

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Atletik merupakan olahraga tertua di dunia dan sering disebut juga induk dari semua cabang olahraga. Hal ini disebabkan karena gerakan atletik sudah tercermin pada manusia purba. Secara tidak langsung gerakannya sudah mereka lakukan pada kehidupan sehari-hari yaitu dalam mempertahankan hidup, mengembangkan hidup, dan dalam usaha menyelamatkan diri dari suatu gangguan. Dalam atletik terdapat nomor olahraga yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar.

Lompat jauh gaya jongkok merupakan gerakan lompat yang pada saat di udara (melayang), kaki ayun/bebas diayunkan jauh ke depan dan pelompat mengambil suatu posisi langkah yang harus dipertahankan selama mungkin. Dalam tahap pertama saat melayang, tubuh bagian atas agar tetap tegak dan gerakan lengan mengayun dari depan atas terus kebawah dan kebelakang. Dalam persiapan untuk mendarat, kaki tumpuh dibawah kedepan, sendi lutut kaki ayun diluruskan dan badan dibungkukkan ke depan bersamaan kedua lengan diayunkan cepat kedepan pada saat mendarat.

Berdasarkan pengamatan pada saat pembelajaran penjas siswa kelas VIII.2 SMP Negeri Widyakrama diperoleh data bahwa kemampuan siswa kelas VIII.2 dalam pembelajaran secara umum memiliki kemampuan menengah ke bawah. Dalam proses pembelajaran yang sudah berlangsung siswa gerakannya masih tidak sesuai dengan apa yang diharapkan seperti pada saat 1) Awalan: larinya cepat dan setelah

mendekati papan tolakan berubah menjadi pelan, 2) Menolak: pada saat menolak kaki tidak di atas papan tolakan, tolakannya di belakan maupun melebihi papan tolakan terkadang menggunakan dua kaki, 3) Mendarat: kaki lurus tidak di tekuk dan jatuhnya berat badan ke belakang. Masih tampak beberapa siswa yang mengobrol dengan temannya sendiri dan kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran.

Upaya meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa SMP diperlukan metode pembelajaran yang tepat. Salah satu metode pembelajaran yang tepat diterapkan adalah Role Paying. Hal ini senada seperti dikemukakan oleh Hasan Basri (2016 : 41) Role Playing adalah suatu penguasaan bahan pelajaran melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan siswa. Dengan menggunakan metode Role Playing pembelajaran akan lebih menyenangkan, siswa tidak akan jenuh dan siswa tidak merasakan bahwa mereka sudah belajar lompat jauh. Bentuk Role Playing yang akan dilakukan dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh yaitu : melompat melewati box kardus, memanfaatkan barang yang sudah tidak terpakai yakni box kardus sebagai media pembelajaran. Semoga dengan permainan tersebut tujuan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dapat tercapai seperti apa yang penulis inginkan.

Permasalahan umum yang dihadapi guru PJOK dalam menyampaikan materi khususnya gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas VIII.2 SMP Negeri Widyakrama dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Menggunakan Metode Pembelajaran Role Paying Pada Siswa Kelas VIII.2 SMP

Negeri Widyakrama”. Permasalahan ini peneliti temukan ketika observasi di SMP Negeri Widyakrama yaitu pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah-masalah yang timbul dalam penelitian sebagai berikut:

1. Kemampuan gerak dasar lompat jauh siswa masih rendah sehingga belum melakukan awalan, tolakan, dan pendaratan yang baik.
2. Siswa kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

1.3 Batasan Masalah

Supaya peneliti ini dapat berjalan sesuai dengan apa yang diterapkan dan penelitianpun fokus terhadap permasalahan, maka penulis melakukan pembatasan masalah. Batasan tersebut yaitu: Upaya Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa Kelas VIII.2 SMP Negeri Widyakrama.

1.4 Rumusan Masalah

Dengan melihat dari latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, cara yang akan digunakan untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh melalui metode pembelajaran role playing. Maka rumusan masalahnya yaitu: “Apakah dengan menggunakan metode pembelajaran role playing dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa kelas VIII.2 SMP Negeri Widyakrama”?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin di capai penulis dalam penelitian ini adalah meningkatnya kemampuan lompat jauh pada siswa kelas VIII.2 SMP Negeri Widyakrama.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dapat berguna dan bermanfaat yaitu sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Menambah pengetahuan tentang pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan metode role playing.
 - b. Memberikan pemikiran bagi ilmu pengetahuan, khususnya bagi dunia pendidikan untuk meningkatkan pembelajaran.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Pihak Sekolah

Adanya peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.
 - b. Bagi Penulis

Menambah wawasan bagi penulis bahwa pembelajaran dengan menggunakan metode role playing dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok.
 - c. Bagi siswa
 - 1) Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran pjok, serta meningkatkan belajar gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.
 - 2) Meningkatkan kemampuan gerak lompat jauh gaya jongkok, serta mendukung pencapaian gerak lompat jauh gaya jongkpok.

3. Bagi guru

- a. Meningkatkan kreatifitas guru disekolah dalam membuat dan mengembangkan media pembelajaran.
- b. Bahan masukan guru dalam memilih alternatif pembelajaran yang akan dilakukan.
- c. Meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugasnya secara professional.