

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kurikulum di sekolah menengah pertama (SMP) yang menekankan pada usaha memacu, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan social siswa. Oleh karena itu program pendidikan jasmani wajib diikuti oleh semua siswa, mulai dari kelas VII sampai kelas IX, diberikan dengan waktu dua jam per minggu yang terdiri dari kegiatan wajib dan kegiatan pilihan.

Untuk menjamin agar pendidikan jasmani dapat menjalankan fungsinya dengan baik, maka dalam implementasi program-programnya di lapangan harus melalui strategi atau gaya-gaya pembelajaran yang efektif dan efisien, dalam arti memiliki fleksibilitas yang cukup tinggi dalam berinteraksi dengan berbagai faktor pendukung program pendidikan jasmani. Program pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai usaha merancang komponen-komponen pembelajaran yang dapat memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap pencapaian tujuan pembelajaran sesuai dengan perkembangan siswa. Tujuan pada bagian psikomotor adalah pencapaian keterampilan dan kebugaran jasmani secara optimal.

Untuk mencapai tujuan tersebut peran guru sangat di butuhkan, mulai dari pembuatan rambu-rambu pengembangan program pembelajaran, langkah-langkah merancang program pembelajaran hingga sampai pada usaha memilih metode-metode pembelajaran yang sesuai.

Pemilihan metode pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, dilakukan guru agar supaya proses pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang di harapkan. Kondisi ini dapat terjadi disekolah manapun di seluruh wilayah Indonesia tdak terkecuali di SMPN I Tapa. Tindakan guru dalam memilih metode pembelajaran yang sesuai dimungkinkan dengan syarat harus di dasarkan pada hasil observasi lapangan yang dilakukan oleh guru yang bersangkutan. Misalnya untuk mata pelajaran lompat jauh gaya jongkok guru dapat saja menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMPN I Tapa. Khususnya di kelas VII-4 penulis melihat bahwa dari keseluruhan siswa yang ada di kelas tersebut terdapat beberapa siswa yang belum mampu melakukan lompat jauh dengan baik dan benar khususnya tentang pelaksanaan teknik dasarnya hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh kurang optimal. Kondisi yang ada menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kurang terlatih dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok sehingga hal ini sangat mempengaruhi teknik dasar. Kondisi kurang optimalnya kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh ini sangat mempengaruhi hasil teknik dasar siswa dalam lompat jauh gaya jongkok. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengamatan yaitu dari 25 jumlah siswa yang terdiri dari 9 orang siswa laki-laki, dan 16 orang siswa perempuan, belum ada yang mencapai indikator. Hal ini memotivasi peneliti untuk menggunakan metode *Explicit Instruction*.

Tujuan utama menggunakan *Explicit Instruction* tersebut hanya sebatas pada keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar dalam lompat jauh khususnya gaya jongkok. Berdasarkan masalah tersebut maka perlu adanya suatu penelitian kaji tindak yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok cabang olahraga atletik. Tujuan memilih metode pembelajaran yang sesuai untuk meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok siswa. Dengan demikian judul penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: **“Meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada cabang olahraga atletik melalui metode *Explicit Instruction* siswa kelas VII-4 SMP N I TAPA.”**

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Bertolak dari uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas maka masalah dalam penelitian tindakan kelas ini dapat diidentifikasi antara lain : siswa belum mampu melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar, serta kurang optimalnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok,

### 1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan diatas, maka permasalahan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah. Apakah dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* dapat meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa dikelas VII-4 SMP Negeri I Tapa?

### 1.4 Cara Pemecahan Masalah

Dalam meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII-4 SMPN TAPA, dapat dilakukan dengan menggunakan metode *Explicit Instruction*, dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* dalam pembelajaran tersebut maka masalah-masalah dalam teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dapat dipecahkan.

Adapun langkah-langkah metode *Explicit instruction* menurut Hanafi & Suhanah (2012: 51) sebagai berikut:

- a. Menampaikan tujuan dan mempersiapkan peserta didik.
- b. Mendemonstrasikan pengetahuan dan keterampilan.
- c. Membimbing pelatihan.
- d. Mengecek pemahaman dan memberikan umpan balik.
- e. Memberikan kesempatan untuk latihan lanjutan.

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah dan permasalahan yang ada maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada cabang olahraga atletik melalui metode *explicit instruction* pada siswa kelas VII-4 SMP N I TAPA dapat ditingkatkan.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Secara umum manfaat penelitian ini di harapkan dapat berpengaruh positif bagi seluruh komponen pendidikan baik dari peserta didik, sekolah, guru, dan peneliti.

Adapun manfaat penelitian ini terbagi atas dua yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis yang dapat di jelaskan sebagai berikut :

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan dapat menambah pengetahuan baru yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjas kes bahwa melalui metode pembelajaran *explicit instruction* dapat dijadikan acuan untuk berikutnya.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

Berdasarkan uraian dari manfaat teoritis di atas maka manfaat praktis dalam penelitian ini diharapkan dapat member manfaat bagi seluruh komponen diantaranya sebagai berikut :

- a. **Bagi Sekolah.** Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk menjawab setiap kelemahan/kekurangan dari metode pembelajaran yang selama ini di terapkan.
- b. **Bagi Guru.** Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi dalam meningkatkan pembelajaran lompat jauh.
- c. **Bagi siswa.** Penelitian ini diharapkan dapat memberi dampak positif sehingga melalui metode *explicit instruction* dapat meningkatkan seluruh tahap teknik dasar melakukan pembelajaran lompat jauh
- d. **Bagi peneliti.** Melalui penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bahwa melalui metode *explicit instruction* dalam program pendidikan jasmani berkesan sebagai wahana pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan