

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup yang sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Peranan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah 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.

Tingkat mutu pendidikan jasmani dan keolahragaan di tunjang dengan adanya ketersediaan sarana dan prasana yang lengkap agar proses belajar dapat berjalan dengan lancar, sarana dan prasarana tersebut biasanya berupa alat perlengkapan fasilitas. Fasilitas ini menjadi bagian yang sangat penting bagi peningkatan dan pengembangan bakat serta keterampilan.

Proses belajar mengajar (PBM) akan terjadi interaksi antara peserta didik dengan pendidik, peserta didik adalah seseorang atau sekelompok orang sebagai pencari, penerima pelajaran yang dibutuhkan, sedang pendidik adalah seseorang atau sekelompok orang berprofesi sebagai pengelola kegiatan belajar

mengajar dan seperangkat peranan lainnya yang memungkinkan berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yang efektif.

Metodologi mengajar dalam dunia pendidikan perlu dimiliki pendidik, karena keberhasilan proses belajar mengajar (PBM) bergantung pada cara mengajar gurunya. Antusias menerima pelajaran yang diberikan, sehingga diharapkan akan terjadi perubahan dan tingkah laku pada siswa baik tutur katanya, sopannya, motorik dan gaya hidupnya.

Guru sebagai penyelenggara pendidikan sekaligus motivator utama dalam proses pembelajaran mempunyai peranan yang amat penting dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan, disamping itu kualitas guru sangat berpengaruh terhadap kualitas anak didik. Suatu kegiatan belajar mengajar akan lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang dinamis yang mengacu pada pencapaian instruksional khusus merupakan salah satu kriteria keberhasilan dalam proses pembelajaran. Guru dalam proses pembelajaran harus mampu merencanakan, menetapkan tujuan, mempersiapkan materi, memilih metode dan alat bantu yang tepat dalam proses pembelajaran.

Pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan pada siswa untuk mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktifitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktifitas jasmani termasuk permainan olahraga dan seni bela diri.

Salah satu cabang olahraga bela diri yang merupakan warisan budaya nenek moyang bangsa Indonesia adalah pencak silat. Perkembangan pencak silat sejalan dengan kemajuan peradaban manusia dengan karakteristik yang banyak dipengaruhi oleh situasi dan kondisi manusia berada. Pada awalnya pencak silat berkembang di perguruan dari daerah yang satu dengan daerah lainnya, maka terjadilah tukar menukar ilmu beladiri, sehingga ilmu beladiri pencak silat semakin berkembang.

Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan eksistensinya dan integritasnya terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa ada beberapa aspek tersebut

selanjutnya mendasari pengembangan pencak silat menjadi empat tujuan, yaitu: 1) pencak silat mental spritual; 2) pencak silat bela diri; 3) pencak silat seni; 4) pencak silat olahraga. Dalam pembelajaran pencak silat banyak cara dan thenik yang dapat dilakukan, terutama thenik dasar tendangan sabit.

Tendangan Sabit adalah tendangan yang lintasanya dari luar kedalam (melingkar) dengan alat penyasar punggung kaki yang sasarannya adalah punggung lawan.

Di berbagai jenjang sekolah pencak silat sudah di perkenalkan sejak dini hal ini dapat di perkenalkan melalui ruang lingkup pencak silat yang meliputi: a) Sikap pasang: sikap siaga untuk melakukan serangan dan belaen secara taktis, b) Gerak langka: teknik perpindahan atau mengubah posisi di sertai kewaspadaan mental dan indra secara optimal untuk mendapatkan posisi yang menguntungkan dalam rangka mendekati atau menjahui lawan untuk kepentingan serangan dan belaen, c) Serangan: pada dasarnya terbagi 2 yaitu: serangan dengan lengan dan serangan dengan tungkai.

Setelah mngikuti perkembangan ternyata pencak silat memberi manfaat sebagai berikut, a) Pencak silat sebagai pendidikan: merupakan bagian dari budaya bangsa indonesia yang mengandung nilai nilai luhur yang meliputi; budaya indonesia sebagai asal dan coraknya, falsafah budi pekerti luhur sebagai jiwa dan sumber motivasi penggunaanya dan pembinaan mental spritual, beladiri-seni, dan olahraga, b) Pencak silat sebagai pendidikan jasmani: sebagai sarana pendidikan jasmani pencak silat bertujuan untuk mencapai kesehatan rekreasi dan prestasi.

