

I. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Belajar

Ahmadi (2004 : 128) mengemukakan : “Menurut pengertian secara psikologi, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan di dalam tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya”. Sedangkan menurut Suparno (2001 : 2) mengungkapkan “ Belajar merupakan aktifitas yang menimbulkan perubahan yang relatif permanen sebagai akibat dari upaya-upaya yang dilakukannya”.

Berdasarkan pendapat tersebut jelas bahwa belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik, yang proses perubahan tersebut salah satunya melalui sekolah-sekolah yang ada di lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, secara alami anak didik juga menjadi aktif karena adanya motivasi dan didukung oleh bermacam kebutuhan. Anak didik dipandang sebagai organisme yang mempunyai potensi untuk berkembang dan tugas guru adalah membimbing dan menyediakan kondisi agar anak didik dapat mengembangkan bakat dan potensinya, keadaan ini dapat menjadikan siswa lebih aktif dan kreatif.

B. Tujuan Belajar

Menurut *Peter Kline dalam Gordon Dryden dan Dr. Jeannette Vos*, (2002 : 22), belajar akan efektif, jika dilakukan dalam suasana menyenangkan (*fun and enjoy*), maka perlu diciptakan suasana dan sistim (kondisi) belajar yang kondusif, di samping faktor lain yang akan menentukan hasil belajar siswa. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah faktor pengajar/pendidik. Oleh sebab itu, mengajar yang diartikan sebagai suatu usaha menciptakan sistem lingkungan, harus memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang *fun and*

enjoy. Sistem lingkungan belajar itu sendiri dipengaruhi berbagai komponen yang masing-masing akan saling mempengaruhi.

Komponen-komponen itu antara lain tujuan pembelajaran, bahan kajian yang diajarkan, guru dan siswa yang memainkan peranan serta hubungan sosial tertentu, jenis kegiatan yang dikembangkan, metode pembelajaran, serta media pembelajaran yang dipilih. Komponen-komponen sistem lingkungan itu saling mempengaruhi secara bervariasi sehingga setiap peristiwa belajar memiliki profil yang utuh dan kompleks. Masing-masing profil sistem lingkungan belajar diperuntukan untuk tujuan-tujuan yang dengan kata lain untuk mencapai tujuan belajar tertentu harus diciptakan sistem lingkungan belajar yang tertentu pula.

C. Pengertian Mengajar

Pengertian mengajar menurut Hustarda dan Saputra (2002 : 2), “Mengajar merupakan suatu proses yang sangat kompleks. Guru berperan tidak hanya sekedar menyampaikan informasi kepada siswa tetapi juga guru harus berusaha agar siswa mau belajar. Karena mengajar merupakan upaya yang disengaja, maka guru harus lebih dahulu mempersiapkan bahan yang akan disajikan kepada siswa”. Upaya yang guru lakukan ini dimaksudkan agar tujuan yang telah dirumuskan dapat dicapai. Oleh karena itu, di samping guru harus menguasai materi pelajaran guru juga dituntut memiliki kesabaran dan kecintaan dalam memahami dan mengelola proses pembelajaran, hal inilah yang menjadi kata kunci suksesnya proses belajar mengajar di sekolah.

D. Hakikat Belajar Keterampilan Motorik

Pendidikan jasmani adalah dari “physical education” merupakan bagian integral dari system pendidikan yang tidak dapat dipisahkan dari program pendidikan. Pendidikan jasmani adalah

suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh/ meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai-nilai dan sikap positif bagi setiap warga Negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Syaripudin, Mahadi, 1993:4 dan Rijdsdorop (1971), Mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah pergaulan pada gerak dalam bidang gerak dan kebugaran. Tujuan pendidikan jasmani adalah membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif, dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktivitas jasmani, agar dapat :

- a. Memacu pertumbuhan termasuk bertambahnya tinggi badan dan berat badan secara harmoni.
- b. Mengembangkan kesehatan dan kebugaran jasmani, keterampilan gerak dan cabang olahraga.
- c. Mengerti akan pentingnya kesehatan, kebugaran jasmani dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental.
- d. Mengerti peraturan dan dapat melewati pertandingan cabang-cabang olahraga;
- e. Mengerti dan dapat menerapkan prinsip-prinsip pengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan dan keselamatan dalam kehidupan sehari-hari.
- f. Menumbuhkan sikap positif dan mampu mengisi waktu luang. (Syarifuddin, Mahadi, 1993:4).

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada peserta didik berupa aktivitas jasmani, bermain dan atau olahraga yang direncanakan secara sistematis, dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan guna merangsang

perkembangan fisik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral. Pembekalan pengalaman belajar itu di arahkan untuk membina dan sekaligus untuk membentuk gaya hidup sehat dan aktivitas sepanjang hayat. Salah satu dari tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah mengembangkan keterampilan gerak. Dalam perkembangannya melalui suatu pembinaan yang sistematis dan teratur. Proses pembelajaran harus sejalan dengan kematangan siswa dalam usia maupun fisik perlu dibedakan antara setiap umur dari masa balita, anak-anak, masa remaja, dewasa dan tua.

Dengan demikian tahap perkembangan anak dalam hal ini usia sekolah dasar merupakan proses belajar gerak dasar, bila kemampuan gerak dasar umum telah dikuasai maka untuk mempelajari gerak kelanjutannya akan lebih mudah untuk diarahkan guna mempelajari keterampilan yang lebih tinggi dalam hal ini mempelajari bentuk-bentuk gerakan suatu cabang olahraga. Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai proses pertumbuhan dan perkembangan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia, prestasi yang optimal yang akan diperoleh dari bentuk-bentuk gerakan yang terdapat aktivitas permainan yaitu lempar bola adalah akibat dari pendidikan jasmani.

E. Media Pembelajaran

Media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata Medium yang secara Harfiah berarti perantara atau pengantar (Arief Sadiman, 2005: 6). Menurut I Gede Sugianta (2005) kaitan media dengan pembelajaran, media sebagai suatu perantara atau pengantar pesan-pesan atau materi ajar dari guru kepada siswa. Dari pendapat diatas adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan informasi dari sumber informasi kepada penerima

informasi. Bila media sebagai sumber belajar maka materi yang dikemas dalam suatu media dalam penyampaian akan diinformasikan melalui media, sehingga materi akan lebih mudah dipahami dan dimengerti.

Dalam hal ini guru harus pandai memilih media pendidikan yang sesuai situasi dan kondisi yang dihadapi, sesuai dengan yang dikemukakan oleh Hamamik (1987:7) tentang memilih media yang memenuhi syarat adalah sebagai berikut :

- a. Rasional, sesuai dengan akal dan mampu dipikirkan oleh kita.
- b. Ilmiah, sesuai dengan perkembangan akal dan mampu dipikirkan.
- c. Ekonomis, sesuai dengan kemampuan pembiayaan yang ada, hemat.
- d. Praktis, dapat digunakan dalam kondisi praktek di lapangan.
- e. Fungsional, berguna dalam pembelajaran, dapat digunakan oleh guru dan siswa.

Dengan adanya syarat-syarat tersebut diharapkan seorang guru tidak ragu-ragu untuk menentukan pilihannya mengenai media atau alat bantu dalam pembelajaran.

F. Alat Modifikasi

Alat atau media pembelajaran adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menunjang pelaksanaan dalam proses pembelajaran itu sendiri. dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat pembelajaran dinilai sangat penting, karena dengan adanya alat pembelajaran maka bahan atau materi yang disampaikan dapat dengan mudah dipahami oleh siswa. Dalam proses belajar mengajar alat pembelajaran dipergunakan dengan tujuan membantu guru agar proses belajar siswa lebih berhasil dalam proses pembelajaran dan efektif serta efisien.

Hamalik dalam ArsyadAzhar (2005: 15) mengemukakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran saat itu.

Menurut Bahagia dan Suherman (2000:41) modifikasi merupakan salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*) termasuk didalamnya *body scaling* atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar. Penggunaan alat modifikasi diharapkan dapat memotivasi anak melakukan tugas gerak yang diberikan, sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani yang diharapkan tercapai.

Slameto (1995: 12) menyatakan proses belajar dikatakan berhasil apabila ada perubahan pada diri anak berupa perubahan perilaku yang menyangkut pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran peserta didik harus menunjukkan kegembiraan, semangat yang besar dan percaya diri.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani agar tercipta suatu pembelajaran yang mencerminkan rasa kegembiraan, semangat yang tinggi dan percaya diri pada siswa, maka guru harus berperan untuk mempertahankan kelangsungan proses belajar mengajar, guna tercapainya tujuan belajar yang sudah ditetapkan, yaitu dengan cara guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan tugas geraknya, misalnya dengan cara

memodifikasi berat-ringannya, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya dan panjang-pendek peralatan yang digunakan. (Bahagia dan Suherman, 2000:48).

Secara garis besar tujuan modifikasi adalah :

1. mengatasi keterbatasan akan sarana dan prasarana pendidikan jasmani,
2. mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik,
3. mendukung tercapainya tujuan pembelajaran yang efektif,
4. mengurangi resiko cedera akibat proporsi antara sarana pembelajaran dan kondisi fisik yang tidak seimbang.

Alat modifikasi yang akan digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah berupa botol plastik dan bola plastik. Berdasarkan dari segi kegunaannya, alat modifikasi tersebut dibuat dengan jumlah yang cukup banyak sehingga memberikan kesempatan yang banyak pula bagi siswa untuk melakukan pengulangan dalam pembelajaran gerak dasar memukul dalam permainan bola bakar yang diajarkan, sehingga proses pembelajaran yang terjadi menjadi efektif dan efisien. Selain itu, dengan menggunakan alat modifikasi yang memiliki karakteristik bentuk dan ukuran lebih ringan dapat memudahkan siswa dalam memukul bola, sehingga dengan menggunakan alat modifikasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar memukul pada siswa kelas V SD Negeri 2Way Gubak Kecamatan Panjang Bandar Lampung.

G. Permainan Bola Bakar

a. Pengertian Bola Bakar

Bola bakar termasuk dalam jenis olahraga permainan dengan menggunakan bola kecil atau permainan bola kecil. Bola bakar adalah permainan beregu (tim) yang dimainkan oleh dua regu,

masing-masing regu terdiri dari 12 pemain, bagi regu yang mendapatkan pemukul disebut regu pemukul atau regu pemain, dan bagi regu yang melampungkan bola dan menjaga dilapangan disebut regu jaga.

Bola bakar dimainkan dilapangan yang rata berbentuk empat persegi panjang dimana lebar dan panjangnya kurang lebih berbanding 1 dengan 2. Permainan bola bakar dilakukan dua babak dimana antara babak pertama dan kedua dengan diberi waktu untuk istirahat. Regu yang dinyatakan menang adalah regu yang sampai akhir permainan lebih banyak mengumpulkan nilai. Dalam permainan bola bakar ini dipergunakan bola dan alat pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan bola bakar dipimpin oleh seorang wasit yang dibantu oleh 3 orang pembantu wasit dan seorang penulis nilai.

b. Alat –alat Bola Bakar

1) Kayu Pemukul

Kayu Pemukul Terbuat dari kayu, dengan panjang 50-60 cm. Penampangnya berbentuk bulat atau bulat telur, untuk yang bulat garis tengahnya 3,5 cm, dan yang berbentuk bulat telur lebarnya 5 cm dan tebalnya 3,5 cm.

2) Bola

Berat bola 80 gram berbentuk bulat bergaris tengah 7 cm, bola memiliki bahan yang elastis dan tidak terlalu keras.

3) Tiang Hinggap

Dalam permainan terdapat 3 buah tiang hinggap , 1 tiang pertolongan dan 2 buah tiang bebas. Dua buah tiang hinggap terbuat dari besi atau bambu dengan panjang 1,5 -2 meter dengan ujung bagian atas bengkok melingkar.

4) Tiang Bendera Batas

Pada keempat sudut batas lapangan dan pertengahan garis sampingdipancangkan tiang bendera batas yang berjumlah enam buah dengan tinggi 1,5 meter.

5) Pen Besi

Pen besi panjangnya kurang lebih 17 cm banyaknya paling sedikit 20 buah, pen besi digunakan untuk membuat garis batas dengan tali.

H. Memukul bola

Memukul bola bkar bukanlah gerakan yang dilakukan dengan sembarangan. Melainkan gerakan yang terencana dan diorganisasikan untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Diperlukan teknik permainan bola bakar yang baik serta latihan yang berulang-ulang dengan pelaksanaan gerakan yang baik.

a. Cara mengambil awalan

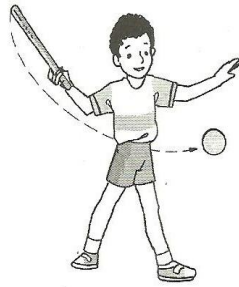
Tujuan utama dari pengambilan awalan adalah untuk mendapatkan hasil pukulan yang benar.Cara melakukannya :

- a) Siswa mencoba beberapa kali memukul tanpa awalan.
- b) Bila sudah menemukan cara memukul dengan mendatar, barulah mulai dengan cara memukul cepat/keras.
- c) Teknik memukul adalah mirip dengan memukul pada permainan bola kecil lainnya.
- d) Kecepatan meningkat terus menerus sampai mencapai titik pukulan.

b. Teknik pada saat pukulan

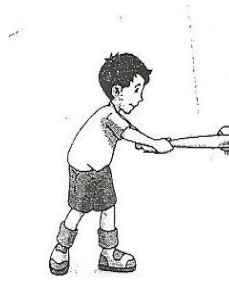
Adapun cara melakukannya adalah :

- a) Cara ini diperoleh dengan titik berat badan ke belakang, tangan kanan lurus ke belakang lalu ayunkan berat badan ke depan dengan tumpuan kaki kanan bersamaan gerakan tangan lurus sebagai tumpuan kaki kiri.



Gambar 1. Teknik pada saat pukulan

- b) Kaki kiri di depan untuk keseimbangan badan kaki kanan untuk tumpuan pada saat memukul.



Gambar 2. Perkenaan stik pemukul dengan bola saat tahap memukul

- c) Saat kaki kanan tegak kemudian badan dorong ke depan untuk memberikan kekuatan pada pukulan.

I. Kerangka Pikir

Menurut Prof. Dr. Winarno Surakhmad M.Sc.Ed. Anggapan dasar atau Postulat adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyelidik. Dikatakan selanjutnya bahwa setiap penyelidik dapat merumuskan postulat yang berbeda-beda. Seorang

penyidik mungkin meragu-ragu sesuatu anggapan dasar yang oleh orang lain diterima sebagai kebenaran. Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa anggapan dasar adalah suatu hal yang diyakini kebenarannya oleh peneliti harus dirumuskan secara jelas.

J. Hipotesis

Hipotesis adalah alat yang sangat besar kegunaannya dalam penyelidikan ilmiah, karena merupakan petunjuk ke arah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Dengan menggunakan media alat bantu berupa botol plastik dapat meningkatkan pembelajaran gerak dasar memukul bola bakar pada siswa kelas V SD Negeri 2Way Gubak Kecamatan Panjang Bandar Lampung.
2. Dengan menggunakan media alat bantu berupa bola plastik dapat meningkatkan pembelajaran gerak dasar memukul bola bakar pada siswa kelas V SD Negeri 2Way Gubak Kecamatan Panjang Bandar Lampung.