

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani merupakan suatu pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan, pertumbuhan fisik kecerdasan dan pertumbuhan watak dengan kata lain bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses memanfaatkan aktivitas jasmani dan membiasakan pola hidup sehat.

Pembiasaan pada pola hidup sehat dan aktivitas jasmani merupakan kegiatan yang dilakukan peserta didik dalam rangka meningkatkan *skill* motorik dan kemampuan yang mencakup aspek pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dalam pengembangan aspek-aspek ini, perlu memperhatikan atau aktivitas yang dilakukan sejauh mungkin dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan yang ditunjukkan oleh peserta didik.

Aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan perkembangan peserta didik dan pelaksanaannya dilakukan secara baik dan secara sistematis, maka akan diperoleh hasil yang baik pula pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Hal ini dimaksudkan untuk menyiapkan peserta didik secara fisiologis, baik meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani maupun membantu peserta didik dalam mengembangkan kepribadiannya yang pada gilirannya akan tercipta generasi-generasi dimasa yang akan datang kelak.

Oleh karena itu, dalam pencapaian tujuan pendidikan jasmani yang komprehensif (menyeluruh), maka seorang guru selalu dituntut untuk mencari dan menggunakan pendekatan-pendekatan atau model-model pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan peserta didik. Misalnya, untuk pembelajaran pendidikan jasmani pada tingkat SMP, harus menggunakan bentuk-bentuk pembelajaran yang disesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan peserta didik. Mengapa hal ini penting, karena dalam realita menunjukkan bahwa kelemahan pendidikan jasmani yang diajarkan disekolah-sekolah tingkat SMP selama ini, bukan semata-mata kesalahan pemilihan dan pengembangan materi dan bahan ajar, tetapi lebih pada penggunaan metode pembelajaran yang belum tepat dan sesuai.

Penggunaan dan pengembangan metode pembelajaran yang belum tepat dan tidak sesuai, akan berdampak pada aspek keterampilan gerak dasar peserta didik, karena tugas gerak yang diberikan oleh guru akan sulit diterima dan jikalau dapat diterima akan membutuhkan waktu yang lama. Akibatnya, keterampilan gerak dasar peserta didik dalam melakukan gerak dasar khususnya lompat jauh ini tidaklah maksimal.

Kurangnya pengembangan dan penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan perkembangan dan karakteristik peserta didik yang masih terjadi pada tingkat SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo, menurut pengamatan penulis menunjukkan bahwa siswa kelas VII 3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo kurang tertarik dengan olahraga lompat jauh ini dikarenakan penggunaan metode dari tahun ke tahun tidak pernah berubah dan membuat peserta didik menjadi tidak tertarik

untuk mengikuti dan mempelajari pelajaran pendidikan jasmani terutama pada olahraga atletik khususnya pada cabang lompat jauh.

Hal ini dapat dibuktikan, dari pengamatan yang dilakukan menunjukkan, bahwa siswa Kelas VII3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo pada umumnya mengalami kendala dalam melakukan teknik dasar lompat jauh. Dari 25 yang dijadikan subyek penelitian, 25 orang atau keseluruhan siswa rata-rata memiliki kemampuan yang masih rendah. Dengan uraian sebagai berikut 5 siswa atau 20% termasuk kategori cukup (C), 19 siswa 76 % termasuk kategori kurang (K), 1 (satu) atau 4 % termasuk kategori sangat kurang (SK). Kemudian nilai yang diperoleh siswa secara keseluruhan lalu dibagi dengan banyaknya siswa sehingga diperoleh daya serap atau capaian kemampuan siswa dalam melakukan keterampilan dasar lompat jauh ini dengan nilai rata-rata 51.25 %, dimana nilai ini, masih dalam kategori kurang sesuai klasifikasi nilai yang digunakan dalam penelitian sehingga masih perlu untuk ditingkatkan.

Untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan lompat jauh ini dapat melalui penggunaan metode yang sesuai dalam setiap proses pembelajaran. Karena, pada umumnya keberhasilan siswa dalam memahami dan menguasai materi yang diajarkan sangat tergantung pada metode yang digunakan guru.

Metode yang sebelumnya dipakai oleh guru Pendidikan Jasmani untuk mata pelajaran penjas kes khususnya pada kelas VII adalah metode demonstrasi. Dalam penelitian yang dilakukan, metode demonstrasi diganti dengan metode yang lain agar

siswa tidak terlalu merasa bosan dengan pembelajaran lompat jauh tersebut serta mampu melakukan teknik dasar lompat jauh tersebut dengan baik dan benar.

Salah satu metode itu adalah metode bagian, pada metode bagian ini Guru menyampaikan bahan ajar kepada siswa dengan memperkenalkan terlebih dahulu keseluruhan teknik-teknik yang ada di dalam lompat jauh seperti : awalan, tumpuan/tolakan, melayang dan mendarat, baru selanjutnya siswa diajak melakukan gerakan yang sesungguhnya.

Kelebihan metode bagian pada pembelajaran lompat jauh ini guna membantu peserta didik mengurangi kebosanan dalam belajar atletik khususnya gerakan lompat jauh ini, dan seorang pengajar atau pelatih atletik mampu mendemonstrasikan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, menarik untuk diadakan penelitian dengan judul “Meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh dengan menggunakan metode bagian pada siswa kelas VII 3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan maka dapat diidentifikasi masalah berupa : kurangnya perhatian siswa dalam mengikuti pembelajaran penjaskes, belum optimalnya pemahaman siswa dalam pembelajaran bagian-bagian, siswa belum mengetahui pelaksanaan bagian pembagian.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, rumusan masalahnya sebagai berikut : “Apakah dengan menerapkan metode bagian dapat meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh siswa ?”.

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Untuk mengatasi masalah yang telah diajukan dalam rumusan masalah, cara pemecahan masalah dalam penelitian ini ditempuh melalui langkah-langkah sebagai berikut :

1). Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar lompat jauh dan tujuannya serta menjelaskan metode bagian, 2) Guru menyiapkan sarana dan prasarana dan alat bantu lainnya yang akan digunakan dalam pembelajaran, 3) Guru memberikan stretching, 4) Guru memberikan contoh rangkaian gerakan teknik dasar lompat jauh, 5) Siswa melakukan gerakan lompat jauh, 6) Guru memberikan penguata terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa berdasarkan intruksi yang diberikan siswa.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : “untuk meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh melalui metode bagian pada siswa kelas VII 3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Sebagai bahan alternatif untuk meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh pada cabang olahraga atletik pada siswa kelas VII 3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo. Dan sebagai dasar pemikiran untuk penelitian selanjutnya, baik oleh peneliti sendiri maupun peneliti-peneliti lainnya

1.6.1 Manfaat Praktis

a) Bagi Siswa

Dapat dijadikan bahan pembelajaran untuk dapat meningkatkan keterampilan dasar gerak lompat jauh.

b) Bagi Guru

Dapat dijadikan bahan masukan, khususnya mengenai penerapan metode bagian dalam proses pembelajaran lompat jauh.

c) Bagi Sekolah

Diharapkan dapat digunakan untuk pembangunan ilmu pengetahuan khususnya mata pelajaran penjaskes.

d) Bagi Peneliti

Dapat menambah pengalaman dan wawasan, terutama tentang masalah-masalah yang dihadapi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta upaya-upaya pemecahannya.