Untuk menjamin agar pendidikan jasmani di SMA Negeri 2 Gorontalo 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 pada bagian psikomotor adalah pencapaian keterampilan dan kebugaran jasmani secara optimal.

Terutama pada siswa SMA Negeri 2 Gorontalo kelas XII masih banyak siswa belum dapat melakukan tendangan sabit dalam olahraga bela diri pencak silat, untuk mencapai tujuan tersebut peran guru sangat di butuhkan, menyikapi situasi seperti ini berbagai cara telah di coba guru untuk mengatasi masalah ini, mulai dari pembuatan rambu-rambu pengembangan program pembelajaran sampai langkah-langkah merancang program pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi yang telah di lakukan di sekoloah SMA Negeri 2 Gorontalo maka perlu merancang program pembelajaran dengan menggunakan metode *explicit intruction* yang dapat siswa cepat mengerti dan siswa dapat dengan mudah melakukan tendangan sabit, berdasarkan masalah di atas dengan demikian judul penelitian dapat di rumuskan sebagai berikut: meningkatkan keterampilan dasar tendangan sabit dalam olahraga pencak silat melalui metode *explicit intruction* siswa kelas XII IPS¹ SMA Negeri 2 Gorontalo.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pokok pokok pikiran yang telah di kemukakan di atas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat di identifikasikan sebagai berikut, masih banyak siswa belum dapat melakukan keterampilan tendangan sabit dalam olahraga bela diri pencak silat, minimnya ketersediaan sarana dan prasarana, metodologi mengajar guru masi kurang berhasil dan kurang tepat sehingga siswa kurang memahami dengan apa yang di jelaskan terutama pada saat melakukan keterampilan tendangan sabit dalam olahraga bela diri pencak silat.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pokok pokok pemikiran yang telah di kemukakan di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah ” apakah dengan menggunakan metode *explicit intruction* kemampuan keterampilan dasar tendangan sabit siswa kelas XII IPS¹ SMA Negeri 2 Gorontalo dapat meningkat.?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah di uraikan di atas, maka penulis mencoba memecahkan masalah yang ada dalam proses belajar mengajar penjas kes khususnya materi pencak silat(tendangan sabit) dapat di pecahkan melalui:

1. Melalui Model atau metode Pembelajaran *explicit intruction* yang baik dan benar dalam pembelajaran penjas, maka hasil belajar siswa di kelas XII IPS¹ SMA Negeri 2 Gorontalo dapat di tingkatkan.
2. Dengan Penggunaan Model atau metode Pembelajaran *explicit intruction* yang berkesinambungan maka ketuntasan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjas mengenai materi tendangan sabit pada pencak silat siswa kelas XII IPS¹ SMA Negeri 2 Gorontalo dapat di tingkatkan.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan penelitian adalah untuk Meningkatkan keterampilan dasar tendangan sabit dalam olahraga pencak silat melalui *explicit intruction* siswa kelas XII IPS¹ SMA Negeri 2 Gorontalo.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berfikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

1.6.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian:

1. Peneliti, Bisa menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi peneliti khususnya tentang bela diri pencak silat agar nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa nanti.
2. Guru, Dapat merencanakan proses pembelajaran yang lebih aktif, efektif, dan efisien, dapat mengetahui permasalahan yang muncul

dalam pembelajaran, dan sebagai acuan guna menyusun program keaktifan dalam pembelajaran.

3. Siswa, Penelitian ini diharapkan untuk meningkatkan keterampilan dasar tendangan sabit dalam olahraga pencak silat.
4. Sekolah, Penelitian ini di harapkan dapat memeberikan sumbang saran pemikiran bagi seorang yang menggeluti dunia pencak silat, serta semua unsur yang terkait dalam pelaksanaan olahraga pencak silat, Meningkatkan mutu sekolah secara keseluruhan baik dari segi akademik maupun non akademik.