

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan suatu proses pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik yang tujuannya adalah untuk mencapai sasaran pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran tubuh, mengembangkan keterampilan motorik, serta menanamkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, pendidikan jasmani juga bertujuan untuk membentuk sikap sportif dan kecerdasan emosional peserta didik (Maulani & Aryadie, 2019). Syamsyul Arifin (2017) mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pengajaran individu sebagai pribadi atau bagian dari masyarakat yang dilakukan dengan cara yang terencana dan sistematis melalui beragam aktivitas fisik untuk mencapai perkembangan fisik, kesehatan, dan kebugaran, keterampilan dan kemampuan, serta pengembangan kecerdasan, karakter, dan kepribadian yang seimbang dalam upaya menciptakan manusia Indonesia yang unggul sesuai dengan nilai-nilai Pancasila (S. Arifin, 2017).

Di Inggris, Asosiasi Pendidikan Jasmani (AfPE) mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai suatu proses pembelajaran yang terencana dan berkelanjutan yang diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah dalam waktu yang telah ditentukan, dan ditujukan untuk semua siswa. Proses ini mencakup "belajar untuk bergerak," yang berarti meningkatkan kemampuan fisik, serta "bergerak untuk belajar," yaitu memanfaatkan gerakan sebagai sarana untuk belajar tentang berbagai keterampilan dan konsep di luar aktivitas fisik, seperti kerja sama dengan orang lain (Association for Physical Education, 2015).

Pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang diajarkan kepada siswa dari tingkat Sekolah Dasar (SD) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA). Pelaksanaan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan pengalaman belajar melalui aktivitas fisik secara sadar, sistematis, dan intensif, dengan tujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan tubuh (Sembiring, 2020). Sebagai sebuah pelajaran, pendidikan jasmani berperan sebagai media yang mendorong pengembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap sportif, pola hidup sehat, serta pembentukan karakter yang mencakup aspek mental, emosional, spiritual, dan sosial.

Pendidikan jasmani di sekolah mencakup beberapa cabang olahraga, seperti olahraga bola besar, olahraga bola kecil, dan atletik. Secara umum, olahraga permainan menjadi favorit bagi siswa-siswi karena sifat kompetitifnya yang mampu membangkitkan semangat mereka. Dalam proses pembelajaran, semua guru tentu mengharapkan tercapainya hasil belajar yang optimal. Namun, mencapai tujuan tersebut tidaklah selalu mudah. Jika siswa-siswi memiliki semangat yang tinggi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, terutama dalam olahraga bola besar dan bola kecil, maka pencapaian tujuan pembelajaran akan semakin mudah. Semangat siswa-siswi merupakan modal utama dalam proses belajar mengajar; dengan antusiasme yang tinggi, pencapaian tujuan pembelajaran pun akan lebih mudah diraih (Sembiring, 2020).

Pembelajaran adalah sebuah sistem yang dirancang untuk mendukung proses belajar siswa. Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi yang mendorong para siswa untuk belajar secara aktif dan dapat mengubah tingkah laku mereka melalui berbagai pengalaman belajar (Masdul, 2018). Keberhasilan dalam pembelajaran sangat dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam mengembangkan model-model pembelajaran yang efektif, oleh karena itu, setiap guru harus memiliki pengetahuan yang mendalam mengenai konsep serta metode yang mendasari penggunaan model-model tersebut dalam proses belajar mengajar (Amelia & Sumpena, 2017).

Sebagai seorang guru pendidikan jasmani yang profesional, peran guru dalam menguasai dan menyampaikan materi pembelajaran sangatlah penting. Sebagai pendidik dalam bidang olahraga, guru PJOK harus memiliki wawasan yang luas mengenai berbagai aspek keolahragaan. Di antara banyak permainan yang ada, salah satu yang tak kalah menarik dan menantang dengan olahraga populer seperti sepak bola, bola basket, dan bola voli adalah permainan bola tangan. Permainan ini menawarkan keunikan dan tantangan tersendiri yang diperkenalkan dalam proses pembelajaran.

Olahraga bola tangan belum termasuk olahraga yang populer di Indonesia (Hermansah et al., 2020). Olahraga ini masih tergolong baru bagi banyak orang, sehingga tidak sedikit yang mengira bahwa bola tangan adalah sebuah olahraga yang baru muncul. Sesuai dengan namanya, bola tangan atau *handball* merupakan

olahraga yang memanfaatkan tangan untuk memantulkan, melempar, dan usaha untuk memasukkannya ke dalam gawang lawan. Dalam bola tangan, dua regu yang masing-masing terdiri dari 7 pemain – 6 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang – berkompetisi untuk mencetak gol dengan memasukkan bola ke gawang lawan (Raya, 2019).

