

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu pelajaran yang wajib diajarkan disetiap jenjang pendidikan, seperti halnya termasuk ditingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Melalui Pendidikan Jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Untuk mencapai tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang diharapkan, maka seorang guru Pendidikan Jasmani dituntut untuk dapat menyajikan materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan baik dan menyenangkan, sehingga siswa merasa tertarik dengan pembelajaran yang dilakukan di sekolah.

Melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah, siswa dituntut untuk dapat menguasai dan memahami keterampilan gerak dasar dari setiap materi cabang olahraga yang diajarkan. Untuk mencapai tujuan tersebut, seorang guru Pendidikan Jasmani harus memiliki inisiatif, kreatifitas dan kemampuan menggunakan ataupun menciptakan alat pembelajaranyang sesuai dan sederhana sehingga menghasilkan suatu inovasi baru dalam proses pembelajaran yang dapat menjadikan siswa lebih bergairah dan semangat dalam proses pembelajaran. Selain itu, guru Pendidikan Jasmani harus bertindak secara kreatif dalam menentukan model pembelajaran yang tepat, sehingga siswa menjadi lebih inovatif, kreatif dan terampil serta

siswa dapat dengan mudah memahami dan menguasai keterampilan gerak yang diajarkan dalam Pendidikan Jasmani.

Namun, hingga saat ini masih jarang sekali ditemukan guru Pendidikan Jasmani di sekolah yang menggunakan dan menciptakan suatu alat pembelajaran yang dimodifikasi ke dalam bentuk yang sederhana. Pada kenyataannya, masih banyak dijumpai guru Pendidikan Jasmani yang menyamakan arti antara Pendidikan Jasmani dan olahraga, sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani yang terjadi di sekolah-sekolah saat ini masih berorientasi pada pencapaian prestasi melalui penguasaan teknik dasar dengan benar yang berpacu pada penggunaan alat pembelajaran dengan bentuk dan ukuran yang standar, padahal pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sebenarnya adalah berorientasi pada pemahaman dan penguasaan keterampilan melalui pemahaman konsep gerak dasar siswa dengan baik yang berpacu dengan penggunaan alat pembelajaran yang diubah ke dalam bentuk yang lebih sederhana namun tetap menyerupai bentuk alat pembelajaran yang sebenarnya tanpa mengurangi fungsi dan kegunaannya. Fenomena tersebut yang terjadi di sekolah-sekolah saat ini tentunya sangatlah bertolak belakang dengan arti pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sebenarnya, sehingga hal tersebut mengakibatkan tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sebenarnya belum dapat dicapai dengan optimal.

Untuk dapat menciptakan suatu alat pembelajaran yang sederhana diperlukan suatu kemampuan memodifikasi alat pembelajaran yang akan digunakan dengan tepat. Modifikasi adalah pengubahan ke dalam bentuk yang sederhana dan disesuaikan dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa. Selain itu, proses pengubahan tersebut dibuat dan disesuaikan dengan kondisi kelas yang menekankan pada suasana menggembirakan dan mempermudah siswa untuk memahami perbendaharaan gerak dalam mengembangkan suatu

keterampilan. Dengan alat pembelajaran yang dimodifikasi, siswa diharapkan akan lebih merasa tertarik dan ingin tahu lebih banyak tentang materi yang akan diajarkan sehingga siswa termotivasi untuk melakukan suatu aktivitas gerak.

Untuk mencapai hal tersebut, tentunya materi-materi dalam Pendidikan Jasmani dari tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA) telah diatur dalam program pembelajaran Pendidikan Jasmani. Seperti halnya materi pembelajaran Pendidikan Jasmani yang diajarkan di SMP, sesuai dengan program pembelajaran yang digunakan, materi pembelajaran Pendidikan Jasmani ditingkat SMP adalah permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik, senam lantai, beladiri, kebugaran Pendidikan Jasmani, senam irama, pembelajaran *aquatik* atau renang serta tentang kesehatan dan lingkungan hidup.

