

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kurikulum di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas yang menekankan pada usaha memacu, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial siswa. Oleh karena itu program pendidikan jasmani wajib diikuti oleh semua siswa, mulai dari kelas VII sampai dengan kelas IX, diberikan dengan waktu dua jam pada setiap kelas 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 dia artikan 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 dibutuhkan, mulai dari pembuatan rambu-rambu pengembangan program pembelajaran, langkah-langkah merancang program pembelajaran.

Tinggi rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani bergantung pada proses. Dalam pembelajaran penjas guru harus menguasai materi yang akan diajarkan serta cara penyampaiannya. Cara penyampaian pelajaran, atau sering disebut model pembelajaran merupakan faktor yang penting diperhatikan oleh seorang guru. Cara penyampaian pelajaran dengan cara satu arah akan membingungkan siswa, karena siswa akan menjadi pasif (bersifat menerima saja) tentang apa yang dipelajarinya, materi abstrak tidak bermakna, sehingga proses belajar penjas membosankan.

Guru merupakan pelaksana pembelajaran dan sumber utama bagi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang harus bisa menciptakan kondisi belajar yang dapat merangsang siswa agar belajar efektif. Guru pendidikan jasmani secara sadar akan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan kurikulum dan harus mengetahui tujuan yang ingin dicapai. Agar tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai dengan baik, maka guru harus mampu menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan variatif serta menyenangkan.

Salah satu aktifitas fisik dalam program pendidikan jasmani yang telah cukup dikenal adalah kegiatan atletik. Salah satu bagian dari olahraga atletik yang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama adalah nomor lompat jauh gaya jongkok, tujuan dari lompat jauh gaya jongkok adalah untuk melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dari titik tertentu ke titik lainnya dengan cara berlari secepat-cepatnya, kemudian menolak, melayang di udara dan mendarat sesuai dengan peraturan yang ditetapkan.

Seseorang yang akan melakukan lompatan, akan berlari sepanjang awalan dan melompat sejauh mungkin dengan memijak balok tumpuan ke bidang yang diisi

pasir atau tanah. Jika seseorang itu melakukan lompatannya dengan kaki yang menjadi awal tolakan melewati papan tumpuan, maka lompatannya dianggap batal. Untuk itu, siswa perlu memahami dengan baik teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Salah satu masalah yang sering terjadi dalam proses pembelajaran atletik terutama pada nomor lompat jauh gaya jongkok adalah kurangnya keterampilan siswa dalam melakukan lompatan dengan baik. Hasil wawancara peneliti dengan guru Penjas mengenai kemampuan lompat jauh gayamenggantung siswa, ternyata masih banyak siswa yang kurang menguasai teknik-teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Hal ini sesuai dengan hasil pengamatan peneliti dalam proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada siswa/siswi SMP NEGERI 1 TELAGA, Kabupaten Gorontalo. Ternyata masih banyak siswa yang kurang mengerti dan salah dalam melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok. Kesalahan yang umum dilakukan siswa adalah pada awalan, tolakan, sikap badan di udara dan sikap pada saat mendarat. Siswa sering melakukan kesalahan pada saat melakukan gerakan awal dalam melakukan ancang-ancang sehingga kekuatan pada saat menumpu tidak maksimal dan saat melayang tidak sempurna. Demikian juga posisi badan pada saat mendarat sering salah dilakukan, sehingga keterampilan dasar siswa melakukan lompatan masi rendah. Kondisi ini disebabkan karena siswa kurang memahami gerakan gerakan dari lompat jauh gaya jongkok. Sehingga menjadi salah satu penyebab rendahnya keterampilan dasar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok.

Melalui model pembelajaran explicit instructionapa yang diajarkan diharapkan akan dapat berjalan lebih optimal. Hambatan dan rintangan yang terdapat pada proses pembelajaran selama ini dapat diatasi. Penggunaan model pembelajaran ini akan membantu siswa dalam memahami teknik dasar lompat jauh gaya jongkok karena dalam pembelajaran ini siswa diajak untuk berfikir dan berimajinasi dalam memahami teknik-teknik dasar lompat jauh gaya jongkok melalui berbagai cara pemahaman materi/strategi seperti melakukan klarifikasi, memprediksi, kemampuan bertanya dan membuat suatu kesimpulan. Keterangan-keterangan dari guru serta dibantu dengan saling bertukar pengalaman antar sesama siswa sangat akan membantu jalannya proses pembelajaran yang dilakukan. Setelah itu dapat diukur kemampuan belajar siswa melalui serangkaian tes keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok.

Mengingat keberhasilan siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok sangat ditentukan oleh model pembelajaran explicit instruction, maka hal tersebut yang mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian secara ilmiah.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah: “siswa belum memahamiketerampilan dasar lompat jauh gaya jongkok, kesalahan yang dilakukan yaitu pada gerak awal dalam melakukan ancang-ancang sehingga kekuatan saat menumpu tidak maksimal dan saat melayang tidak sempurna demikian juga posisi badan saat mendarat sering salah dilakukan, sehingga menjadi salah satu penyebab rendahnya keterampilan dasar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok.”

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: ”apakah dengan menggunakan model pembelajaran explicit instruction keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok siswa Kelas VIII⁷ SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan ?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Dalam meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII⁷ SMP Negeri 1 Telaga dapat dilakukan dengan menggunakan model pembelajaran explicit instruction.

Dengan demikian melalui penggunaan model pembelajaran explicit instruction diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VIII⁷ SMP Negeri 1 Telaga, keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok dapat dipecahkan melalui empat indikator yaitu : (a) awalan, (b) tolakan (c) sikap badan diudara (d) mendarat.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah dan permasalahan yang ada maka diadakannya penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk Meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok menggunakan model pembelajaran Explicit Instruction pada Siswa Kelas VIII⁷ SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat teoritis

- a) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berpikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- b) Sebagai dasar pemikiran untuk penelitian selanjutnya, baik bagi peneliti sendiri maupun peneliti-peneliti lainnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi tentang lompat jauh. Selain itu, sebagai bahan masukan bagi SMP Negeri 1 Telaga untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

- b) Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi bagi guru dalam meningkatkan kemampuan lompat jauh siswa.

- c) Bagi Siswa

Siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, membantu siswa untuk menguasai dan memahami materi pelajaran dengan baik tentang lompat jauh.

- d) Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi peneliti khususnya tentang lompat jauh agar nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.

