

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut taksonomi gerak umum, atletik seluruhnya diwakili oleh gerak dasar yang dimulai dari gerak lokomotor, nonlokomotor, maupun manipulatif dan berkembang menjadi pola gerak yang utuh. Atletik dapat dibagi menjadi kemampuan diskrit, serial, dan berkelanjutan sesuai dengan jenis keterampilan yang sedang dipertimbangkan. Selain itu, jika konteks latihan atletik dipertimbangkan, atletik cenderung masuk dalam kategori kemampuan tertutup.

Atletik dapat meningkatkan kekuatan, kecepatan, daya tahan, daya ledak, kelenturan, dan sifat-sifat lain dari struktur pola gerak lokomotor. Aspek kelenturan dan keseimbangan dapat dikembangkan melalui atletik yang dikaitkan dengan pola gerak nonlokomotor. Anak-anak dapat mempelajari keterampilan seperti melempar, melompat, mengatasi rintangan, memanjat, dan komponen koordinasi motorik, seperti perasaan kinetik, melalui manipulatif pola gerakan yang meliputi lari, jalan, lompat, dan lempar merupakan komponen dasar.

Atletik yang meliputi jalan, lompat, dan lempar merupakan tiga komponen dasar yang menyusun ciri dan struktur pola gerak atletik. (Dr. Anggi Setia Lengkana, n.d.) Salah satu pokok bahasan dalam penjas SD adalah gerak dasar lompat, Gerak dasar lompat dapat dilakukan dengan satu kaki atau dua kaki, ke depan, ke belakang, atau ke samping, dari sikap berdiri atau dengan ancang-ancang, di atas rintangan, melewati rintangan, menggunakan seutas tali, tongkat, kardus, bangku, kearah jauhnya, tingginya, atau jauh tinggi, sekali lompat atau berulang-ulang, berirama atau tidak berirama, bentuk lompat jongkok, menggantung atau menggunting, sendiri, berpasangan atau berkelompok, bersama yang lain atau melawan yang lain, dll. Gerak dasar lompat adalah gerakan yang terjadi ketika tubuh di angkat ke udara oleh tekanan dari satu sisi atau kedua sisi

tungkai dan tubuh mendarat menggunakan satu atau dua kaki (Machmud et al., 2021: 23).

Ada persepsi di kalangan siswa bahwa atletik hanya terdiri dari serangkaian tindakan yang berulang-ulang dan tidak menarik. Salah satunya adalah gerakan dasar melompat, yang diyakini lebih melelahkan secara fisik tetapi kurang intensif. Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar, aspek kesenangan dan kegembiraan tidak diungkapkan. Akibatnya, tidak heran jika mata pelajaran atletik diabaikan karena siswa merasa lebih senang dengan olahraga berkelompok seperti sepak bola, voli, basket dll. Selain itu, terlihat dari keaktifan anak dalam menggerakkan tubuhnya sehingga perkembangan motorik kasar anak di sekolah dasar masih kurang.

Hal ini sejalan dengan hasil observasi pra penelitian yang menemukan masih terdapat anak yang motorik kasar masih rendah misal seperti melompat dan menjaga keseimbangan tubuh. Aspek lainnya yang juga peneliti amati di lapangan saat pembelajaran sebagian besar siswa kurang antusias, kurang semangat, dan tidak patuh dengan perintah guru, siswa lari dengan kemauannya sendiri. Hal tersebut menyebabkan siswa merasa kurang berminat untuk mengikuti kegiatan, berbagai metode pembelajaran dapat dilakukan untuk memperoleh perhatian siswa dalam gerak dasar lompat sehingga mampu menarik perhatiannya dalam mengikuti proses belajar seperti salah satunya dengan olahraga tradisional dampu gunung.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka di perlukan upaya pengoptimalan hasil belajar siswa dengan judul “ Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Melalui Olahraga Tradisional Dampu Gunung Pada Peserta Didik Kelas 3 SDN Pengasinan IX”

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dari identifikasi masalah yang peneliti uraikan di atas dan agar penelitian ini menjadi lebih fokus dan berbobot, maka permasalahan dalam penelitian ini difokuskan pada Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Melalui Olahraga Tradisional Dampu Gunung Pada Peserta Didik Kelas 3 SDN Pengasinan IX.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian untuk menjawab permasalahan tersebut yang dipaparkan sebagai berikut: “Bagaimanakah model olahraga tradisional dampu gunung untuk peningkatan kemampuan gerak dasar lompat pada siswa kelas 3 SDN Pengasinan IX”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui model olahraga tradisional dampu gunung dalam peningkatan kemampuan gerak dasar lompat pada siswa kelas 3 SDN Pengasinan IX.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan memiliki manfaat yang positif, antara lain manfaat secara teoritik dan praktik yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi pihak pihak tertentu, instansi, dan organisasi terkait dengan dunia olahraga khususnya dalam pembelajaran gerak dasar lompat.

2. Secara Praktis

a. Bagi peneliti

Dapat meningkatkan kemampuan penulis di dalam menerapkan teori yang pernah diterima selama kuliah dan mendorong penulis untuk belajar memahami, menganalisa, dan memecahkan masalah.

b. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan minat dan motivasi dalam olahraga khususnya dalam gerak dasar lompat

c. Bagi Sekolah

untuk meningkatkan hasil belajar mutu sekolah akan lebih baik.

E. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa ungkapan sebagai kegunaan konsep penelitian. Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis dalam penelitian ini mengemukakan beberapa istilah yang penulis batasi pada beberapa istilah yang erat kaitannya dengan permasalahan penelitian, diantaranya :

1. Peningkatan

Menurut seorang ahli Bernama Adi S, mengklaim peningkatan itu karena kata level. yang mengacu pada lapisan dari hal-hal yang kemudian membuat pengaturan. Pangkat, level, dan kelas adalah istilah lain untuk "peningkatan". Sedangkan progress diartikan sebagai perbaikan. Secara umum, perbaikan mengacu pada upaya untuk meningkatkan kuantitas serta derajat, level, dan kualitas. Menambah pengetahuan dan bakat juga dapat membantu meningkatkan apa pun. Peningkatan juga mengacu pada keberhasilan sehubungan dengan metode, ukuran, sifat, dan faktor lainnya. Sedangkan tujuan penulis dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa yang mendapat nilai kurang baik, hasil belajarnya

ditingkatkan agar lebih tinggi atau memuaskan dengan cara meningkatkan keterampilan belajar.

2. Hasil Belajar

Menurut Rusmono (2017) menyatakan bahwa Hasil belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Setelah siswa menyelesaikan program pembelajaran mereka, mereka berinteraksi dengan berbagai alat pembelajaran dan pengaturan pembelajaran untuk mengubah perilaku mereka.

3. Gerak Dasar Lompat

Gerak dasar yang dimulai dengan menggunakan salah satu kaki sebagai tumpuan dan digunakan sebagai gerak dasar dalam banyak olahraga atau aktivitas fisik, misalnya : lompat jauh, lompat tinggi, dan lompat galah.

4. Olahraga Tradisional Dampu Gunung

Olahraga Tradisional Dampu Gunung adalah olahraga yang mirip gunung, tetapi dalam bentuk kotak bertingkat dan cara bermainnya mengutamakan ketrampilan gerak dasar melompat.