

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan kebugaran para siswa. Pembelajaran olahraga dan kesehatan ini diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk dapat beraktivitas olahraga agar tercipta generasi yang sehat dan kuat.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kurikulum di sekolah dasar (SD) 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 I sampai dengan kelas VI, diberikan dengan waktu 3 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 dari psikomotor adalah pencapaian keterampilan dan kebugaran jasmani secara optimal.

Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik (jasmani), olahraga dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Peranan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peran sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada

peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar itu untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan social), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Adanya model pembelajaran dan latihan teknik dasar yang dilakukan guru diharapkan lebih dapat membangkitkan aktivitas praktek dan kompetensi yang diharapkan. Seperti pembelajaran Tolak Peluru pada cabang Atletik merupakan salah satu materi penjas di Sekolah SDN No. 84 kota Tengah. Pendidikan jasmani dirancang melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan jasmani peserta didik ,mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif dan sportif. Salah satunya tolak peluru pada cabang Atletik.

Modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilakukan guru guna menyiasati minimnya media pembelajaran yang dimiliki sekolah tempat guru mengajar. Kondisi ini dapat terjadi disekolah manapun di seluruh wilayah Indonesia tidak terkecuali di SDN No.84 Kota Tengah. Tindakan modifikasi media pembelajaran dimungkinkan dengan syarat harus didasarkan pada hasil observasi lapangan yang dilaksanakan oleh guru yang mengajar di SDN tersebut. Misalnya untuk mata pelajaran Atletik khususnya tolak peluru guru dapat saja memodifikasi media pembelajaran sesuai kebutuhan siswa yang mana alat yang dimodifikasi yaitu peluru diganti dengan bola kasti karena siswa-siswa pada umumnya belum mampu melakukan pembelajaran yang menggunakan peluru asli.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di Kelas V SDN No.84 Kota Tengah, maka perlu untuk melakukan tindakan-tindakan pembelajaran. Berdasarkan masalah tersebut maka perlu adanya suatu penelitian kaji tindak yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dasar tolak peluru melalui kegiatan-

kegiatan tolakan yang menekankan unsur permainan. Tujuan modifikasi media pembelajaran selain untuk meningkatkan keterampilan dasar menolak peluru, juga dapat membiasakan siswa dalam melakukan gerakan-gerakan tolakan khususnya yang mengandung unsur gerak dasar tolak peluru yang sebenarnya. Dengan demikian judul penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut : “ meningkatkan keterampilan dasar tolak peluru melalui modifikasi media pembelajaran pada siswa Kelas V SDN No. 84 Kota Tengah”.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka penulisan identifikasi masalah sebagai berikut: Rendahnya keterampilan teknik dasar *Tolak Peluru* oleh siswa Kelas V SDN No. 84 Kota Tengah, Kurangnya pengetahuan metode modifikasi oleh siswa SDN No. 84 Kota Tengah.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan Masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah dengan melalui media pembelajaran yang dimodifikasi keterampilan dasar Tolak peluru siswa kelas V SDN No. 84 Kota Tengah dapat ditingkatkan?”

1.4 Cara pemecahan Masalah

Dalam meningkatkan keterampilan dasar Tolak Peluru pada siswa Kelas V di SDN No. 84 Kota Tengah, dapat dilakukan dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran. Dengan menggunakan media pembelajaran yang dimodifikasi tersebut maka masalah-masalah dalam keterampilan dasar Tolak Peluru dapat dipecahkan.

Dengan demikian melalui penggunaan media pembelajaran yang dimodifikasi diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dasar Tolak Peluru pada siswa Kelas V SDN No. 84 Kota Tengah. Keterampilan dasar Tolak peluru yang dimaksud dapat dipecahkan melalui indikator yaitu : (a) pengenalan tolak peluru (b) memegang peluru, (c) meletakkan peluru pada bahu, (d) tolakan tanpa awalan, (e) sikap awal menolak peluru, (f) dan sikap akhir setelah menolak peluru.

1.5 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui penerapan

media pembelajaran yang dimodifikasi, tujuannya guna meningkatkan keterampilan pada Tolak peluru yang dibelajarkan di sekolah dasar, dan secara khusus untuk meningkatkan keterampilan dasar tolak peluru Modifikasi Media pada siswa Kelas V SDN No.84 Kota Tengah.

1.6 Manfaat Penelitian

adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berpikir ilmiah bagi peneliti dan bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada umumnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

Berdasarkan uraian dari manfaat teoritis di atas maka manfaat praktis dalam penelitian ini di harapkan dapat memberi manfaat bagi seluruh komponen di antaranya sebagai berikut :

- a. Bagi Siswa: Dengan adanya penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran bagi siswa untuk lebih meningkatkan keterampilan melakukan teknik dasar *Tolak Peluru*.
- b. Bagi Guru: Diharapkan menjadi bahan acuan atau masukan yang objektif bagi guru umumnya dan khususnya pada mata pelajaran penjaskesrek untuk menerapkan metode *modifikasi* dalam keterampilan melakukan teknik dasar *Tolak Peluru*.
- c. Bagi Sekolah: Merupakan sumbangan pikiran kepala sekolah dan para guru khususnya kepada guru penjaskesrek untuk lebih meningkatkan keterampilan melakukan teknik dasar *Tolak Peluru*.
- d. Bagi Peneliti: Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam rangka menambah wawasan dan pengetahuan tentang penerapan metode *Modifikasi* sebagai alternatif pemecahan masalah dalam pembelajaran penjaskesrek dan untuk memenuhi syarat ujian proposal.