

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian keseluruhan dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral (Munasifah, 2010:1)

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Olahraga ini dapat dilakukan oleh semua kalangan, baik anak-anak maupun orang tua. Setiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dalam melakukannya. Ada yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan, kesehatan, rekreasi, bahkan tidak sedikit yang berusaha untuk berprestasi. Cabang atletik dilaksanakan disemua negara, karena nilai-nilai pendidikan yang terkandung di dalamnya memegang peranan yang sangat penting dalam pengembangan kondisi fisik sering pula menjadi dasar pokok untuk pengembangan/peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lain bahkan dapat diperhitungkan sebagai suatu ukuran kemajuan suatu bangsa. Atletik adalah aktifitas jasmani atau latihan fisik yang berisikan gerakan alamiah seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Selain itu atletik disebut juga sebagai induk dari semua cabang olahraga dan merupakan olahraga yang ada sejak manusia ada. Alasan utamanya adalah bahwa nomor-nomor dalam cabang atletik merupakan gerakan yang tidak lepas dari kehidupan sehari-hari dan menjadi dasar gerak bagi

olahraga lainnya. Cabang olahraga atletik terbagi atas beberapa nomor, salah satu diantaranya adalah nomor lompat. Untuk nomor lompat terbagi atas beberapa bagian yakni lompat jangkit, lompat tinggi dan lompat tinggi galah.

Salah satu nomor cabang olahraga atletik yang cukup digemari dan sering diperlombakan baik itu pada *ivent-ivent* skala nasional maupun internasional adalah lompat tinggi gaya guling perut. Lompat tinggi gaya guling perut termasuk cabang lompat yang cukup mudah untuk dilakukan oleh siswa Sekolah Dasar pada umumnya, sebab mengacu pada permainan tradisional yang sering anak-anak mainkan yakni lompat tali karet. Lompat tinggi gaya guling perut tidak berbeda jauh dengan permainan tradisional tersebut. Namun demikian prestasi lompat tinggi pada umumnya belum menunjukkan hasil yang maksimal.

Kondisi ini terjadi di mana-mana, tidak berbeda jauh dari hasil belajar lompat tinggi di SDN 3 Telaga. Berbagai upaya telah dilakukan oleh guru untuk meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas V SDN 3 Telaga, namun belum juga memberikan hasil yang cukup memuaskan. Hal ini terbukti ketika dilakukan evaluasi tengah semester (*mid semester*) nilai rata-rata dari jumlah 20 orang siswa terdapat 4 orang siswa (20%) menguasai teknik dasar lompat tinggi gaya guling perut, seperti awalan, tolakan, melayang/melewati mistar dan mendarat berhasil baik dengan nilai rata-rata 74,70, sementara sisanya yang berjumlah 16 orang (80%) penguasaan teknik dasar lompat tinggi gaya guling perut masih belum memuaskan dengan nilai rata-rata 58,30.

Untuk mengatasi masalah ini, peneliti mencoba menerapkan media pembelajaran *audio-visual* yang belum pernah dilakukan sebelumnya, mengingat

metode yang telah dilakukan selama ini dirasa mulai membosankan oleh para siswa. Peneliti merasa melalui media pembelajaran ini akan merangsang kembali minat belajar siswa yang mulai menurun, sebab sudah menggunakan perangkat elektronik. Melalui media pembelajaran *audio-visual* peneliti berharap para siswa lebih jeli lagi menerima materi yang disampaikan guru. Agar siswa lebih memahami teknik dasar lompat tinggi gaya guling perut yang ada dalam tayangan *video*, adalah dengan cara menghentikan (*pause*) *video* yang sedang diputar, para siswa langsung mengamati dengan saksama seperti apa seharusnya gerakan yang akan mereka lakukan.

Dari uraian permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, sehingga peneliti dalam usaha meningkatkan hasil belajar kemampuan lompat tinggi gaya guling perut dengan benar, maka peneliti dalam kesempatan ini ingin mengadakan suatu pembuktian melalui penelitian secara langsung dengan judul "Meningkatkan Kemampuan Dasar Lompat Tinggi Gaya Guling Perut Melalui Media Pembelajaran *Audio-Visual* Siswa Kelas V SDN 3 Telaga Kabupaten Gorontalo".

1.2. Identifikasi Masalah

1. Kurang maksimalnya penyampaian materi yang dilakukan guru penjas kes dalam mengajar lompat tinggi gaya guling perut.
2. Selama mengajar guru penjas kes di SDN 3 Telaga belum pernah menggunakan media pembelajaran *audio-visual* dalam pembelajaran lompat tinggi gaya guling perut.

3. Siswa kelas V SDN 3 Telaga belum mampu dalam melakukan gerakan dalam lompat tinggi gaya guling perut dengan baik dan benar.
4. Kemampuan lompat tinggi gaya guling perut yang dimiliki siswa kelas V SDN 3 Telaga masih di bawah rata-rata.
5. Media pembelajaran *Audio-Visual* dapat meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas V SDN 3 Telaga.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan pokok-pokok pikiran di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian tindakan kelas ini adalah “Apakah melalui media pembelajaran *Audio-Visual* kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut, siswa kelas V SDN 3 Telaga Kabupaten Gorontalo meningkat”

1.4. Cara Pemecahan Masalah

Untuk memecahkan permasalahan di atas peneliti menggunakan langkah-langkah pembelajaran sebagai berikut:

1. Pertama-tama guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar lompat tinggi gaya guling perut dalam olahraga atletik.
2. Pemberian *stretching* oleh guru yang mengarah pada olahraga yang akan diajarkan terutama *stretching* pada bagian kaki.
3. Guru memperlihatkan *video* lompat tinggi gaya guling perut kepada siswa yang dipancarkan melalui *laptop* ke *LCD Projector* dan menjelaskan tahap-tahap gerakan lompat tinggi gaya guling perut.
4. Guru meminta siswa mempraktekkan gerakan lompat tinggi gaya guling perut sesuai instruksi yang diberikan.

5. Guru memberi penguatan terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa berdasarkan instruksi yang diberikan, agar siswa merasa dihargai dan termotivasi untuk menguasai teknik dasar lompat tinggi gaya guling perut

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui media pembelajaran *audio-visual* siswa kelas V SDN 3 Telaga Kabupaten Gorontalo.

1.6. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi siswa

Menambah pengetahuan siswa dalam kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui media pembelajaran *audio-visual*.

b. Bagi guru OR

Menambah pengetahuan dalam memilih media pembelajaran yang tepat salah satunya media pembelajaran *audio-visual*.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan masukan bagi sekolah untuk memperbaiki praktek-praktek pembelajaran guru agar menjadi lebih efektif dan efisien sehingga kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa meningkat.

d. Bagi peneliti

Menambah wawasan peneliti dimana media pembelajaran *audio-visual* dapat meningkatkan kemampuan siswa.

2. Manfaat Praktis.

a. Bagi siswa

Memberikan pengetahuan tersendiri bagi siswa untuk bisa memperagakan lompat tinggi yang baik dan benar.

b. Bagi guru OR

Memberikan acuan pengetahuan baru dalam mengetahui penggunaan media pembelajaran *audio-visual* terhadap hasil belajar siswa dalam olahraga atletik

c. Bagi sekolah

Memberikan hasil positif bagi sekolah tentang hasil belajar siswa dalam pembelajaran olahraga

d. Bagi peneliti

Memberikan hasil positif dalam meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi dalam olahraga atletik dengan menggunakan media pembelajaran *Audio-visual*.