

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Dan Olahraga merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di sekolah lebih mengarah pada pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan serta penghayatan nilai-nilai, pembiasaan hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Untuk itu, peserta didik di haruskan mengikuti program mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah mulai SD, SMP, SMA/ sederajat, khususnya untuk sekolah menengah pertama, dari kelas 7 sampai 9 dengan waktu 2 jam setiap minggunya yang terdiri dari permainan bola besar, permainan bola kecil, olahraga bela diri, atletik, senam, dan olahraga air.

Atletik adalah suatu cabang olahraga yang membutuhkan ketepatan dan koordinasi gerak yang baik antara anggota tubuh. Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik. Lompat jauh merupakan gerakan melompat, melayang dan mendarat sejauh-jauhnya. Dalam nomor lompat jauh sendiri terbagi dari beberapa gaya, salah satunya adalah lompat jauh gaya jongkok. Dalam gerakan lompat jauh gaya jongkok yang harus diperhatikan dan berbeda dengan gaya lompat jauh lainnya adalah saat membungkukkan badan dan menekuk kedua lutut serta menjulurkan kedua kaki kedepan dengan kedua lengan tetap kedepan untuk mendarat.

Di dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sendiri di sekolah, untuk mencapai aspek psikomotor atau keterampilan gerak dalam materi pembelajaran atletik dalam nomor lompat jauh gaya jongkok, gerakannya meliputi : (1) Ancang-ancang/ awalan, (2) tumpuan/tolakan, (3) melayang, dan (4) mendarat. Untuk itu, guru sangat di butuhkan untuk dapat mencapai tujuan tersebut. Maka, mulai dari rencana penggunaan strategi, pendekatan, metode, dan model pembelajaran haruslah efektif dan efisien dan sesuai dengan materi yang diajarkan

dan karakteristik siswa. Hal ini mempunyai kaitan yang sangat erat dengan kualitas hasil belajar dari siswa itu sendiri.

Berdasarkan hasil observasi/pengamatan yang telah dilakukan peneliti di SMP N 8 GORONTALO dengan subjek penelitian kelas VII 4, dengan karakteristik yang berbeda-beda sebagian besar siswa belum bisa melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar, hal ini dikarenakan tidak semua siswa dapat menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dengan baik. Penyebab permasalahannya ialah pada saat pembelajaran siswa kelihatan tidak mengikuti pembelajaran dengan baik dalam proses pembelajaran berlangsung sehingga pada saat pembelajaran siswa tidak dapat melakukan gerak dengan baik dan benar. Hal ini dikarenakan model atau pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh guru tidak sesuai dengan karakteristik siswa itu sendiri.

Adanya berbagai permasalahan yang dihadapi siswa, menuntut adanya kemampuan seorang Guru untuk memadukan antara pembelajaran yang digunakan pada saat proses pembelajaran dengan karakteristik belajar siswa dengan menggunakan model atau pendekatan pembelajaran yang tepat. Untuk dapat mengatasi dan meningkatkan keterampilan di atas, maka Guru/Pengajar harus memilih metode atau pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa. Pembelajaran yang dimaksudkan oleh peneliti yaitu melalui pendekatan modifikasi media pembelajaran. Pendekatan modifikasi menuntut kreatifitas guru. Guru yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru atau memodifikasi yang sudah ada untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik, sehingga anak merasa senang mengikuti pelajaran yang diberikan. Dengan menggunakan pendekatan modifikasi media pembelajaran dalam proses pembelajaran lompat jauh khususnya gaya jongkok maka guru/pengajar bisa membuat siswa memahami dan menjadi aktif dalam pembelajaran sehingga bisa melakukan gerakan dengan baik dan benar.

Dari permasalahan yang dikemukakan di atas maka perlu adanya suatu pembuktian secara ilmiah melalui penelitian kaji tindak (PTK) maka dengan ini, judul penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut, "Meningkatkan Kemampuan

Siswa Pada Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran Dikelas VII⁴ SMP Negeri 8 Gorontalo”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di jelaskan sebelumnya maka, teridentifikasi masalah yang ada yakni: a) Sebagian besar siswa belum bisa melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar yang gerakannya meliputi awalan, tolakan, melayang dan mendarat. b) Model atau pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh guru tidak sesuai dengan karakteristik siswa. c) Siswa nampak tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan benar.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan Masalah Dalam Penelitian Ini Adalah : Apakah Dengan Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran Dapat Meningkatkan kemampuan siswa kelas VII⁴ SMP N 8 GORONTALO pada materi lompat jauh gaya jongkok ?

1.4 Cara pemecahan masalah

Dalam mengoptimalkan hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII⁴ SMP N 8 GORONTALO dapat di lakukan dengan menggunakan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan materi yang di berikan dan karakteristik siswa. Maka dengan penggunaan pendekatan modifikasi Media Pembelajaran. Pendekatan Modifikasi media pembelajaran yang di maksud ialah, siswa di ajarkan berlari dan melompat melewati rintangan boks (kardus) dengan tidak merubah arah kaki yang dilakukan secara berulang-ulang. Dari pendekatan tersebut, Maka masalah-masalah dalam proses pembelajaran khususnya pada gerakan lompat jauh gaya jongkok dapat di pecahkan.

Dengan demikian melalui pendekatan modifikasi media pembelajaran, diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerakan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII⁴ SMP N 8 GORONTALO. Keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok yang di maksud dapat di pecahkan melalui 4 indikator penilaian yaitu : (1) ancang-ancang/ awalan : awalan adalah gerakan permulaan untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melakukan lompatana

atau tolakan, (2) tolakan : tolakan merupakan perubahan gerak datar ke gerak atas(melayang) yang di lakukan secara cepat,(3) melayang: salah satu usaha untuk mengatasi daya tarik bumi dengan melakukan tolakan yang sekuat-kuatnya disertai dengan ayunan kaki dengan kedua tangan kearah lompatan agar mendapatkan posisi mendarat yang efisien, (4)mendarat: pendaratan merupakan tahap akhir dalam rangkaian gerak lompat jauh gaya jongkok.

1.5 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui pendekatan modifikasi media pembelajaran. Tujuannya guna meningkatkan kemampuan pada lompat jauh yang di belajarkan di sekolah, dan secara khusus untuk meningkatkan kemampuan keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII⁴ SMP N 8 GORONTALO.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu sebagai berikut

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan menjadi acuan dalam berfikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

1.6.2 Manfaat praktis

a) Bagi siswa

Meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa sekolah menengah pertamakhususnya kelas VII⁴ SMP N 8 GORONTALO

b) Bagi guru

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi acuan bagi guru untuk memperbaiki pembelajaran yang lebih baik agar dalam pembelajaran kedepan akan berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan yang di maksud.

c) Bagi sekolah

Sebagai suatu bahan informasi mengenai peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi di SMP N 8 GORONTALO.

Selain itu, sebagai suatu bahan masukan bagi SMP N8 GORONTALO untuk peningkatan kualitas pembelajaran.

d) Bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan serta pengalaman yang sangat berharga dalam mengatasi segala permasalahan yang di temui dalam kegiatan pembelajaran.