Salah satu materi pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP, yaitu atletik. Materi pembelajaran atletik yang diajarkan untuk siswa SMP, yaitu nomor jalan, lari, lempar dan lompat. Bentuk pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk cabang atletik nomor lempar yang diajarkan pada siswa SMP salah satunya adalah lempar lembing, baik dengan gaya langkah silang (*cross step*) ataupun langkah jingkat (*hop step*). Bentuk pembelajaran dasar dalam materi lempar lembing pada siswa SMP adalah pembelajaran tentang macam-macam gerak dasar dalam lempar lembing. Hal tersebut bertujuan agar siswa dapat memahami dan menguasai keterampilan gerak dasar dari pembelajaran lempar lembing yang terdiri dari sikap awal, awalan, sikap lempar, pelepasan lembing dan sikap akhir. Melalui rangkaian kegiatan pembelajaran gerak dasar lempar lembing tersebut, setiap siswa diharapkan dapat mempraktikkan gerak dasar lempar lembing dengan rangkaian gerak dasar dan jarak

lemparan yang baik. Rangkaian gerak dasar lempar lembing merupakan satu kesatuan rangkaian gerak dasar yang utuh dan cukup kompleks, karena untuk dapat melaksanakan rangkaian gerak dasar tersebut diperlukan suatu koordinasi yang baik antara mata, lengan, tungkai dan badan. Untuk mendapatkan suatu rangkaian gerak dasar dan lemparan yang baik ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu persiapan, percepatan langkah dan besarnya sudut lemparan. Faktor lain yang mendukung, yaitu kesiapan seorang pelempar untuk melakukan suatu gerak dasar lempar lembing yang baik dengan penguasaan pemahaman rangkaian gerak dasar lempar lembing yang baik juga. Selain itu, cara membawa dan memegang lembing dengan baik dan benar pun merupakan suatu kunci keberhasilan untuk menghasilkan suatu lemparan yang baik pada nomor lempar lembing.

Berdasarkan macamnya, cara memegang lembing ada tiga, yaitu cara Amerika, cara Finlandia dan cara menjepit (tang). Sedangkan cara membawa lembing terdiri dari tiga macam, yaitu dibawa di atas bahu dengan mata lembing mengarah serong ke atas; dibawa di muka bahu dengan mata lembing mengarah serong ke bawah; dibawa dengan cara lembing berada di bawah, lengan kanan yang memegang lembing lurus ke bawah, mata lembing arahnya serong ke atas, ekor lembing dekat dengan tanah. Untuk awalan sikap lempar pada lempar lembing terdapat dua gaya, yaitu melempar dengan gaya langkah silang (*cross step*) dan gaya langkah jingkat (*hop step*).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis di SMP Negeri 14 Bandar Lampung, penulis memperoleh informasi bahwa hasil belajar Pendidikan Jasmani pada materi pembelajaran keterampilan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 10 kelas, yaitu di kelas VIII.1

dengan jumlah siswa 34 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 26,47%, di kelas VIII.2 dengan jumlah siswa 35 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 17,14%, di kelas VIII.3 dengan jumlah siswa 37 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 48,65%, di kelas VIII.4 dengan jumlah siswa 37 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 32,43%, di kelas VIII.5 dengan jumlah siswa 36 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 41,67%, di kelas VIII.6 dengan jumlah siswa 38 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 36,84%, di kelas VIII.7 dengan jumlah siswa 35 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 28,57%, di kelas VIII.8 dengan jumlah siswa 34 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 32,35%, di kelas VIII.9 dengan jumlah siswa 34 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 26,47%, di kelas VIII.10 dengan jumlah siswa 33 orang diperoleh tingkat ketuntasan belajar sebesar 39,39%. Berdasarkan informasi hasil tingkat ketuntasan belajar keterampilan gerak dasar lempar lembing yang diperoleh penulis dari masing-masing kelas VIII di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012 tersebut, kelas VIII.2 adalah kelas yang tergolong rendah dalam penguasaan keterampilan gerak dasar lempar lembing. Kemudian setelah dilakukan observasi dan pengamatan serta penilaian secara objektif oleh penulis pada hasil belajar gerak dasar lempar lembing pada materi pokok cabang atletik di kelas VIII.2 diperoleh hasil hanya 17,14% peserta didik yang dapat dinyatakan mampu menguasai gerak dasar lempar lembing dengan baik dan benar. Artinya, hanya 6 peserta didik di kelas VIII.2 yang mendapatkan nilai sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut, yaitu ≥ 70 . Hal tersebut merupakan suatu pertanda bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani cabang atletik pada nomor lempar lembing di kelas VIII.2 tersebut belum mencapai ketuntasan belajar yang optimal.