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola tangan, selain *passing*, adalah *shooting*. *Shooting* merupakan usaha untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan demi mendapatkan angka atau gol. Salah satu variasi *shooting* yang menarik adalah *flying shoot*. *Flying shoot* adalah tembakan melayang yang dilakukan di udara saat permainan berlangsung. Dengan melepaskan bola di saat melayang, teknik ini menjadi senjata ampuh dalam permainan. Metode *shooting* ini terbukti sebagai salah satu cara yang paling efektif untuk mencetak gol, jika dibandingkan dengan teknik menembak lainnya (Nur Ardian & Sifaq, 2018).

Bola tangan adalah salah satu cabang olahraga bola besar yang diajarkan dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah menengah atas (SMA) sederajat. Namun dari hasil pengamatan di lapangan, pembelajaran bola tangan di sejumlah sekolah masih dihadapkan pada berbagai tantangan. Salah satu persoalan yang kerap muncul adalah rendahnya jumlah siswa yang mampu mencapai tujuan pembelajaran, khususnya dalam menguasai teknik dasar *flying shoot*. Hasil observasi dan pengamatan selama pembelajaran teknik *flying shoot* dalam permainan bola tangan di sejumlah sekolah seperti di antaranya, SMKN 18 Pandeglang, SMA Advent Bandung, SMAS Chartar Buana, SMA Uswatun Hasanah dan SMKN 1 Banyusari menunjukkan rendahnya jumlah siswa yang mampu mencapai tujuan pembelajaran dalam menguasai teknik dasar *flying shoot*. Data yang didapat di SMKN 18 Pandeglang dan SMA Uswatun Hasanah menunjukkan hanya terdapat 20% peserta didik yang berhasil mencapai tujuan pembelajaran pada materi *flying shoot* bola tangan. Sedangkan pada SMA Advent Bandung dan SMA Chartar Buana sekitar 25% serta di SMKN 1 Banyusari hanya 40% peserta didik yang mencapai tujuan pembelajaran pada materi *flying shoot* bola tangan.



Gambar 1.1 Pengamatan pembelajaran *flying shoot*

Sumber: Dokumen foto pribadi

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang diperoleh melalui wawancara dengan guru-guru PJOK di beberapa SMA tersebut di atas, ditemukan sejumlah permasalahan yang memperkuat urgensi pengembangan model pembelajaran *flying shoot* bola tangan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa pembelajaran *flying shoot* yang selama ini dilaksanakan masih terbatas pada penyampaian teori yang kemudian langsung dilanjutkan dengan permainan (games), tanpa adanya tahapan pembelajaran teknik yang sistematis. Kondisi ini menyebabkan proses pembelajaran menjadi kurang efektif dan tujuan pembelajaran belum tercapai secara optimal.

Selain itu, meskipun pembelajaran PJOK dilaksanakan secara rutin setiap minggu, materi bola tangan, khususnya teknik *flying shoot*, hanya diberikan dalam sekitar tiga kali pertemuan. Waktu yang terbatas ini belum dimanfaatkan secara maksimal karena belum adanya model pembelajaran khusus yang dirancang untuk membantu siswa menguasai teknik *flying shoot* secara bertahap dan terstruktur. Dari sisi sarana prasarana, sekolah-sekolah pada umumnya telah memiliki fasilitas yang memadai, seperti lapangan futsal yang dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran bola tangan. Namun, pemanfaatan sarana tersebut belum diimbangi dengan penerapan model pembelajaran yang sesuai.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa hingga saat ini guru PJOK belum menerapkan model pembelajaran *flying shoot* bola tangan secara khusus.

Pembelajaran cenderung dilakukan dengan memberikan kebebasan kepada siswa untuk bermain tanpa instruksi teknis yang jelas. Akibatnya, siswa kurang memahami teknik *flying shoot* dengan benar, yang berdampak pada rendahnya antusiasme dan keterlibatan aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran bola tangan. Kurangnya variasi dan arahan dalam proses pembelajaran membuat siswa merasa kesulitan dan kurang termotivasi untuk menguasai teknik tersebut.

