

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

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 sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif.

Pandangan ini telah membawa akibat terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta life skill. Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Atletik salah satu materi pelajaran yang ada dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah baik tingkat SD, SMP, maupun SMA. Gerakan-gerakan dalam atletik seperti jalan, lari, lompat, dan lempar. Istilah “atletik” berasal dari bahasa Yunani yaitu “*athlon*” yang berarti berlomba atau bertanding. Atletik adalah aktivitas jasmani atau latihan fisik yang berisikan gerakan-gerakan alamiah atau wajar seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Atletik memegang peranan penting dalam pengembangan kondisi fisik, dan sering menjadi

dasar pokok untuk pengembangan maupun peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga yang lain.

Lompat jauh merupakan salah satu gerakan yang ada pada cabang olahraga atletik. Pada pelaksanaan pembelajaran Penjaskesrek khususnya atletik lompat jauh, yang dilakukan oleh beberapa sekolah yang ada di kabupaten Pohuwato pada umumnya dan di SMP N 2 Marisa Kecamatan Marisa kabupaten Pohuwato pada khususnya, menunjukkan bahwa proses pembelajaran lompat jauh belum menunjukan suatu pencapaian yang maksimal dalam proses pembelajaran. Hal ini seperti yang diajarkan orang dewasa, cenderung menggunakan pendekatan olahraga prestasi dalam pembelajarannya. Sedangkan anak-anak sekolah menengah pertama lebih suka belajar dengan metode yang mampu merangsang sikap dan tingkah laku mereka dalam mengikuti mata pelajaran penjaskes.

Guru masih senantiasa memberi materi pembelajaran atletik lompat jauh dengan mengacu pada hasil yang dicapai siswa, tidak memperhatikan proses yang dilakukan. yang lebih disayangkan bahwa teknik yang digunakan sangat membosankan sehingga yang seharusnya anak sudah terbiasa dengan gerakan dasar atletik kusunya pada lompat jauh menjadi kurang bersemangat dalam mengikutinya. Hal ini diketahui dari hasil penilaian yang dilakukan oleh guru ternyata masih banyak siswa yang belum mampu mencapai nilai KKM yang telah ditentukan, yaitu 8 siswa dari 24 siswa keseluruhan atau sekitar 36% dari jumlah siswa kelas VII. Serta guru mengalami kesulitan menentukan metode yang tepat dalam pembelajaran atletik lompat jauh. Padahal untuk meningkatkan kompetensi siswa dalam gerak dasar atletik lompat jauh dibutuhkan metode yang sifatnya menarik dan tidak membosankan. Dengan demikian guru dituntut untuk bisa menentukan metode yang tepat, sesuai dengan karakter siswa sehingga bisa direspon baik oleh siswa.

Berdasarkan uraian diatas dan masalah umum yang dihadapi siswa dalam pembelajaran penjaskes dalam menerapkan materi gerak dasar lompat jauh, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas VII SMP N 2 Marisa, Kabupaten Pohuwato dengan judul “Meningkatkan Keterampilan Lompat Jauh Pada Cabang Olahraga Atletik Melalui Pembelajaran *Explicit Intruction* Siswa Kelas VII SMP N 2 Marisa”

1.2. Identifikasi Masalah

erdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas maka dapat diidentifikasi masalah berupa kurangnya kemauan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran penjaskes khusunya pada atletik lompat jauh.

1.3.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang di uraikan di atas, maka rumusan masalah adalah: Apakah dengan pembelajaran *Expilict Intruction* dapat meningkatkan lompat jauh pada siswa kelas VII SMP N 2 Marisa ?

1.4.Tujuan Masalah

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah : “untuk meningkatkan lompat jauh melalui pembelajaran *Expilict Intruction* pada siswa kelas VII SMP N 2 Marisa

1.5.Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian yaitu, penelitian ini dapat dijadikan menambah pengetahuan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran atletik khususnya pada lompat jauh dan menjadi bahan acuan untuk peneliti berikutnya. Adapun bagi

a. Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran penjaskes khususnya pada olahraga atletik lompat jauh

b. Bagi guru

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu membuka pengetahuan dalam memodifikasi pembelajaran sehingga siswa tersebut mampu dan senang dalam mengikuti proses pelajaran penjaskes

c. Bagi sekolah

Di harapkan penelitian ini dapat meberikan sebuah informasi yang menjadi acuan didalam menilai kualitas guru pendidikan olahraga

d. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan pengetahuan didalam menjalankan kewajiban dan tanggung jawab sebagai seorang guru penjaskes