

A. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan. Untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani itu sendiri maka tentu saja aktivitas jasmani yang diberikan pada jam pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah tidaklah cukup. Karena terbatasnya alokasi waktu dalam kurikulum sehingga aktivitas jasmani yang diberikan belum secara keseluruhan mengembangkan kebugaran ataupun keterampilan.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan wahana pengembangan motorik, pengetahuan dan penghayatan nilai-nilai moral yang bermuara pada pengembangan jiwa peserta didik secara utuh. Isi dari pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan memuat berbagai permainan olah gerak jasmani yang dapat merangsang peserta didik untuk menjadi aktif dan kreatif sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Masa anak-anak merupakan masa dimana pertumbuhan dan perkembangan organ-organ tubuhnya sedang berlangsung dan bersifat terpadu. Perkembangan yang satu berkaitan erat dan mempengaruhi aspek perkembangan yang lain. Pada usia sekolah

dasar perkembangan fisik merupakan kepedulian guru. Pada usia sekolah dasar perkembangan fisik akan amat erat kaitannya dengan perkembangan kognitif. Melalui aktivitas fisik mereka mampu menghayati konsep-konsep yang belum dikenalnya. Disinilah pendidikan jasmani ikut andil bagian dalam perkembangan seorang anak. Menurut pakar pendidikan jasmani Amerika Serikat, Nixon dan Jewett, pendidikan jasmani adalah satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas dasar kemauan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial.

Oleh karena itu, dibutuhkan suatu pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan gerak yang sangat berguna untuk melakukan keterampilan gerak dasar. Untuk merangsang peserta didik dalam melakukan kemampuan gerak tersebut diperlukan sebuah alat. Salah satunya adalah dengan menggunakan permainan yang menarik perhatian siswa. Permainan merupakan salah satu materi yang diberikan disekolah dasar. Permainan dapat dikelompokkan berdasarkan, jumlah pemainnya, sifat permainan, berdasarkan alat yang dipakai, besarnya bola yang dipakai. Permainan bola kecil di antaranya kasti Bola bakar dan lain-lainnya.

Permainan mempunyai manfaat yang sangat besar bagi mereka yang memainkannya karena adanya pengaruh positif, baik terhadap individu maupun kelompok terutama terhadap aspek fisik, mental dan moral. Permainan sangat besar pengaruhnya bagi pertumbuhan dan perkembangan anak terutama karena karakteristik permainannya yang mengutamakan kerjasama kelompok dan dapat mengembangkan kemampuan penalaran disamping dapat mengembangkan kemampuan gerak, sikap serta kebugaran jasmani. Permainan bagi anak-anak merupakan suatu kebutuhan hidup setiap hari sebagaimana kebutuhan terhadap makan dan minum. Pada saat bermain, semua

fungsi faal anak dilatih, baik fungsi-fungsi rohani dan fungsi jasmani. Semakin banyak kesempatan anak bermain makin sempurna adalah penyesuaian anak terhadap keperluan hidup dalam masyarakat.

Salah satu teknik dasar yang diperlukan untuk dikembangkan dalam permainan bola tangan adalah teknik lemparan. Adapun macam-macam gerak dasar lemparan pada bola tangan adalah : lemparan dengan satu dan dua tangan dari atas bahu, atas kepala, samping, serta lemparan melayang. Lemparan melayang adalah melempar bola dengan tolakan salah satu kaki yang terkuat dan biasa digunakan dalam menolak dan mendarat dengan kedua kaki siku kaki ditebuk dan ngeper agar menjaga keseimbangan dan mencegah terjadinya cedera, lengan ditarik jauh ke belakang.

Lemparan melayang (*The flying shot*) adalah melempar bola dengan awalan 2- 3 langkah dengan satu tangan dari atas samping kepala dapat digunakan saat kita akan shooting ke gawang. Dengan lemparan melayang maka kita dapat melemparkan bola ke arah gawang dengan kuat, cepat, dan tepat. *The flying shot* merupakan senjata ampuh dalam permainan dan cara menembak ini adalah cara yang paling efektif untuk memasukkan bola ke gawang lawan, bila dibandingkan dengan cara menembak yang lain (dan juga paling baik untuk dipandang). Aspek penting yang perlu diperhatikan ialah irama langkah. Pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola dengan baik dan kemudian melakukan awalan 3 langkah (5 langkah bila bola ditangkap pada saat penembak sedang di udara) yang diijinkan sebelum melompat pada langkah yang terakhir. Pada waktu melakukan lompatan, pemain harus dapat mengkonsentrasikan diri untuk melompat cukup jauh ke depan dan juga cukup tinggi, dan kemudian mempertahankan sikap melayang selama mungkin, sebelum menembakkan/melepaskan bola. Menembak dengan cara ini, memberikan

keuntungan bagi penembak yaitu memperpendek jarak lemparan dan juga daya tembaknya akan lebih bertenaga/lebih keras

