

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Untuk membentuk manusia yang sehat, kuat fisik dan mental serta mempunyai kemampuan untuk berfungsi lebih baik dalam pembangunan, olahraga mempunyai peranan yang berpengaruh. Kita ketahui bahwa olahraga merupakan suatu kegiatan jasmani atau kegiatan fisik yang berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian dari pelakunya. Selain itu olahraga merupakan suatu usaha yang mendorong membuktikan dan membina fisik. Berolahraga menuntut kesanggupan jasmaniah tertentu untuk menggunakan tubuh secara menyeluruh, guna meningkatkan fisik dan mental manusia yang tangguh, cerdas, kuat, berdisiplin dan bertanggung jawab.

Atletik meliputi gerakan jalan, lari, lempar dan lompat adalah cabang olahraga yang paling tua didunia. Hal ini karena umur olahraga atletik ini sama tuanya dengan mulai adanya manusia yang pertama didunia. Aktifitas jalan, lari, lempar dan lompat merupakan bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar paling asli dan paling wajar dari manusia serta merupakan gerakan-gerakan yang sangat penting dan tidak ternilai artinya bagi kehidupan manusia. Manusia pertama didunia sudah harus jalan, lari, melempar dan melompat untuk mempertahankan dan menjaga kelangsungan hidupnya.

Keterampilan lompat merupakan salah satu pokok bahasan yang pula harus disajikan di SMA, jenis lompat yang umumnya dilaksanakan adalah lompat tinggi, lompat jauh, lompat jangkit dan lompat galah. Namun yang akan dibahas yaitu lompat tinggi. Dalam tahapan pembelajaran lompat tinggi kepada siswa

SMA, guru harus merancangnya dimulai dari yang mudah dan sederhana, kemudian meningkat ke yang lebih sulit.

Dengan demikian harapan setiap siswa dapat menguasai keterampilan-keterampilan olahraga, bahkan lebih dari itu upaya siswa memiliki prestasi dalam suatu cabang olahraga. Kenyataannya, khususnya pada olahraga lompat tinggi sebagai salah satu materi pelajaran pada pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga pada umumnya belum mempunyai kemampuan atau keterampilan baik dibidang bakat, minat maupun prestasi dalam lompat tinggi sebagaimana yang menjadi kebanggaan semua pihak khususnya SMA Negeri 2 Gorontalo. Bila ditinjau dari fasilitas cukup memadai diantaranya fasilitas lompat tinggi, maka dengan adanya kenyataan bahwa siswa pada umumnya hanya sebagian yang memiliki kemampuan dan keterampilan dalam olahraga lompat tinggi menimbulkan berbagai permasalahan dan pendapat dalam hal bagaimana pemberian metode pembelajaran yang cukup baik untuk permasalahan olahraga tersebut.

Menurut pengamatan penulis bahwa kurangnya pengembangan metode pembelajaran pada pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga umumnya masih terjadi di sekolah-sekolah yang ada di gorontalo. Ini berarti dari hasil pengamatan penulis khususnya mengenai kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi gaya guling perut, dimana dari 24 siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo, lebih dari sebagian siswanya memiliki kemampuan rata-rata masih dibawah. Yaitu 3 orang siswa atau 12,5% yang kemampuan rata-ratanya sudah baik, 3 orang siswa atau 12,5% sudah cukup, 15 orang siswa atau 62,5% kemampuannya masih kurang

dan 3 orang siswa atau 12,5% rata-rata kemampuannya sangat kurang. Ini berarti masih sangat jauh dari harapan, seharusnya siswa ini sudah harus dapat melakukan lompat tinggi gaya guling perut dengan baik dan benar.

Untuk mengatasi permasalahan ini, perlu penyerapan metode yang cocok dengan materi yang di ajarkan. Salah satu metode yang di anggap tepat untuk mengatasi masalah tersebut adalah menggunakan metode bagian. Dengan penetapan metode bagian ini, peneliti berkeyakinan bahwa rendahnya teknik siswa dalam melakukan lompat tinggi gaya guling perut dalam cabang atletik dapat ditingkatkan. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk membuktikanya dalam sebuah penelitian tindakan kelas dengan judul **“Meningkatkan Kemampuan Lompat Tinggi Gaya Guling Perut Dengan Penggunaan Metode Bagian Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo.”**

### **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : apakah dengan penggunaan metode bagian dapat meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo ?

### **1.3 Cara Pemecahan Masalah**

Dalam meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo, dapat dilakukan dengan menggunakan metode bagian, maka masalah-masalah dalam meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut dapat dipecahkan.

Dengan demikian melalui penggunaan metode bagian diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut pada siswa kelas

X SMA Negeri 2 Gorontalo. Kemampuan dasar yang dimaksud dapat dipecahkan melalui empat indikator penelitian yaitu : (a) cara awalan, (b) cara tumpuan, (c) cara melayang, (d) cara mendarat.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan penggunaan metode pembelajaran bagian, secara khusus untuk meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo melalui metode bagian.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

Adapun mamfaat dalam penelitian ini yaitu :

##### **1.5.1 Manfaat Teoritis :**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berfikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

##### **1.5.2 Manfaat Praktis :**

###### **a. Bagi Siswa**

Meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut khususnya pada kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo.

###### **b. Bagi Guru**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat disajikan sebagai acuan dan informasi yang berguna dalam meningkatkan kemampuan dasar lompat tinggi gaya guling perut.

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi tentang lompat tinggi gaya guling perut. Selain itu sebagai bahan masukan bagi SMA Negeri 2 Gorontalo untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

d. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan yang paling berharga lebih khususnya tentang lompat tinggi agar nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.