

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sistem pendidikan di Indonesia pada saat ini selalu mengalami perubahan, yaitu mulai dari penerapan Kurikulum Berbasis Kompetensi pada tahun 2004 yang kemudian di sempurnakan oleh Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan pada tahun 2006 dan dilengkapi kembali dengan *review*nya di tahun 2010 hingga pada tahun 2014 diterapkan kurikulum 2013 yang lebih rumit dan kompleks. Dengan adanya penerapan kurikulum baru tersebut berimplikasi kepada perubahan pola penerapan proses pembelajaran di kelas, mulai dari perencanaan, pelaksanaan maupun tahapan evaluasi yang dilaksanakan oleh guru. Konsekuensinya bagi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran tersebut, adalah dalam menyajikan materi pembelajaran dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran tidak terlepas dari kurikulum yang telah ditetapkan.

Proses perkembangan pembelajaran sebagai bentuk perubahan pola pembelajaran termasuk diantaranya di SMK Mandalahayu 2 mulai perencanaan, pelaksanaan sampai evaluasi yang dilaksanakan oleh guru harus mengacu pada kurikulum yang berlaku saat ini. Berdasarkan kurikulum tingkat satuan pendidikan yang sudah disempurnakan dengan *review*, maka perkembangan yang perlu disikapi dalam proses pembelajaran di SMK Mandalahayu 2 tersebut, salah satunya adanya perubahan yang sangat mendasar dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Proses pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas komunikasi interaktif edukatif antara guru dan siswa dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani. Optimalisasi tercapainya tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya. Salah satunya tergantung dari upaya maksimal guru dalam menyiapkan dan menyajikan bahan pengajaran kepada siswa. Kemampuan guru adalah komponen yang tidak dapat diabaikan dalam usaha mencapai tujuan pembelajaran secara optimal. Guru harus mampu mengelola proses pembelajaran yang sesuai antara kondisi dan tingkat perkembangan siswa. Kesesuaian diantara komponen tersebut, maka siswa diharapkan dapat berkembang kemampuan pengetahuan, sikap dan keterampilan secara baik. Hal ini didasari oleh pendapat Hasibuan dan Moejiono (2004: 40) , yang menjelaskan bahwa :

Dalam melaksanakan proses pembelajaran guru dituntut mampu mengendalikan atau mengelola kelas, menyampaikan informasi konsep atau bentuk keterampilan serta perkembangan psikologis siswa sebagai peserta ajar. Oleh karena itu apapun bentuk kurikulumnya, maka peranan guru sangat strategis dalam upaya pencapaian hasil pembelajaran.

SMK Mandalahayu 2 salah satu sekolah negeri di wilayah Tambun Selatan yang terus mengembangkan kemampuan guru melalui latihan formal maupun informal sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas pendidikan hasil lulusannya. Perbaikan yang terus-menerus dilaksanakan antara lain upaya-upaya penyempurnaan dan meningkatkan proses pembelajaran yang efektif dan efisien. Berbagai strategi, pendekatan dan metode didiskusikan lalu diterapkan dan dievaluasi oleh seluruh jajaran guru di sekolah tersebut di bawah koordinasi

Kepala Sekolah. Salah satu upaya terus menerus dilaksanakan dalam rangka peningkatan kualitas proses pembelajaran baik dalam kegiatan intra maupun ekstrakurikuler adalah pada bidang mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya materi pembelajaran lompat jauh.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dalam kegiatan ekstrakurikuler perlu ditingkatkan untuk menjawab keraguan dan kegelisahan masyarakat sebagai orang tua, terhadap relevansi materi pendidikan jasmani bagi siswa di sekolah. Namun demikian sering terjadi proses pembelajaran ekstrakurikuler pendidikan jasmani di sekolah, hasilnya tetap tidak optimal. Tidak optimalnya hasil pembelajaran tersebut mungkin oleh adanya guru yang tidak menguasai materi pembelajaran serta rendahnya kemampuan gerak motorik siswa.

Guru yang tidak kompeten adalah yang tidak menerapkan langkah-langkah strategi belajar mengajar yang tepat berdasarkan materi, kemampuan siswa secara individu seperti postur tubuh dan kondisi fisik. Salah satu dampaknya dari hal tersebut di atas, dapat terlihat dari rendahnya kualitas penguasaan gerak lompat jauh berdasarkan hasil yang terukur. Seperti hasil lompatan siswa yang sangat rendah.

Menurut Syarifuddin (2002: 23) lompat jauh adalah unsur gerak lokomotor yang harus diberikan kepada siswa sekolah yang dideskripsikan sebagai aktivitas gerak yang bertujuan untuk melompat sejauh-jauhnya melalui gerakan awalan, tolakan, sikap badan di udara sampai mendarat. Menurut

Adisasmita (2005: 23) guna mencapai hasil lompatan sejauh-jauhnya, maka seorang pelompat harus memiliki kekuatan otot tungkai yang baik. Hal ini disebabkan dalam gerakan lompat jauh, terutama dalam teknik tolakan, adalah suatu proses melontarkan tubuh yang dipengaruhi oleh gaya gravitasi. Guna melawan gaya gravitasi yang mencengkram kaki tumpu saat menolak, maka diperlukan kaki yang kuat. Agar kaki tumpu sebagai kaki yang menolak dapat melontarkan tubuh tersebut, maka kaki tumpu harus dilatih dengan berbagai pola gerak yang mampu mengembangkan kekuatan otot-otot tungkai. Menurut Masnun (2001: 93) kekuatan tersebut sangat dibutuhkan guna melontarkan tubuh ke arah horizontal membentuk lintasan, pada tubuh yang sedang bergerak membentuk lintasan tersebut bekerja tenaga lontaran dan gaya tarik bumi.

