

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang proses pelaksanaan pembelajarannya melalui aktivitas fisik dan bertujuan tidak hanya untuk mencapai tingkat kebugaran semata melainkan aspek kognitif dan afektif menjadi sasaran dari pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri. Fakta inilah yang mengindikasikan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terkesan sangat unik.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, tidak berbeda dengan pelaksanaan mata pelajaran lain yang mana dalam proses pembelajarannya menemukan berbagai kendala yang urgensinya perlu mendapat perhatian dari guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri.

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang masuk dalam kurikulum mata pelajaran sekolah dasar. Ada beberapa nomor atletik yang masuk dalam kurikulum sekolah dasar antara lain adalah lempar cakram. Dalam pembelajarannya di sekoah dasar tidak hanya membutuhkan ketelitian akan tetapi butuh model pembelajaran yang dapat merangsang siswa lebih antusias untuk belajar dan menumbuhkan rasa percaya diri.

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 olahraga lompat jauh gaya jongkok.

Dalam cabang olahraga atletik nomor lompat jauh khususnya pada gaya jongkok ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai yakni awalan, tolakan/tumpuan, melayang di udara, dan mendarat. Seperti proses belajar mengajar terutama di kelas V SDN 83 Kota Tengah, olahraga lompat jauh gaya

jongkok hanya diberikan pada saat pembelajaran atletik dan itu pun disesuaikan dengan silabus dan RPP, sehingga terkadang ada teknik yang belum begitu dapat di kuasai. Hal ini menjadi persoalan terhadap siswa yang memiliki potensi dalam olahraga cabang tersebut. Oleh karena itu, tentunya dalam proses ini diharapkan ada sebuah metode pembelajaran baru yang bisa memberikan kontribusi yang lebih baik dari kegiatan yang sebelumnya, sehingga nampak memikat kembali anak-anak yang memiliki potensi.

Saat melakukan observasi awal, hasil yang didapatkan di kelas V SDN 83 Kota Tengah, ternyata dari 25 siswa yang terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan diperoleh data bahwa hampir seluruh peserta didik yang menjadi subjek penelitian kesulitan dalam melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. Jadi, dapat disimpulkan bahwa siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah belum menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis ingin meningkatkan kemampuan dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menerapkan metode bagian keseluruhan. Metode bagian keseluruhan merupakan pembelajaran yang sudah sering digunakan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam hal tertentu tidak secara langsung namun secara bertahap, khususnya pada pembelajaran yang memerlukan peragaan.

Dari pembahasan di atas, penulis berkeinginan untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menerapkan metode bagian keseluruhan terhadap siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah yang dijadikan sampel dalam penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Bertolak dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi antara lain, diperoleh data bahwa hampir seluruh peserta didik yang menjadi subjek penelitian kesulitan dalam melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah dengan metode bagian

keseluruhan dapat meningkatkan kemampuan dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah Kota Gorontalo”?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Masalah kurangnya gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah dapat dipecahkan melalui metode bagian keseluruhan dengan langkah-langkah sebagai berikut : setiap peserta didik melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dengan memperhatikan teknik-teknik yang sesuai dan dilakukan secara bergantian.

- a. Guru menyampaikan tujuan dari pembelajaran lompat jauh gaya jongkok
- b. Guru menunjukkan cara melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok yang dimulai dari awalan, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat
- c. Peserta didik diminta mengulangi kembali gerakan lompat jauh gaya jongkok sesuai yang telah dilakukan guru dengan memperhatikan tiap gerakan secara berulang.
- d. Guru mengecek keterampilan peserta didik dalam melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok
- e. Guru mengevaluasi gerakan lompat jauh gaya jongkok.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan pemecahan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui metode bagian keseluruhan pada siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah Kota Gorontalo.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teroritis

Dengan diterapkannya metode bagian keseluruhan dalam cabang olahraga atletik khususnya lompat jauh gaya jongkok, siswa bisa menjadi terampil dalam menguasai gerakan dari gerak yang sifatnya sederhana ke gerak yang sifatnya kompleks, dan sebagai bahan masukan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sehingga dapat disajikan lebih menarik.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Siswa : 1) Dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk mengatasi kekurangmampuannya dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan motivasi dalam proses belajar mengajar sehingga kemampuannya dapat meningkat.
- b) Bagi Guru : Memberikan tambahan pengetahuan yang dapat menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran serta untuk motivasi 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 dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)
- d) Bagi Peneliti : Sebagai bahan pedoman dalam penerapan metode pembelajaran selanjutnya.