Lebih lanjut, seluruh guru PJOK yang diwawancarai menyatakan bahwa model pembelajaran *flying shoot* bola tangan bagi siswa SMA sangat dibutuhkan. Kebutuhan ini didasarkan pada kondisi nyata di lapangan, yaitu rendahnya pemahaman teknik, minimnya antusiasme siswa, serta belum adanya upaya pembelajaran yang spesifik dan terarah. Oleh karena itu, pengembangan model pembelajaran *flying shoot* bola tangan yang sistematis, menarik, dan sesuai dengan karakteristik siswa SMA menjadi kebutuhan mendesak guna meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru – guru PJOK di sekolah tersebut, kondisi ini berkaitan dengan belum adanya model pembelajaran yang secara khusus dirancang untuk memfasilitasi penguasaan teknik tersebut secara efektif dan sistematis. Oleh karena itu, dibutuhkan pengembangan model pembelajaran yang lebih relevan dan aplikatif, sehingga proses pembelajaran bola tangan dapat berlangsung lebih terarah dan mampu meningkatkan keterampilan siswa secara signifikan.

Model pembelajaran merupakan salah satu alat yang dapat dimanfaatkan oleh guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK) untuk menciptakan suasana belajar yang aktif dan dinamis. Dengan mengembangkan model pembelajaran, secara otomatis kita dapat menciptakan atmosfer belajar yang menarik sekaligus memberikan kesempatan bagi siswa untuk berkolaborasi. Oleh karena itu, penerapan model pembelajaran sangat penting dalam pembelajaran PJOK, terutama dalam penguasaan teknik *flying shoot* dalam permainan bola tangan.

Berdasarkan masalah dan alasan yang telah diuraikan, peneliti menyimpulkan bahwa dibutuhkan sebuah model pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan positif. Model ini tidak hanya mempermudah guru PJOK dalam menyampaikan materi, tetapi juga memberikan variasi yang dapat

meningkatkan semangat belajar siswa. Dengan suasana belajar yang lebih dinamis, diharapkan hasil belajar yang diperoleh menjadi lebih baik, sehingga siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan.

Penelitian ini berfokus pada pengembangan model pembelajaran teknik *flying shoot* dalam permainan bola tangan untuk siswa SMA. Tujuannya adalah agar siswa-siswi dapat berpartisipasi secara aktif dan semangat dalam proses belajar, sekaligus memperkaya pengalaman gerak dan pengetahuan mereka. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan ajar yang efektif untuk meningkatkan proses pembelajaran, khususnya dalam teknik *flying shoot* bola tangan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *flying shoot* bola tangan sangat dibutuhkan bagi siswa SMA.

B. Fokus Penelitian

Mengingat bahwa permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini sangat luas dan kompleks, diperlukan adanya batasan agar fokus pada inti permasalahan yang akan diteliti tetap terjaga. Oleh karena itu, penelitian ini akan difokuskan pada “Model Pembelajaran *Flying Shoot* Bola Tangan Siswa SMA”.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana model pembelajaran *flying shoot* bola tangan untuk siswa SMA?
2. Bagaimana efektivitas model pembelajaran *flying shoot* bola tangan dalam meningkatkan keterampilan teknik *flying shoot* bola tangan siswa SMA?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang sudah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk :

1. Membuat model pembelajaran *flying shoot* bola tangan untuk siswa SMA.
2. Menguji efektivitas model pembelajaran *flying shoot* bola tangan dalam meningkatkan keterampilan teknik *flying shoot* bola tangan siswa SMA.

E. State of The Art

Berikut adalah studi literatur untuk menemukan gap dari penelitian-penelitian sebelumnya, sehingga dapat ditentukan *state of the art* dari penelitian ini.