Permasalahan yang terjadi di SMK Mandalahayu 2, ternyata adalah hasil dari proses pembelajaran lompat jauh sangat jauh dari harapan yang dirumuskan tujuan pembelajaran baik berdasarkan penilaian kuantitatif maupun kualitatif. Berdasarkan pengamatan dan pengalaman sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam melakukan tolakan, lemah pada kaki tumpu sehingga tidak mampu melakukan gerakan menolak yang sempurna. Hal tersebut mengakibatkan hasil lompatan sangat dekat. Dengan adanya hasil lompatan tersebut, maka sekolah tersebut sulit untuk menentukan siswanya untuk diikuti sertakan dalam berbagai kegiatan perlombaan baik yang diadakan di tingkat Kecamatan sampai Provinsi.

Rendahnya mutu keberhasilan pembelajaran lompat jauh tersebut baik dilihat berdasarkan penilaian kuantitatif maupun kualitatif, maka guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut terus menerus berupaya melakukan peningkatan hasil kemampuan lompat jauh dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai salah satu penunjang pencapaian prestasi atletik. Yaitu melakukan penyajian latihan yang sesuai dengan karakteristik siswa, atau memberikan proses gerak yang mampu meningkatkan kemampuan otot tungkai sebagai dasar yang sangat diperlukan dalam lompat jauh. Salah satu upaya yang sedang dikembangkan dalam proses pembelajaran dengan menggunakan permainan lompat kodok.

Permainan lompat kodok yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah, permainan yang menitikberatkan pada penguatan otot-otot tungkai, dimana dalam lompat jauh otot-otot tungkai merupakan unsur dominan agar lompatan yang dihasilkan dapat optimal. Permainan lompat kodok yang digunakan adalah permainan lompat kodok yang difokuskan pada gerakan berlari dan melompat. Permainan yang digunakan adalah permainan lompat kodok, dimana jenis permainan ini dimodifikasi agar siswa merasa tertarik untuk mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dan diharapkan siswa mengalami peningkatan dalam belajar lompat jauh gaya jongkok.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih mendalam mengenai pembelajaran lompat jauh menggunakan permainan lompat kodok. Maka ini judul penelitian ini penulis tetapkan yaitu: “upaya peningkatan

hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat kodok pada siswa kelas X TKJ SMK Mandalahayu 2”.

B. Pembatasan dan Perumusan Masalah

1. Pembatasan Masalah

Penelitian ini tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh masalah yang teridentifikasi, oleh karena itu maka perlu pembatasan agar terfokus berdasarkan tujuan penelitian. Adapun pembatasan masalah peneliti adalah :

- a. Mengetahui upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat kodok.
- b. Permainan lompat kodok sebagai variabel bebas dalam penelitian ini.
- c. Lompat jauh sebagai variabel terikat penelitian ini adalah lompat jauh gaya jongkok.
- d. Populasi yang dijadikan sasaran penelitian ini adalah siswa kelas X TKJ SMK Mandalahayu 2.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan pembatasan masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut : “Seberapa efektif upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat kodok pada siswa kelas X TKJ di SMK Mandalahayu 2?.”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui seberapa efektif upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya

jongkok melalui permainan lompat kodok pada siswa kelas X TKJ di SMK Mandalahayu 2.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam dunia pendidikan khususnya bagi :

1. Guru pendidikan jasmani dalam memberikan pilihan model penyajian pembelajaran lompat jauh agar siswa memiliki kompetensi yang optimal.
2. Guru pendidikan jasmani dalam menyusun dan merencanakan pembelajaran pendidikan jasmani yang berorientasi pada pencapaian kemampuan siswa secara optimal.
3. Guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan proses pembelajaran lompat jauh yang efektif dan efisien sebagai salah satu sasaran yang hendak dicapai dalam tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Kejuruan.

E. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesimpangsiuran dan upaya untuk menghindari perbedaan pendapat yang mengakibatkan kesalahan penafsiran serta pengertian yang menyangkut masalah yang diteliti, maka dipandang perlu adanya batasan istilah. Adapun istilah yang digunakan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut:

1. Peningkatan menurut Poerwodarminto (2001: 436) peningkatan adalah suatu kondisi yang berada lebih tinggi atau lebih baik dari sebelumnya.

2. Hasil belajar menurut Tulus Tu'u (2004: 75) adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru.
3. Lompat jauh menurut Syarifuddin (2002: 80) adalah suatu bagian dari cabang atletik yang bertujuan untuk melompat sejauh-jauhnya diawali dari gerakan lari awalan, tumpuan, sikap badan di udara sampai mendarat.
4. Permainan lompat kodok menurut Achmad Allatief Ardiwinata (2006: 44) permainan untuk bermain dilakukan guna mengisi waktu luang dan bersifat hiburan yang pada umumnya dilakukan oleh anak-anak. Jadi yang dimaksud dengan permainan lompat kodok dalam penelitian ini adalah suatu penyesuaian atau perubahan yang dilakukan terhadap permainan yang bersifat hiburan dalam menerapkan metode pembelajaran agar anak/siswa merasa tertarik dan semangat dalam melakukan pembelajaran.