

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang paling penting di dalam kehidupan manusia. Secara umum, pendidikan mempunyai arti suatu proses kehidupan dalam mengembangkan diri tiap individu untuk dapat hidup dan melangsungkan kehidupan. Pada dasarnya pengertian pendidikan (UU SISDIKNAS No.20 tahun 2003) adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Pendidikan jasmani adalah serangkaian pendidikan yang memberikan manfaat melalui kegiatan fisik, permainan, dan olahraga yang dirancang secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial (M. Susanto, 2021). Untuk memastikan bahwa pembelajaran berjalan dengan baik dan siswa mencapai tingkat keberhasilan terbaik mereka, ada beberapa komponen pendidikan yang sangat penting. Faktor-faktor tersebut meliputi kesehatan mental, minat belajar dan kompetensi mengajar guru (Syaleh et al., 2019).

Menurut (Siti Zakiatul Balqis et al., 2024), pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. Sebagai mata pelajaran, PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan) merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat. Dengan demikian, PJOK bukan hanya tentang olahraga dan aktivitas fisik semata, tetapi juga tentang pembentukan karakter, kesejahteraan mental, dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan secara holistik.

Permainan adalah aktivitas yang dilakukan secara sungguh-sungguh, tetapi dalam melakukan permainan bukan merupakan suatu kesungguhan (N. Susanto, 2017). Batasan mengenai permainan sangat luas dan sulit untuk menemukan pengertian permainan secara nyata dan tepat dalam arti satu batasan dapat mencakup seluruh pengertian permainan. Filosofi permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah harus dipertimbangkan sebagai salah satu bagian dari program untuk mencapai tujuan pembelajaran. Filosofi permainan didefinisikan sebagai hasil dari sejarah manusia yang turun temurun tentunya tanpa membedakan ras, kultur, sosial, agama. Bercirikan aktifitas jasmani yang mengandung nilai-nilai filosofis dalam setiap gerakannya.

Menurut Abdul Hafidz et al., (2021), lompat jauh adalah suatu gerakan melompat kedepan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama-lamanya (melayang di udara) yang di lakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki

untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Sasaran dan tumpuan lompat jauh adalah untuk mencapai jarak lompatan sejauh mungkin ke bak lompat. Jarak lompatan diukur dari papan tolakan sampai batas terdekat dari letak daratan yang dihasilkan oleh bagian tubuh. Dalam lompat jauh, terdapat berbagai macam gaya yang umum digunakan oleh para pelompat yaitu gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya berjalan di udara. Lompat jauh juga merupakan bagian dari kurikulum di pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) di sekolah. Lompat jauh gaya jongkok (sering juga disebut gaya *tuck*) adalah salah satu teknik dalam lompat jauh di mana posisi tubuh pelompat saat melayang di udara menyerupai orang yang sedang jongkok.

Fakta dilapangan menunjukan bahwa kurangnya minat peserta didik dalam melakukan kegiatan yang melibatkan aktivitas fisik bukan hanya karena kurangnya kemampuan gerak, melainkan karena kurangnya variasi dalam pembelajaran lompat jauh. Kondisi di lapangan peserta didik kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran khususnya materi lompat jauh dikarenakan peserta didik bosan atau jenuh pada saat pembelajaran. Berdasarkan kondisi tersebut penelitian ini dilaksanakan di SDN Cideng 09 karena ditemukan permasalahan yang sesuai dengan fokus penelitian, yaitu rendahnya minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh. Pihak sekolah dan guru mata pelajaran memberikan dukungan serta kemudahan dalam proses koordinasi sehingga pelaksanaan penelitian dapat berjalan dengan baik. Adapun pemilihan kelas V didasarkan pada kesesuaian karakteristik peserta didik dengan kebutuhan penelitian dan penelitian serta rekomendasi guru mata pelajaran, sehingga dapat memberikan data yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Dari uraian di atas, diperoleh informasi bahwa pentingnya model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan sangat penting untuk perkembangan gerak peserta didik. Dengan permainan yang menyenangkan dan terstruktur siswa dapat mengembangkan keterampilan yang berguna untuk kehidupan mereka di masa depan ”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan Latar Belakang Masalah diatas, maka peneliti memfokuskan membuat model pembelajaran lompat jauh gaya jongkok berbasis permainan pada siswa kelas 5 SDN Cideng 09

C. Perumusan Masalah

1. Bagaimana model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa kelas V SDN Cideng 09?
2. Apakah model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan efektif untuk siswa kelas V SDN Cideng 09?
3. Apakah model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan bisa di terapkan pada siswa sekolah dasar

D. Tujuan Penelitian

1. Menghasilkan model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa kelas V SDN Cideng 09
2. Menguji efektivitas model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa kelas V SDN Cideng 09
3. Menganalisa apakah model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa kelas V SDN Cideng 09 dapat di terapkan berbagai pihak

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Penelitian ini secara teoritis diharapkan menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi para pengajar yang akan mengetahui model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa kelas 5 sekolah dasar.
2. Bagi peserta didik untuk menambah kemampuan, wawasan dan pengetahuan dalam melakukan keterampilan melompat yang lebih dipahami sehingga bisa mendapatkan hasil maksimal di dalam pelajaran Pendidikan jasmani
3. Bagi Guru untuk menambah pengetahuan dan variasi dalam modifikasi permainan yang menunjang proses pembelajaran khususnya dalam pelajaran Pendidikan jasmani
4. Bagi Peneliti, hasil penelitian model pembelajaran ini untuk menambah pengetahuan serta wawasan terutama pada model pembelajaran lompat jauh