

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan dan peningkatan suatu Sumber Daya Manusia (SDM) Indonesia. Ada beragam maksud dan tujuan manusia melakukan aktifitas jasmani olahraga. Ada yang melakukannya untuk sebuah kesenangan dan pengisi waktu luang saja, ada juga yang melakukannya pada peningkatan kualitas kesehatan dan kebugaran tubuh serta ada juga yang melakukannya guna meningkatkan prestasi yang dia miliki dalam berolahraga.

Pengertian pendidikan jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain. Konsep itu menyamakan pendidikan jasmani dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (*body building*), kesegaran jasmani (*physical fitness*), kegiatan fisik (*physical activities*), dan pengembangan keterampilan (*skill development*). Pengertian itu memberikan pandangan yang sempit dan menyesatkan arti pendidikan jasmani yang sebenarnya. Walaupun memang benar aktivitas fisik itu mempunyai tujuan tertentu, namun karena tidak dikaitkan dengan tujuan pendidikan, maka kegiatan itu tidak mengandung unsur-unsur pedagogik.

Pengertian pendidikan jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain. Konsep itu menyamakan pendidikan jasmani dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (*body building*), kesegaran jasmani (*physical fitness*), kegiatan fisik (*physical activities*), dan pengembangan keterampilan (*skill development*). Pengertian itu memberikan pandangan yang sempit dan menyesatkan arti pendidikan jasmani yang sebenarnya. Walaupun memang benar aktivitas fisik itu mempunyai tujuan tertentu, namun karena tidak dikaitkan dengan tujuan pendidikan, maka kegiatan itu tidak mengandung unsur-unsur pedagogik.

Pendidikan jasmani bukan hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik secara terisolasi, akan tetapi harus berada dalam konteks pendidikan secara

umum (*general education*). Sudah barang tentu proses tersebut dilakukan dengan sadar dan melibatkan interaksi sistematis antar pelakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Ia merupakan salah satu dari subsistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Telah menjadi kenyataan umum bahwa pendidikan jasmani sebagai satu kenyataan umum bahwa pendidikan jasmani sebagai satu substansi pendidikan mempunyai peran yang berarti mengembangkan kualitas manusia Indonesia.

Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang berbeda dengan pelatihan jasmani seperti halnya dalam olahraga prestasi. Pendidikan jasmani diarahkan pada tujuan secara keseluruhan (*multilateral*) seperti halnya tujuan pendidikan secara umum.

Bagi mereka yang melakukan olahraga hanya untuk suatu kesenangan dan pengisi waktu, biasanya taktik dan teknik dalam olahraga bukanlah menjadi sesuatu yang penting akan tetapi bagi mereka yang melakukan olahraga untuk meningkatkan prestasi yang mereka miliki, taktik dan teknik menjadi sangat penting guna mendapatkan pelaksanaan olahraga secara baik dan benar.

Pendidikan olahraga di sekolah merupakan salah satu usaha yang dilakukan untuk membina kesegaran jasmani yang disesuaikan dengan perilaku anak. Dalam pelaksanaan kegiatan jasmani tersebut beragam maksud dan tujuan yakni ada yang memilih sebagai kebutuhan hidup olahraga prestasi, Kebugaran jasmani, dan bahkan ada hanya sekedar bermain atau bersenang-senang.

Tenaga pendidik adalah suatu pelaksana kependidikan sekaligus sebagai pendidik, pembimbing serta sebagai motivator dalam proses pembelajaran dan mempunyai peran yang amat penting dalam rangka tujuan pendidikan. Disamping itu kualitas guru sangat berpengaruh terhadap proses perkembangan hasil belajar peserta didik.

Guru sebagai tenaga pendidik berkewajiban untuk meningkatkan profesionalnya sejalan dan seiring dengan pemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta pembangunan bangsa. Tugas utama guru pendidikan jasmani

adalah menyiapkan anak didik dalam melaksanakan peranan di masyarakat. Proses pembelajaran senantiasa terkait dengan banyak faktor baik dari sisi pembelajaran atau peserta didik maupun dari sisi luar peserta didik, baik dari segi pengajar maupun dari lingkungan fisik biologis diluar proses pembelajaran.

Seorang guru Penjaskes seharusnya memiliki kemampuan dasar umum yang mencakup: penguasaan dan pengorganisasi materi yang hendak diajarkan dan penguasaan metode penyampaian serta penilaiannya. Secara rinci karakteristik yang seharusnya dimiliki guru Penjas sebagai berikut:

Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi karakteristik anak tentang :a) pertumbuhan fisik, b) perkembangan mental, c) perkembangan sosial dan emosional sesuai dengan fase-fase pertumbuhan, Mampu membangkitkan dan memberi kesempatan pada anak untuk berkreasi dan aktif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, serta mampu menumbuhkembangkan potensi kemampuan dan keterampilan motorik anak, Mampu memberikan bimbingan dan pengembangan anak dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, Mampu merencanakan, melaksanakan, mengendalikan dan menilai serta mengoreksi dalam proses pembelajaran bidang studi pendidikan jasmani di sekolah, Memiliki pemahaman dan penguasaan keterampilan gerak, Memiliki kemampuan tentang unsur-unsur kondisi fisik, Memiliki kemampuan untuk menciptakan, mengembangkan, dan memanfaatkan faktor-faktor lingkungan yang ada dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani, Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi potensi peserta didik dalam dunia olahraga, Memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya peserta didik dalam dunia olahraga, Memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam olahraga

Peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah khususnya lompat jauh gaya jongkok mempunyai andil yang besar dalam pembentukan individu, karena selaras dengan masa perkembangan jasmani dan rohani. Olahraga atletik khususnya lompat jauh gaya jongkok merupakan salah satu permainan yang dapat dimainkan ruang terbuka.

Disekolah Menengah Pertama peningkatan kemampuan lompat jauh harus difokuskan pada pelaksanaan pembelajaran yang disesuaikan dengan tingkah

pertumbuhan siswa. Karena bentuk-bentuk pembelajaran yang disesuaikan dengan tingkat pertumbuhan siswa. Kerena bentuk-bentuk pembelajaran yang lazim dilakukan oleh siswa sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani yakni bentuk-bentuk pembelajaran yang di sesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan dan perilaku anak khususnya untuk lompat jauh gaya jongkok.

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti hanya menemukan 8 orang siswa (25,81) yang tergolong dalam kategori “Cukup” dengan rentang nilai 55-69 dan 23 orang siswa (74,19%) yang tergolong dalam kategori “kurang” dengan rentang nilai 50-54. Disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa terhadap empat aspek penunjang agar hasil belajar siswa kelas VII^B dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok terlaksana dengan baik dan benar. Adapun unsur yang penulis maksudkan disini adalah 1) Awalan, 2) Tumpuan, 3) Melayang, 4) Mendarat.

Berbagai macam cabang olahraga dipilih guna untuk menyalurkan minat dan bakat bagi setiap orang, salah satunya adalah cabang olahraga atletik. Cabang olahraga yang satu ini banyak dilakukan oleh manusia karena memang gerakan-gerakan (lari, lempar, dan lompat) yang ada dalam atletik merupakan gerakan alamiah manusia dari zaman dahulu kala hingga sekarang. Jadi tidak berlebihan bila di katakan atletik adalah induk dari segala cabang olahraga (*Mother of sport*).

Istilah “lompat” digunakan untuk nomor-nomor lompat dalam cabang olahraga atletik, diantaranya adalah lompat jangkit, lompat tinggi, lompat tinggi galah, dan lompat jauh. Nomor-nomor lompat dalam cabang olahraga atletik ini tidak pernah *absen* dalam perhelatan akbar seperti pesta-pesta olahraga baik ditingkat Nasional maupun tingkat Internasional. Lompat jauh merupakan suatu nomor dalam cabang olahraga atletik yang dilakukan dengan cara seorang atlet berusaha melompat sejauh-jauhnya ke dalam bak pasir dengan terlebih dahulu mengambil awalan. Lompatan yang dilakukan pun, bukan hanya lompatan biasa. Akan tetapi sebuah lompatan yang mengikuti peraturan pertandingan yang berlaku yang dimana seorang atlet akan bertumpuh satu kaki (menolak) pada sebuah papan/balok yang telah disediakan.

Upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok telah dilakukan sebagaimana mestinya dalam proses

pembelajaran pendidikan jasmani disekolah SMP Negeri 3 Kota Gorontalo. Hal ini dimaksudkan guna menyiapkan dan mengembangkan fungsi-fungsi organ tubuh siswa serta meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok agar dapat berdampak positif terhadap nilai mata pelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan.

Menurut penulis yang di lihat seara langsung disekolah SMP Negeri 3 Kota Gorontalo proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya lompat jauh gaya jongkok masih menggunakan metode *Part and Whole* (bagian dan keseluruhan) dari metode tersebut masih terlihat rendahnya hasil belajar siswa baik putra maupun putri yang belum mampu mempraktekkan teknik lompat jauh gaya jongkok, maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian lompat jauh gaya jongkok tersebut dengan menggunakan metode *drill* (Metode Latihan berulang-ulang).

Metode *Drill* merupakan salah satu dari sekian metode yang ada dan dapat digunakan untuk mengatasi rendahnya hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo tersebut. Metode ini lahir dari kenyataan yang ada bahwa suatu keterampilan bila di latih secara berulang-ulang maka akan dapat dikuasai seseorang dengan mudah.

Kelebihan dari metode *Drill* yakni : Dapat memperoleh kecakapan motoris, seperti melafalkan huruf, membuat dan menggunakan alat-alat, Dapat memperoleh kecakapan mental dalam pelaksanaan metode *drill* jika dilakukan berulang-ulang, Dapat menambah kebiasaan,kecepatan dan ketepatan dalam melakukan metode *drill*

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tindakan kelas dengan judul: “Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Metode *Drill* Siswa Kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan maka dapat di identifikasi permasalahan berupa: Belum optimalnya penggunaan metode yang

digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya lompat jauh gaya jongkok, Kurangnya perhatian siswa dalam mengikuti proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, Siswa belum terampil dalam melakukan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok, guru perlu menetapkan metode yang dianggap cocok untuk mengatasi rendahnya hasil belajar siswa dalam melakukan teknik dasar lompat jauh.

di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Siswa belum terampil melakukan gerakan Operan Lurus (*Chest Pass*), guru perlu menetapkan metode yang dianggap cocok untuk mengatasi rendahnya keterampilan siswa dalam melakukan gerakan Operan lurus (*Chest Pass*)

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah dengan menggunakan metode *drill* dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo, maka salah satu metode yang di gunakan adalah metode *drill* yang bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Langkah-langkah yang di lakukan pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok adalah sebagai berikut.

1. Guru menjelaskan tentang cara pelaksanaan lompat jauh gaya jongkok yang baik dan benar.
2. Guru mempraktekkan gerakan lompat jauh gaya jongkok secara baik dan benar
3. Guru menugaskan satu persatu kepada siswa untuk melakukan teknik dasar gaya jongkok secara berulang-ulang agar siswa nantinya dapat memahami dan mampu meningkatkan keterampilan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok tersebut.

4. Setiap keberhasilan pelaksanaan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo akan di beri penguatan agar nantinya siswa akan lebih termotivasi.

1.5 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII^B SMP Negeri 3 Kota Gorontalo dengan menggunakan metode *Drill*.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Semoga dengan adanya penelitian ini akan memberikan motivasi atau dorongan untuk semua pihak yang diharapkan, menjadi acuan dalam berpikir secara ilmiah dan bisa mengembangkan wawasan dalam melaksanakan proses pembelajaran ataupun proses penelitian.

Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa Hasil penelitian ini menjadi motivasi guna meningkatkan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.
2. Bagi guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu menjadi bahan masukan yang objektif tentang perlunya penggunaan metode *Drill* dalam pembelajaran lompat jauh menggunakan gaya jongkok.
3. Bagi Sekolah Menjadi bahan lanjutan dalam pengembangan minat dan bakat siswa dalam bidang olahraga khususnya lompat jauh gaya jongkok.
4. Bagi Peneliti Yaitu menambah pengetahuan dan wawasan tentang masalah-masalah yang ada dalam proses pembelajara.