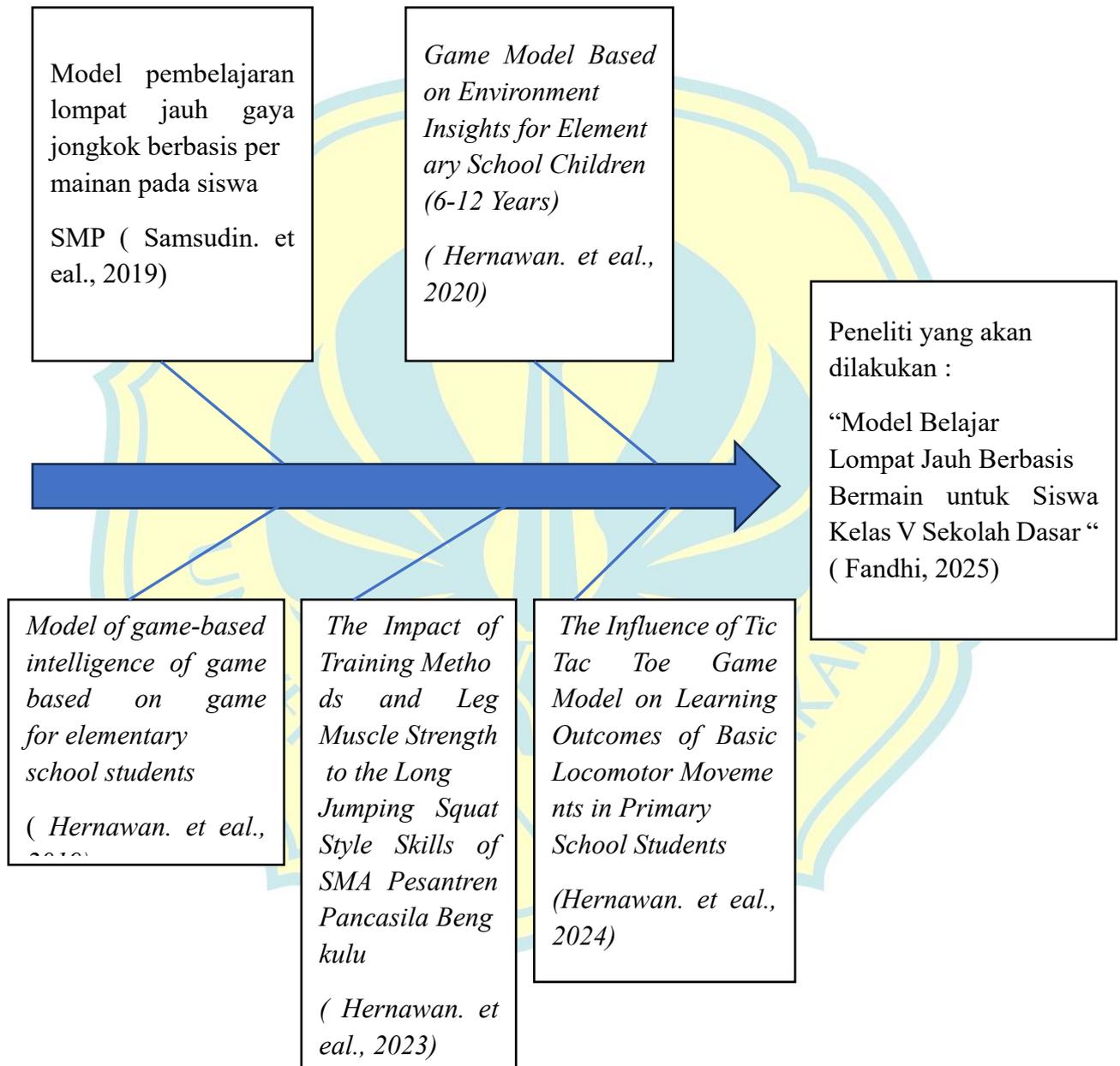
Berdasarkan *state of the art* di atas, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa bermain sering digunakan pada anak usia dini namun tidak menutup kemungkinan bermain juga bisa diterapkan pada anak usia sekolah dasar dengan syarat harus disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Sebagian besar penelitian terdahulu sepakat bahwa bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh asalkan diintegrasikan dengan intruksi yang tepat.

Dengan demikian yang menjadi kebaruan penelitian yang akan dikembangkan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

- a. Pembelajaran Lompat jauh yang akan dikembangkan dengan bermain dimana model ini masih terbilang memiliki peluang untuk penelitian lanjutan.
- b. Produk berbasis bermain ini akan diterapkan pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dengan materi pokok kombinasi gerak jalan, lari dan lompat dengan sub materi lompat jauh pada semester I di kelas V.
- c. Sasaran produk adalah siswa Sekolah Dasar kelas V.

- d. Model belajar berbasis bermain ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan gerak siswa.
- e. Model pengembangan yang dipilih peneliti adalah model *Borg & Gall* karena model ini sangat relevan dengan pengembangan belajar lompat jauh.

#### F. Road Map Penelitian



Gambar 1.3 Road Map Penelitian