

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk pada sekolah dasar (SD), karena pendidikan jasmani terdapat dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan secara keseluruhan memiliki posisi yang terpenting karena sumbangannya yang khas terhadap pertumbuhan, perkembangan anak, dan memberikan sumbangan bagi filosofi, tujuan, dan sasaran pendidikan. Agar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat disampaikan dengan sistematis dan terukur, kurikulum perlu dikembangkan secara cermat dan hati-hati.

Dan salah satu lembaga pendidikan adalah sekolah, khususnya yang menaungi atau relevan dengan bidang olahraga adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, dimana pelajaran pendidikan jasmani atau sering disebut PJOK ini merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki tujuan untuk menumbuhkembangkan semua aspek yang ada dalam diri siswa, yakni pengetahuan, sikap dan juga keterampilan geraknya (Sobarna at al. 2020).

Pembelajaran PJOK juga menekankan pada pemberian pengalaman langsung untuk mengembagkan potensi siswa baik fisik, psikis, keterampilan motoric, pengetahuan, aplikasi nilai-nilai dan pembiasaan penerapan pola hidup sehat, sehingga menghasilkan perkembangan fisik dan psikis yang seimbang (Yusuf, 2018).

Dalam olahraga atletik terdapat nomor-nomor yang perlu diberikan kepada para siswa khususnya ditingkat sekolah dasar. Pihak sekolah memiliki tanggung jawab untuk dapat memfasilitasi siswa dalam mempelajari setiap nomor pada atletik, seperti: 1) Nomor lari; 2) Nomor lompat yang meliputi lompat jauh, lompat tinggi, lompat galah dan lompat jangkit; 3) Nomor lempar yang meliputi lempar lembing, tolak peluru, lempar cakram dan lontar martil (Usman et al. 2019). Ini membuktikan bahwa lompat jauh merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik yang harus diberikan pada pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Puspitasari, 2016). Dari keempat sub pokok besar atletik tersebut yang akan di bahas adalah lompat jauh. Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik. Lompat jauh adalah keterampilan gerak berpindah dari suatu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan ke depan sejauh mungkin saputra (Mubaligin, Candra, & Irawan, 2018)

Lompat jauh adalah gerakan yang pelaksanaannya membutuhkan kecepatan, tenaga lompat dan tujuan yang diarahkan kepada keterampilan gerak yang benar dalam melakukan gerakan dan jauhnya lompatan. Yang menjadi tujuan lompat jauh adalah mencapai jarak lompatan yang sejauh-jauhnya, dan untuk mendapatkan hasil lompatan yang baik siswa melewati beberapa tahapan gerak yang perlu diperhatikan sebelum melakukan lompatan yaitu: awalan, tolakan, melayang di udara dan mendarat. Tentunya agar hasil lompatan mendapatkan hasil yang maksimal, maka setiap tahapan gerak tersebut harus dikuasai dengan baik dan benar oleh siswa. Maka dari itu, diperlukan metode pengajaran yang sesuai agar teknik lompat jauh ini dapat disampaikan dengan optimal. Namun sayangnya, dari hasil observasi di lapangan masih terdapat guru

pendidikan jasmani yang dalam melakukan proses pembelajaran atletik masih menggunakan metode atau model pembelajaran yang konvensional dan cenderung monoton sehingga membuat para siswa kurang termotivasi dan males dalam melakukan proses pembelajaran dan berdampak pada hasil belajar lompat jauhnya. Para siswa masih kurang paham dan mengerti tentang tahapan yang harus dilalui pada gerakan lompat jauh gaya jongkok. Beberapa guru pendidikan jasmani masih berorientasi pada penilaian hasil lompatannya, tanpa melihat betul atau tidaknya proses gerakan yang ditampilkan siswa. Ini tentunya akan berdampak pada hasil belajar yang diraihinya. Padahal faktor seperti pembelajaran yang membosankan, penggunaan media yang kurang sesuai merupakan hal yang dapat mempengaruhi minat dan motivasi siswa dalam belajar. Maka dari itu untuk terus menumbuhkan motivasi siswa diperlukan sebuah strategi dan inovasi baru dalam proses pembelajarannya (Hambali 2016).

Salah satu pembelajaran keterampilan gerak yang bisa diterapkan dalam upaya meningkatkan teknik lompat jauh gaya jongkok adalah dengan pembelajaran berbasis permainan. Pembelajaran ini didesain untuk siswa sekolah dasar, dibuat lebih mudah karena diaplikasikan dalam bentuk permainan dan pertandingan dalam nomor beregu sehingga siswa tidak akan merasa bosan dalam melakukannya (Sobarna *et al.* 2020).

Dengan begitu pembelajaran atletik nomor lompat jauh ini memiliki sifat-sifat yang menyenangkan, siswa akan menjadi lebih aktif sehingga lebih efektif dalam pemberian dasar-dasar materi atletik terutama lompat jauh dalam proses pembelajarannya.

## **B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Karena adanya berbagai keterbatasan, maka peneliti membatasi penelitian ini pada masalah tentang “Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Lompat Katak Siswa Kelas V SDN 2 Cidikit Lebak Banten”.

### **2. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah diajukan permasalahan yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana upaya meningkatkan hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat katak siswa kelas V SDN 2 Cidikit Lebak Banten?
- b. Bagaimana bentuk permainan lompat katak yang akan digunakan agar dapat menarik minat siswa dalam belajar lompat jauh gaya jongkok?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana upaya meningkatkan hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat katak siswa kelas V SDN 2 Cidikit Lebak Banten.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan yaitu:

### **1. Bagi Guru**

Yaitu dapat digunakan umpan balik untuk melakukan pembelajaran dalam

meteri lompat jauh, sehingga tujuan pembelajaran tercapai.

## **2. Bagi Siswa**

Siswa mampu meningkatkan kemampuan dalam melakukan lompat jauh, melalui pembelajaran dengan pendekatan bermain agar dapat menimbulkan kepercayaan diri sehingga tidak malas dan ragu lagi dalam mengikuti pembelajaran.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat melanjutkan penelitian ini ke tahap skala besar karena penelitian ini hanya terbatas pada usia tertentu dan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

## **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. Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik. Lompat jauh adalah keterampilan gerak berpindah dari suatu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan ke depan sejauh mungkin. (Prahardika & S, 2014)
2. Permainan lompat katak menurut (Ardiwinata, 2016) permainan untuk bermain dilakukan guna mengisi waktu luang dan bersifat hiburan yang pada umumnya dilakukan oleh anak-anak. Jadi yang dimaksud dengan permainan lompat katak 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.