

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya di kaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikanlah aspek-aspek moral , aklah, budi pekerti, seni, psikomotor,serta skil. Dimana olahraga dalam lingkungan pendidikan merupakan bagian dari kurikulum yang memiliki tujuan untuk dapat mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, yang pada hakikatnya untuk memenangkan suatu pertandingan atau perlombaan,dengan demikian dalam olahraga kegiatan latihannya berpusat pada bahan latihan (Aip Syarifuddin, 1996:4).

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, sosial dan emosiaonal (Depdiknas *dalam* A'arafa, 2012:1). Adapun yang membedakan antara penjasorkes dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani atau manusia yang bergerak secara sadar. Tujuan dari pendidikan jasmani ini adalah tujuan pendidikan yang pada hakikatnya untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian serta meningkatkan kemampuan siswa kearah yang lebih tinggi bagi kepentingan hidupnya, agar mereka dapat mengembangkan perolehannya dikemudian hari (Aip Syarifuddin, 1996:4). Salah satu materi

yang diajarkan pada olahraga yaitu atletik. Atletik merupakan salah satu induk cabang olahraga dimana didalamnya terdapat beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar dan lompat.

Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat, mengangkat kaki keatas-kedepan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin diudara (melayang diudara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya (Depdiknas, 2013:101).

Salah satu yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil lompat jauh gaya berjalan diudara adalah dengan latihan variasi *skipping*. Latihan *skipping* juga sangat sederhana dan bisa dilakukan diaman saja. Tujuan lompat tali adalah (a) melatih keterampilan melompat dan meloncat, (b) melatih keterampilan *koordinasi* antara kedua tangan dan kaki, (c) melatih otot tungkai untuk mendapatkan hasil lompatan yang baik (Bayu Surya dalam Syamsu Papatungan, 2013:13).

Sekolah Menengah Pertama merupakan institut pendidikan menengah setelah sekolah dasar yang mengajarkan salah satu mata pelajaran yaitu penjasorkes. Ditingkat Menengah pertama khususnya disekolah yang sudah menggunakan kurikulum 2013 penjasorkes sudah menjadi 3 jam pembelajaran. Dalam situasi seperti ini, bisa digunakan untuk tambahan-tambahan materi baik untuk sebuah prestasi ditingkat daerah provinsi maupun ditingkat nasional. Siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kabila merupakan usia

yang dalam kategori sangat produktif untuk melakukan latihan dan akan memperoleh peningkatan yang signifikan.

Prestasi lompat jauh yang ada di SMP Negeri 1 Kabila sudah mulai nampak namun belum maksimal, salah satu realita yang membenarkan pernyataan itu ialah salah satu siswa mampu mengukir prestasi di tingkat provinsi dengan hasil lompatan 4,29 m pada Puteri. Namun hal ini tidak menjadi patokan bahwa seluruh siswa memiliki hasil yang demikian, terutama untuk putra dengan gaya jalan di udara. Oleh karena itu gaya jalan di udara dalam lompat jauh sangat efektif bila latihan variasi *skipping* dilakukan dengan baik dan benar.

Dari uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengangkat judul sebagai berikut : “ Pengaruh Pelatihan Variasi *Skipping* Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Berjalan Diudara Pada Siswa Smp Negeri 1 Kabila Kelas VII ”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi suatu masalah yaitu mengenai pengaruh Pelatihan variasi *skipping* terhadap hasil lompat jauh gaya berjalan diudara. Latihan *sekiping* merupakan latihan yang jarang diberikan kepada siswa SMP kelas VII.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi yang telah dikemukakan sebelumnya, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : “ Apakah

terdapat pengaruh Pelatihan variasi skiping terhadap hasil lompat jauh gaya berjalan di udara pada cabang atletik siswa SMP Negeri 1 Kabila kelas VII ?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh Pelatihan variasi skiping terhadap hasil lompat jauh gaya berjalan diudara.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang di dapatkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Sebagai tambahan ilmu bagi pelatih, dan guru pendidikan jasmani, khususnya guru di SMP N 1 Kabila, terhadap pembinaan prestasi olahraga. dan untuk memperluas dan menambah wawasan penulis tentang ilmu pengetahuan terutama pada pengaruh pelatihan variasi *skipping* terhadap hasil lompat jauh gaya berjalan diudara pada siswa SMP Negeri 1 Kabila Kelas VII.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi kepada guru pendidikan jasmani, serta pelaku olahraga tetang kegunaan dan pengaruh Pelatihan Variasi *Skipping* terhadap hasil lompat jauh di SMP N 1 Kabila Kelas VII.