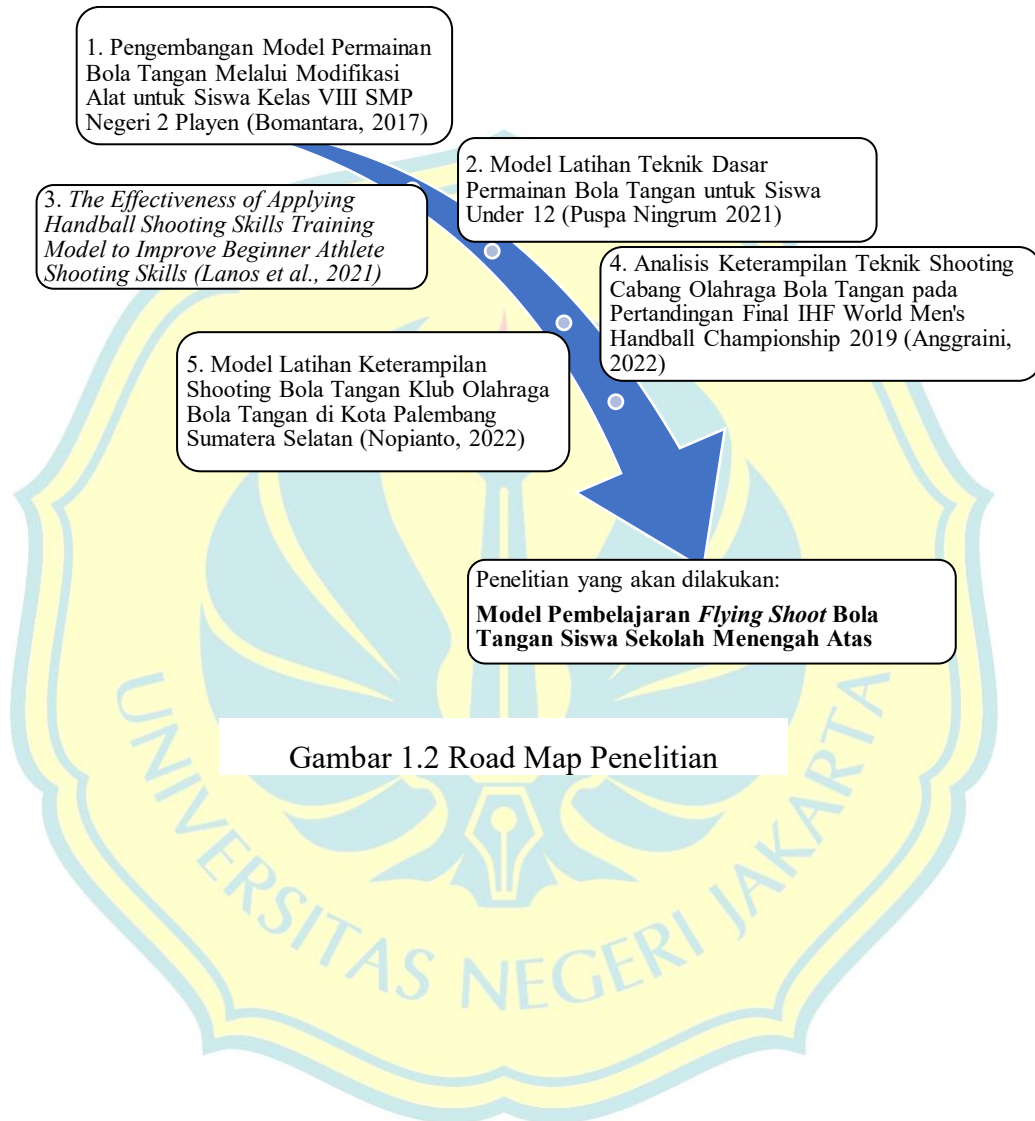
Tabel 1.1 Studi Literatur

No.	Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Pembahasan
1	2017	(Bomantara, 2017). <i>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi</i> , 6(9).	Pengembangan Model Permainan Bola Tangan Melalui Modifikasi Alat Untuk Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Playen Gunungkidul
2	2021	(Ningrum, 2021). <i>Jurnal Edukasimu</i> , 1(2).	Model latihan teknik dasar permainan bola tangan atlet under 12
3	2022	(Angraini & Widodo, 2022). <i>Jurnal Kesehatan Olahraga</i> , 10(02), 127-136.	Analisis Keterampilan Teknik Shooting Cabang Olahraga Bolatangan Pada Pertandingan Final Antara Tim Norwegia Vs Denmark Di Ihf World Handball Championship 2019
4	2022	(NOPIANTO, 2022)	Model Latihan Keterampilan Shooting Bola Tangan Klub Olahraga Bola Tangan di Kota Palembang Sumatera Selatan

Berdasarkan hasil penelitian dari tahun 2017-2022, penelitian yang penulis kembangkan ini menghadirkan unsur kebaruan atau *state of the art* dalam dua kategori. Kebaruan tipe I (*invention*) ditunjukkan melalui pengembangan model pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan. Sementara itu, kebaruan tipe II (*improvement*) terletak pada inovasi yang dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani di kalangan siswa SMA, yang mana selama ini penelitian bola tangan hanya berfokus pada atlet. Selain itu, model pembelajaran *flying shoot* ini juga akan dilengkapi dengan buku teks yang berfungsi sebagai panduan untuk pelaksanaan keterampilan *flying shoot* dalam bola tangan.

F. Road Map Penelitian

Road map penelitian menunjukkan perkembangan studi tentang model pembelajaran *flying shoot* bola tangan untuk siswa SMA dari tahun 2017 hingga 2022. Berikut adalah *road map* penelitian yang memebrikan gambaran bahwa penelitian ini adalah kelanjutan dari penelitian-penelitian sebelumnya:



Gambar 1.2 Road Map Penelitian