

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga.

Pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan yang sesuai dengan perkembangan anak didik dan pelaksanaannya dilakukan secara baik dan sistematis, maka akan diperoleh hasil yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik jasmani maupun rohani. Hal ini dimaksudkan untuk menyiapkan siswa secara fisiologi, baik meningkatkan kemampuan kebugaran jasmani dan rohani maupun membantu anak didik dalam mengembangkan kepribadiannya yang pada gilirannya akan tercipta generasi-generasi yang tangguh di masa yang akan datang.

Atletik merupakan salah satu materi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang wajib diberikan kepada para siswa mulai dari tingkat Sekolah Dasar sampai tingkat Sekolah Lanjutan Tingkat atas, sesuai dengan SK Mendikbud No. 0413/U/87. Bahkan di beberapa perguruan tinggi, atletik ditawarkan sebagai salah satu Mata Kuliah Dasar Umum. Sedangkan bagi mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan merupakan mata kuliah wajib yang harus diambil. Tak terkecuali, di Sekolah Luar Biasapun mata pelajaran atletik merupakan mata pelajaran yang wajib diberikan kepada para siswanya.

Atletik adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat. Atletik berasal dari bahasa Yunani "athlon" yang berarti "kontes". Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada Olimpiade pertama pada tahun 776 SM. Induk organisasi olahraga atletik di Indonesia adalah PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia).

Olahraga atletik dapat dilakukan di lintasan dan lapangan. Lintasan digunakan untuk lari, sedangkan lapangan digunakan untuk lempar dan lompat.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia. Upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta didik mulai dari pendidikan jasmani dan olahraga untuk terus dilakukan dengan kesabaran dan keihlasan untuk berkorban. Untuk itu pembentukan sikap dan pembangkitan motivasi mulai dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan formal. Berbagai cabang olahraga termasuk didalam wilayah olahraga prestasi. Seperti halnya pada nomor lempar, yakni lempar cakram.

Dalam nomor lempar cakram ada beberapa keterampilan dasar yang harus dikuasai. Dalam lempar cakram yang terdiri atas cara memegang cakram, awalan, cara melempar cakram, dan sikap akhir setelah melempar. Seperti proses belajar mengajar terutama di kelas V SDN 16 Bongomeme. Oleh karena itu, tentunya dalam proses ini diharapkan ada sebuah model pembelajaran baru yang bisa memberikan kontribusi yang lebih baik dari kegiatan yang sebelumnya, sehingga nampak memikat kembali anak-anak yang memiliki potensi.

Bahkan pada saat melakukan observasi awal, hasil yang didapatkan di kelas V SDN 16 Bongomeme, ternyata dari 24 siswa yang terdiri dari 7 orang siswa putra dan 17 orang siswa putri diperoleh data bahwa hasil penilaian cara memegang cakram siswa memperoleh rata-rata 60,42, hasil penilaian awalan melempar cakram siswa memperoleh rata-rata 58,33, hasil penilaian cara mengayunkan cakram ketika dilempar siswa memperoleh rata-rata 61,46 dan untuk hasil penilaian gerakan akhir siswa hanya memperoleh 51,38, sedangkan rata-rata keseluruhan nilai yakni 57,9. Dari hasil capaian di atas dapat disimpulkan bahwa siswa kelas V SDN 16 Bongomeme belum menguasai materi lempar cakram.

Penulis ingin meningkatkan hasil belajar siswa tentang materi lempar cakram pada mata pelajaran penjasorkes dikelas V SDN 16 bongomeme, dengan menerapkan

metode *explicit instruction*. Metode *explicit instruction* merupakan cara pembelajaran secara langsung terhadap siswa.

Berdasarkan penjelasan di atas maka perlu adanya suatu penelitian tindak kaji atau penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan teknik dasar lempar cakram, adapun penelitian dimaksud adalah sebagai berikut: **“Meningkatkan Teknik Dasar Lempar Cakram Melalui Metode *Explicit Instruction* Pada Siswa Kelas V SDN 16 Bongomeme”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut : kurangnya persediaan alat atau media yang digunakan, pembelajaran lempar cakram sangat monoton dikarenakan metode yang masih belum tepat, rendahnya keinginan siswa untuk mengikuti pembelajaran, siswa masih belum menguasai teknik dasar lempar cakram dengan baik dan benar, serta belum optimalnya proses pembelajaran lempar cakram.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah melalui metode *explicit instruction*, teknik dasar lempar cakram pada siswa di kelas V SDN 16 Bongomeme akan meningkat?”

1.4 Pemecahan Masalah

Dengan penggunaan metode *explicit instruction* maka permasalahan dalam teknik dasar lempar cakram dapat dipecahkan. Teknik dasar lempar cakram yang di maksud dapat dipecahkan melalui langkah-langkah pembelajaran yakni : guru menyampaikan tujuan pembelajaran teknik dasar lempar cakram dan mempersiapkan siswa, guru mendemonstrasikan teknik dasar lempar cakram, kemudian guru membimbing pembelajaran secara langsung. Guru mengecek pemahaman tentang teknik dasar lempar cakram serta memberikan umpan balik. Guru memberikan kesempatan untuk latihan lanjutan. Guru melakukan evaluasi.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk meningkatkan teknik dasar lempar cakram melalui metode *explicit instruction* pada siswa kelas V SDN 16 Bongomeme.

1.6 Manfaat Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian tersebut di atas, diharapkan penelitian ini memberi manfaat antara lain :

1.6.1 Manfaat Secara Teoritis

Sebagai tambahan wawasan serta pengetahuan bagi guru pendidikan jasmani dalam usaha meningkatkan hasil pembelajaran pendidikan jasmani khususnya hasil belajar siswa tentang materi lempar cakram. Memberikan sumbangan pengetahuan sebagai bahan pertimbangan sebagai solusi kepada para guru pendidikan jasmani, mengenai pentingnya pendekatan pembelajaran yang tepat dalam upaya meningkatkan teknik dasar lempar cakram pada khususnya dan semua cabang olahraga pada umumnya.

1.6.2 Manfaat Secara Praktis

- a. Bagi Siswa : (1) Dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk dapat mengatasi kekuranganmampuan dalam melakukan lempar cakram. (2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi dalam proses belajar mengajar sehingga hasil belajar yang baik dapat dicapai.
- b. Bagi guru : Memberikan tambahan pengetahuan yang dapat menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran serta untuk memotivasi agar lebih jeli dan kreatif melaksanakan tugas pembelajaran.
- c. Bagi Sekolah : (1) Memberi sumbangan yang berarti dan pengajaran tempat meneliti dalam upaya pengembangan minat dan bakat serta penggunaan metode pembelajaran yang efektif dan efisien. (2) Dapat memberikan tambahan pemahaman dalam menghadapi permasalahan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

- d. Bagi Peneliti Selanjutnya : (1) Sebagai bahan pedoman dalam penerapan metode pembelajaran selanjutnya. (2) Dapat memberikan tambahan pengetahuan dan kesimpulan dari penelitian tersebut.