

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Perkembangan olah raga dewasa ini semakin pesat dan semakin banyak dirasakan orang tentang manfaatnya. Oleh karena itu kita perlu mengetahui dan memahami makna serta isi kegiatan olah raga itu sehingga kita benar-benar dapat memanfaatkannya, baik untuk membina dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani dan rohani maupun untuk meningkatkan prestasi bagi para atlit yang menggemari olah raga baik ditingkat sekolah maupun bagi para atlit nasional yang dapat mengharumkan nama baik bangsa dan negara.

Dalam cabang olahraga atletik, khususnya nomor lompat jauh adalah nomor yang relatif sederhana dibandingkan dengan nomor lompat lainnya yaitu: lompat tinggi, lompat jangkit sampai dengan nomor yang paling kompleks yaitu lompat tinggi galah. Pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) tingkat SMP hanya memuat materi nomor lompat jauh, lompat tinggi, dan lompat jangkit.

Walaupun lompat jauh termasuk jenis olahraga lompat yang paling sederhana dan mudah untuk dilakukan, kenyataannya hasil yang dicapai siswa khususnya kelas VII C SMP Negeri 1 Punung masih kurang memuaskan. Kenyataan tersebut dapat dilihat dari hasil belajar lompat jauh

yang dicapai siswa masih rendah nilai hasil belajarnya masih ada yang di bawah standar ketuntasan belajar minimal 70, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan baik.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) pada siswa SMP Negeri 1 Punung khususnya nomor lompat jauh, ada beberapa permasalahan yang mengakibatkan hasil belajar siswa kurang memuaskan. Adapun beberapa permasalahan tersebut antara lain adalah: (1) kemampuan fisik siswa terutama kekuatan otot kaki bagian bawah sangat rendah, (2) kurangnya model-model pembelajaran yang dapat membangkitkan minat dan motivasi siswa, (3) kurangnya komunikasi antara guru dan siswa, sehingga pembelajaran hanya terpusat pada guru saja tidak ada timbal baliknya, dan (4) kemampuan motorik atau gerak siswa masih rendah sehingga menyulitkan siswa untuk melakukan gerakan.

Permasalahan di atas diduga menjadi penyebab mengapa kualitas pembelajaran Penjasorkes, khususnya untuk materi lompat jauh belum berhasil yang berakibat belum memenuhi nilai KKM yang diharapkan.

Peranan dan fungsi guru Penjasorkes yang baik akan terwujud apabila guru tersebut memiliki inisiatif, kreativitas dan inovasi serta dapat menentukan jenis pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan tingkat perkembangan siswanya. Guru harus mampu menyajikan program pembelajaran dengan metode atau model yang menarik dan inovatif bagi siswanya. Siswa akan merasa senang dalam proses belajarnya jika seorang

guru menggunakan alat-alat atau media pembelajaran yang menarik, walaupun alat atau media tersebut sangat sederhana bentuknya.

Terkait dengan hal tersebut di atas, maka dibutuhkan Penelitian mengenai metode yang tepat untuk pembelajaran Penjasorkes khususnya nomor lompat jauh. Dengan demikian melalui penelitian ini diharapkan akan didapat solusi atau jawaban tentang metode pembelajaran yang tepat untuk mengajarkan lompat jauh kepada siswa SMP, khususnya bagi siswa SMP Negeri 1 Punung.

Pendekatan dengan permainan adalah model yang akan digunakan dalam penelitian ini, khususnya untuk nomor lompat jauh gaya jongkok. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan bagi siswa, dengan bermain siswa tidak merasakan lelah ataupun terbebani dalam melakukan aktivitas. Dalam olahraga atletik yang mengasyikkan adalah utamanya dicurahkan kepada aspek kandungannya dari aktivitas bermain yang menyenangkan. Permainan dalam atletik khususnya nomor lompat jauh adalah bertujuan agar siswa dalam melakukan permainan terfokus pada model proses pembelajarannya. Di sini siswa dalam melakukan gerakannya walaupun penuh kegembiraan dan keceriaan, tujuan dari proses pembelajarannya tetap tercapai.