Berdasarkan pengalaman mengajar 20 tahun di SMP penulis menemukan beberapa persoalan dalam bermain bola tangan khususnya lemparan melayang pada hal gerak dasar ini adalah dasar-dasar untuk dapat bermain bola tangan yang baik dan efektif. Beberapa persoalan dalam pembelajaran bola tangan tersebut di antaranya adalah: 1) ada sebahagian anak yang sukar pada waktu melakukan tolakan, 2) posisi tubuhnya pada saat melempar tidak seimbang, 3) pada saat akan melempar lengan tidak ditarik jauh kebelakang agar mendapatkan lemparan yang maksimal. 4) selama ini penulis pada waktu pembelajaran selalu menggunakan alat-alat yang standart. Setelah penulis melajut study S1 di Unila ternyata sarana dan prasarana pembelajaran dapat dimodifikasi asal tidak menghilangkan karakteristik, bentuk, fungsi, tujuannya.

Berdasarkan paparan persoalan pada pembelajaran bola tangan khususnya lemparan melayang di SMP PGRI 1 Talang Padang dengan Kerteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 67 teridentifikasi sebagai berikut: 1) ada sebahagian anak yang sukar pada waktu melakukan tolakan 25 %, 2) posisi tubuhnya pada saat melempar tidak seimbang 36 %, 3) pada saat akan melempar lengan tidak ditarik jauh kebelakang agar mendapatkan lemparan yang maksimal 39%. Secara umum yang tuntas meneurut KKM di sekolah kami adalah sekitar 14 %, dan yang belum tuntas meneurut KKM di sekolah kami adalah sekitar 86 %.

Berdasarkan persoalan di atas maka penulis sangat tertarik untuk menindak lanjuti persoalan tersebut mengkaji secara ilmiah yaitu dengan penelitian. Penelitian yang akan penulis lakukan adalah penelitian yang dapat menindak lanjuti perbaikan pembelajaran yaitu

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) karena persoalan ini terletak di kelas VII B SMP PGRI 1 Talang Padang. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis memandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Peningkatan Gerak Dasar **Lemparan Melayang** Dalam Bola Tangan Dengan **Modifikasialat Pembelajaran** di SMP PGRI 1 Talang Padang Tahun Pelajaran 2012/2013”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Masih kurangnya Bola Tangan untuk pelaksanaan pembelajaran bola tangan.
2. Rendahnya kemampuan lemparan melayang pada bola tangan untuk siswa SMP PGRI 1 Talang Padang.
3. Posisi tubuhnya pada saat melempar tidak seimbang pada pelaksanaan lemparan melayang pada bola tangan.
4. Sukar pada waktu melakukan tolakan pada pelaksanaan lemparan melayang pada bola tangan.
5. Pada saat akan melempar lengan tidak ditarik jauh kebelakang pada pelaksanaan lemparan melayang pada bola tangan.
6. Kurangnya siswa menggunakan gerak dasar lemparan melayang dalam bermain bola tangan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan **latar belakang dan** identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah ini adalah ”Peningkatan Gerak Dasar **Lemparan**

Melayang Dalam Bola Tangan Dengan **Modifikasi** alat Pembelajaran di SMP PGRI 1 Talang Padang Tahun Pelajaran 2012/2013”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah modifikasi alat pembelajaran dapat memperbaiki pembelajaran lemparan melayang pada bola tangan di SMP PGRI 1 Talang Padang tahun pelajaran 2012/2013?.
2. Apakah modifikasi alat pembelajaran bola terbuat dari kertas di isi busa dan keset dapat memperbaiki pembelajaran lemparan melayang dalam bola tangan pada siswa SMP PGRI 1 Talang Padang?.
3. Apakah modifikasi alat pembelajaran bola plastik yang diisi busa dan bilah/simpai dapat memperbaiki pembelajaran lemparan melayang?.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka dapat dirumuskan tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Untuk memperbaiki pembelajaran lemparan melayang dalam bola tangan dengan modifikasi bola dan keset untuk memperbaiki langkah dan tolakan pada lemparan melayang dalam bola tangan.
2. Untuk memperbaiki pembelajaran lemparan melayang dalam bola tangan dengan modifikasi alat pembelajaran bola plastik yang diisi busa dan dapat memperbaiki pembelajaran lemparan melayang dalam bola tangan.

F. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Bagi siswa

Meningkatkan keterampilan gerak dasar lemparan melayang pada permainan bola tangan.

2. Bagi guru atau tenaga pendidik

Sebagai bahan masukan bagi para guru dalam mengembangkan pembelajaran bola tangan.

3. Bagi sekolah

Untuk memberikan masukan program latihan lemparan melayang pada kegiatan ekstrakurikuler bola tangan agar dapat meningkatkan prestasi yang akan dicapai.

4. Bagi Lembaga Universitas Lampung FKIP khususnya program studi Penjaskes Sebagai

bahan acuan dan pengembangan bagi para mahasiswa dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.