

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Terbentuknya sumber daya manusia sejak dini berawal dari salah satu unsur pembelajaran Penjasorkes secara keseluruhan di lingkungan Sekolah Dasar (SD). Pembelajaran pada hakekatnya sengaja dilakukan dengan tujuan agar dapat diperoleh ketercapaian keberhasilan yang diharapkan yakni terwujudnya perubahan pengetahuan dan perilaku serta keterampilan gerak dasar jasmani yang baik. Selain itu peserta didik harus memiliki pertumbuhan fisik yang normal seiring dengan pembentukan watak yang terkendali secara harmonis juga tingkat kecerdasan yang cukup bagi peserta didik itu sendiri.

Seiring dengan terwujudnya apa yang diharapkan agar terjadi perubahan bagi peserta didik itu perlu adanya persiapan, perencanaan, penyusunan program kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Proses pembelajaran olahraga bagi peserta didik dengan tujuan untuk mengolah tubuh/jasmani dalam melakukan suatu gerakan yang terampil termasuk cabang olahraga atletik nomor lompat jauh gaya jongkok. Di Sekolah Dasar lompat jauh gaya jongkok merupakan salah satu bagian materi dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan. Muaranya kegiatan ini merupakan pembinaan kebugaran jasmani, pengetahuan dan penguasaan emosional pada kegiatan olahraga. Bagi peserta didik beroleh kesempatan agar berpartisipasi serta mendapat

pemahaman kontekstual sehingga terbentuk sikap sportifitas, emosional dan memiliki gaya hidup sehat.

Bagi guru yang menghendaki agar tercipta suatu perubahan yang optimal pada perilaku peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) perlu menyesuaikan penggunaan metode pembelajaran yang lebih tepat. Siasat seperti inilah yang dapat berpengaruh pada tercapainya kemampuan yang merupakan acuan dalam pembelajaran. Hal demikian ini jarang terjadi di sekolah manapun termasuk di SDN No. 96 Sipatana. Berdasarkan data hasil observasi yang dilakukan guru di lapangan pada cabang atletik nomor “lompat jauh gaya jongkok” perlu adanya tindakan pemilihan metode yang lebih tepat serangkaian pencapaian tujuan acuan pembelajaran dengan hasil lebih optimal.

Untuk mengoptimalkan keberhasilan kegiatan belajar peserta didik perlu mensiasati penggunaan metode pembelajaran yang efektif, agar berpengaruh pada peningkatan kemampuan melakukan gerak dasar “lompat jauh gaya jongkok” yang memiliki unsur-unsur gerak dasar seperti: mengambil ancang-ancang/awalan lompat, bertumpu dengan salah satu kaki yang terkuat, cara melayang dan mendarat yang baik dan benar. Menganalisis upaya meningkatkan keberhasilan proses pembelajaran, pada intinya tertumpu pada suatu persoalan yaitu bagaimana upaya memberikan pembelajaran yang memungkinkan bagi siswa terjadi proses belajar yang aktif, kreatif, efektif, inovatif dan menyenangkan sehingga mencapai

hasil sesuai tujuan yang diharapkan. Dalam melaksanakan proses pembelajaran sebagai implementasi metode pembelajaran diperlukan kemampuan menangani pembelajaran, menggunakan alat dan fasilitas belajar termasuk metode pembelajaran itu sendiri, yang merupakan salah satu pendekatan dalam rangka mensiasati perubahan perilaku peserta didik secara adaptif maupun generative. Termasuk perilaku perubahan siswa pada melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Kalau tidak demikian maka upaya mensiasati agar terjadi proses perubahan perilaku bagi peserta didik tidak terwujud semaksimal mungkin, hal seperti ini masih terjadi di sekolah-sekolah dasar khususnya pada siswa kelas IV SDN No. 96 Sibatana Kota Gorontalo.

Terbukti bahwa dari hasil pengamatan awal khusus mengenai kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan metode keseluruhan ternyata 84% siswa yang belum berhasil melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Dari 31 orang siswa, yang beroleh kategori baik (B) = 5 orang atau 16,1%, Cukup (C) = 9 orang atau 29%, Kurang (D) = 10 orang atau 32,3% dan sangat kurang (E) = 7 orang atau 22,6%.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil tindakan untuk harus dilakukan penelitian selanjutnya dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pembelajaran *Explicit Instruction* di Kelas IV SDN No. 96 Sibatana Kota Gorontalo”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut: 1) Kurangnya pemahaman siswa tentang olahraga atletik khususnya lompat jauh gaya jongkok. 2) Siswa belum mengetahui bagaimana cara melakukan awalan dengan baik. 3) Siswa tidak memiliki konsentrasi menumpu dengan salah satu kaki terkuat pada papan tumpuan. 4) Siswa tidak terampil dalam posisi atau sikap tubuh saat melayang. 5) Siswa belum memahami bagaimana cara mendarat yang benar.

## 1.3 Rumusan Masalah

Dari uraian identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian “Apakah dengan menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction* dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok bagi siswa kelas IV SDN No. 96 Sipatana Kota Gorontalo?”.

## 1.4 Cara pemecahan masalah

Masalah rendahnya kemampuan siswa kelas IV SDN No. 96 Sipatana Kota Gorontalo dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dapat diupayakan pemecahan masalah melalui metode pendekatan “*Explicit Instruction*” dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Menyampaikan tujuan dan mempersiapkan peserta didik
- 2) Mendemonstrasikan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok:
  - a) Cara melakukan awalan lompat
  - b) Cara meletakkan kaki tumpuan

- c) Sikap melayang
  - d) Cara mendarat pada lompat jauh
- 3) Membimbing pelatihan tentang gerak dasar lompat jauh gaya jongkok
  - 4) Mengecek pemahaman siswa tentang gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dan memberikan umpan balik
  - 5) Memberikan kesempatan untuk latihan lanjutan

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok kelas IV SDN No. 96 Sipatana Kota Gorontalo.

#### 1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

##### A. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai asumsi peningkatan profesionalisme guru dalam menggunakan pendekatan metode *Explicit Instruction* pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

##### B. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini, yakni antara lain:

##### 1) Bagi Siswa

Setelah penelitian ini selesai diharapkan siswa dapat melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar

2) Bagi Guru

Untuk Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dan menemukan pendekatan yang tepat untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh siswa dalam proses belajar-mengajar di sekolah

3) Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran Penjaskes khususnya materi tentang lompat jauh gaya jongkok. Dan juga sebagai bahan masukan SDN No. 96 Sipatana Kota Gorontalo untuk evaluasi hasil pembelajaran

4) Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam meneliti