Dalam bentuk yang sederhana permainan atletik khusus untuk lompat jauh faktor-faktor motivasi dan kemauan yang tinggi dapat merangsang siswa melewati benda-benda yang dipakai dalam bermain. Contoh-contoh rintangan yang sering digunakan dalam permainan atletik seperti bola, simpai,

ban bekas, tali, *cone*, dan kardus (*box*). Dengan penggunaan alat-alat tersebut akan membuat siswa termotivasi untuk melakukan setiap aktivitas permainannya, apalagi dalam penyajiannya seorang guru Penjasorkes dapat membuat model pembelajaran yang menarik.

Metode yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran lompat jauh dengan strategi pendekatan permainan melompati rintangan. Adapun rintangan yang digunakan adalah kardus yang tidak terpakai lagi yang berukuran panjang 35 cm dan tinggi 25 cm. Dengan menerapkan metode bermain ini siswa akan lebih tertarik untuk melakukan materi pembelajaran, sehingga diharapkan kualitas belajarnya akan meningkat. Hal yang lebih penting adalah siswa akan merasa senang dan tertarik untuk melakukan pembelajaran atletik khususnya lompat jauh dan umumnya cabang olahraga lainnya.

## **B. Identifikasi Masalah.**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok sebagai berikut:

1. Kemampuan fisik siswa terutama power otot kaki bagian bawah sangat rendah, sehingga hal ini akan mempersulit siswa untuk melakukan tolakan dalam lompat jauh. Hasil tes vertical jump dapat dilihat dalam lampiran 7 dan 8 halaman 111, 112.
2. Belum diterapkannya model-model pembelajaran, terutama model bermain melewati rintangan.

3. Kurangnya komunikasi antara siswa dan guru di lapangan dalam proses pembelajaran.
4. Masih rendahnya kemampuan motorik siswa.
5. Belum optimalnya kualitas pembelajaran lompat jauh, dilihat dari belum terpenuhinya Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini sangat luas dan kompleks, maka perlu pembatasan masalah. Adapun yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah: model-model pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan strategi pendekatan permainan melewati rintangan pada siswa SMP Negeri 1 Punung.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka rumusan masalah dalam penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut:

1. Apakah dengan strategi pendekatan permainan pada lompat jauh gaya jongkok dapat meningkatkan kualitas pembelajaran Penjasorkes ?
2. Apakah dengan strategi pendekatan permainan pada lompat jauh gaya jongkok dapat meningkatkan hasil pembelajaran Penjasorkes ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan Dari penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu :

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar mengajar mata pelajaran Penjasorkes khususnya untuk lompat jauh.

## 2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan strategi pendekatan permainan pada siswa kelas VII C SMP Negeri 1 Punung .

## F. Manfaat Penelitian.

Penelitian ini akan bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan nilai tambah (kontribusi) dalam upaya mengembangkan pengetahuan tentang konsep-konsep dan teori-teori pembelajaran Penjasorkes umumnya dan khususnya dalam meningkatkan kualitas pembelajaran siswa.

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan penting bagi guru Penjasorkes, sebagai salah satu alternatif penggunaan model pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, dan Menyenangkan (PAIKEM) dalam proses pembelajaran. Secara terinci manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

- a. Sebagai alternatif di dalam menerapkan teknik mengajar di lapangan, sehingga pembelajaran menjadi lebih variatif.
- b. Salah satu bahan atau teknik pembelajaran untuk membangkitkan minat dan motivasi siswa.
- c. Guru dapat dan terbiasa membuat beberapa macam model-model pembelajaran.
- d. Dalam proses pembelajaran yang diutamakan adalah peran siswa yang

aktif. Guru bertindak sebagai pengawas atau pemantau kegiatan pembelajaran. Hal ini sesuai dengan yang diharapkan dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).

## 2. Bagi Siswa

- a. Siswa akan menjadi lebih bersemangat dalam mengikuti pelajaran karena pembelajaran sangat menarik untuk dilaksanakan.
- b. Siswa akan selalu mempunyai keinginan untuk selalu mencoba setelah melaksanakan model-model pembelajaran dengan permainan.
- c. Dengan model-model permainan siswa dapat memajukan atau menunjukkan aspek-aspek perkembangan seperti: aspek motorik, kreatifitas, kecakapan-kecakapan fungsi sosial, kognitif, dan juga perkembangan motivasional dan emosional.
- d. Dengan model-model pembelajaran dengan permainan siswa akan mendapatkan tambahan pengetahuan dan bermacam-macam model-model permainan dalam pembelajaran Penjasorkes.