

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan jasmani, adalah olahraga, dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang selalu disukai oleh siswa SD. dikarenakan kebanyakan siswa SD lebih suka bermain maka guru harus selalu kreatif dalam membuat suatu permainan yang dapat menyenangkan siswa seperti permainan lompat tali karena permainan lompat tali adalah pola gerak dasar dari lompat tinggi.

Gerak dasar lompat tinggi perludilakukan oleh anak-anak SD gerak dasar dari lompat tinggi diawali dengan permainan lompat tali karena permainan lompat tali memerlukan dan membutuhkan kesegaran jasmani.

Aktivitas belajar menuntut tingkat kesegaran dan kebugaran jasmani yang prima. Tanpa kesegaran dan kebugaran tersebut aktifitas siswa akan menjadi lembek kurang semangat, bahkan lesu dan loyo bagi siswa SDN 11 Talaga Biru kelas IV sehingga bagaimana upaya kita memunculkan permainan tradisional yang akan membangkitkan semangat bagi para siswa, maka saya mengambil permainan tradisional yang mirip seperti lompat tinggi, yaitu lompat tali hampir mirip dengan lompat tinggi *starddle*

Lompat tali termasuk permainan tradisional yang terbuat dari karet gelang yang digabungkan dan disusun oleh anak-anak perempuan. Tali karet gelang yang digunakan dalam permainan ini adalah karet gelang yang belum matang.

Permainan lompat tali ini sudah ada semenjak Belanda menjajah Indonesia, awalnya permainan tradisional ini dimainkan oleh anak-anak Belanda yang ada di Indonesia.

Ada pun cara bermainnya adalah sebagai berikut:

- Parah pemain melakukan hompimpah atau pingsut untuk menentukan dua orang yang menjadi pemegang tali
- Kedua pemain yang menjadi pemegang tali melakukan pingsut untuk menentukan siapa yang akan mendapat giliran bermain terlebih dahulu jika ada pemain yang gagal melompat.

- Kedua pemain yang akan menjadi pemegang tali karet dan pemain harus melompatinya satu persatu. Ketinggian karet mulai dari setinggi mata kaki, lalu naik kelutut, paha, hingga pingang. Pada tahap ketinggian ini, pemain harus melompat tanpa menyentuh tali karet ketika melompat, gilirannya bermain selesai dan ia harus mengantikan pemain yang memegang tali.
- Posisi tali karet dinaikan ke dada, lalu dagu, telinga, ubun-ubun, tangan yang diangkat keatas dengan kaki berjinjit. Pada tahap-tahap ketinggian ini, pemain boleh menyentuh tali karet ketika melompat, asalkan kaki dapat melewati tali dan tidak tejerat. Pemain juga diperbolehkan menggunakan berbagai gerakan untuk mempermudah lompatan, asalkan tidak memakai alat bantu.
- Pemain yang tidak berhasil melompati karet harus menghentikan permainan dan mengantikan pemegang posisi tali. Jika semua tahap ketinggian telah selesai maka di ulangi kembali dari awal begitu seterusnya.

Berdasarkan pengamatan peneliti, kenyataan dilapangan tidak dapat dipungkiri bahwa atletik termasuk yang tidak digemari siswa, apabila guru pendidikan jasmani saat mengajarkan materi gerak dasar lompat tinggi siswa SDN 11 Telaga Biru Kelas IV merasa takut dalam melakukan lompat tinggi. Dengan keadaan seperti itu jelas akan sangat merugikan siswa itu sendiri, karena tanpa melakukan dan mencoba gerak dasar lompat tinggi yang diajarkan tentu mereka tidak akan menguasai gerak dasar tersebut dengan baik.

Dalam mencapai tujuan tersebut guru pendidikan jasmani harus lebih kreatif dan inovatif untuk mengetahui karakteristik siswa kelas IV SDN 11 Telaga Biru. Karena mereka lebih cenderung menyukai bentuk-bentuk permainan untuk itu saya membuat permainan tradisional lompat tali. Karena antara lompat tali dan lompat tinggi ada kemiripan sehingga saya ingin melihat anak-anak SDN 11 Telaga Biru kelas IV melakukan permainan tradisional lompat tali seperti melakukan lompat tinggi, sehingga mereka dapat menunjukkan kebolehannya dengan kegembiraan pada saat bermain. Permainan tradisional lompat tali, dapat dilakukan diluar sekolah sebagai tempat berkumpulnya anak-anak untuk bermain lompat tali ini, sehingga

mereka dapat berlatih dan meningkatkan kemampuannya pada saat melakukan lompat tinggi.

Apabila setiap siswa mampu melakukan permainan tradisional lompat tali maka siswa akan mampu melakukan lompat tinggi. Maka dari itu, didalam penelitian ini peneliti mengunakan lompat tali untuk sebagai alat meningkatkan lompat tinggi lompat tinggi.

Dengan menggunakan alat seperti gelang karet yang dibuat menjadi sebua simpul sampai menjadi panjang, dan tianya yaitu siswa yang memegang karet yang sudah dibuat simpul, kemudian siswa tersebut menari karet tersebut sehinga membentuk horizontal secara langsung dapat membantu siswa untuk melakukan lompat tinggi.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas saya dapat mengidentifikasi masalah : kurangnya motivasi siswa kelas IV SDN 11 Telaga Biru dalam melakukan lompat tinggi, siswa kelas IV SDN 11 Telaga Biru belum mempunyai keberanian atau merasa takut untuk dalam melakukan lompat tinggi, kurangnya kemampun siswa untuk melompat tinggi, siswa tidak mempunyai gerak dasar lompat.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang dan identifikasi maslah peneliti dapat merumuskan masalah, apakah dengan permainan lompat tali dapat meningkatkan gerak dasar lompat tinggi kelas IV SDN 11 Telaga Biru

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah siswa SDN 11 Telaga Biru kelas IV mampu melakukan gerak dasar lompat tinggi

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Untuk memanfaatkan wawasan dan pengetahuan khususnya peneliti lain umumnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

**1.5.2 Manfaat Praktis:**

- a. Manfaat bagi siswa kelas IV SDN 11 Telaga Biru yaitu dapat melakukan tehnik dasar lompat tinggi dengan benar.
- b. Manfaat bagi guru yaitu guru bisa membelajarkan teknik dasar lompat tinggi dengan menggunakan sebuah permainan lompat tali
- c. Manfaat bagi sekolah yaitu sekolah jadi tolak ukur pada peneliti lainnya
- d. Manfaat bagi peneliti dapat menggunakan penelitian ini