Berdasarkan permasalahan yang terjadi, perlu ditelusuri mengenai faktor yang menyebabkan rendahnya hasil belajar gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII.2 di sekolah tersebut. Dari hasil observasi yang dilakukan oleh penulis, dapat diketahui bahwa dalam menyampaikan materi yang diajarkan selama ini masih bersifat konvensional dan dalam proses pembelajarannya guru di sekolah tersebut hanya menggunakan alat pembelajaran berupa lembing yang jumlahnya terbatas, yaitu hanya dua buah lembing yang terdiri dari satu lembing putra dan satu lembing putri. Melalui cara mengajar yang masih bersifat konvensional dengan menggunakan alat pembelajaran yang terbatas, penulis melihat bahwa siswa terlihat bersifat pasif saat proses pembelajaran berlangsung, karena mereka tidak memiliki banyak kesempatan untuk mencoba dan melakukan gerak dasar yang diajarkan oleh guru. Sehingga pengalaman belajar siswa sangat kurang sekali dan apa yang mereka pahami dari proses pembelajaran tersebut menjadi terbatas, akibatnya hasil belajar gerak dasar lempar lembing siswa belum optimal karena kesempatan belajar yang diperoleh siswa untuk menguasai gerak dasar lempar lembing hanya berapa kali saja dan siswa tidak dapat mengaplikasikan gerak dasar yang diajarkan dengan baik dan benar. Selain hal tersebut, lempar lembing merupakan salah satu materi pembelajaran atletik yang dinilai siswa kelas VIII.2 cukup sulit untuk dipelajari karena memiliki komponen gerak dasar yang kompleks dan memerlukan koordinasi yang baik terutama pada gerakan dalam tahap sikap lempar dan tahap pelepasan lembing, sehingga mereka merasa sulit untuk menguasai gerak dasar lempar lembing secara baik dengan alokasi waktu dan kesempatan yang terbatas. Secara garis besar kesulitan yang dihadapi oleh siswa kelas VIII.2 pada tahap sikap lempar adalah saat menentukan irama langkah sedangkan pada tahap pelepasan lembing siswa merasa sulit dalam menentukan kapan saat yang tepat bagi mereka untuk melakukan fase penarikan dan

pelepasan lembing yang mereka bawa. Selain kesulitan dalam hal menguasai rangkaian gerak dasar lempar lembing yang dihadapi oleh siswa tersebut, mereka pun merasa terbebani dengan ukuran panjang dan berat lembing yang dirasa kurang sesuai dengan tingkat pertumbuhan badan mereka.

Dari latar belakang tersebut penulis berfikir bahwa hal tersebut dapat diatasi dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran. Melalui alat pembelajaran yang dimodifikasi, diharapkan dapat mengatasi minimnya alat pembelajaran yang ada di sekolah dan dapat memotivasi sekaligus memberikan kesempatan yang cukup bagi siswa untuk dapat mencoba serta melakukan gerak dasar lempar lembing, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih inovatif. Selain itu, siswa dapat lebih ingin tahu dan lebih ingin mempelajari gerak dasar tersebut secara berulang-ulang, dengan demikian proses pembelajaran yang dilaksanakan akan berjalan efektif sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Menggunakan modifikasi alat pembelajaran berguna untuk mempermudah siswa dalam memahami dan menguasai keterampilan gerak dasar lempar lembing melalui alat pembelajaran yang diubah menjadi lebih sederhana.

Dari permasalahan tersebut, penulis akan melakukan modifikasi alat pembelajaran lempar lembing, yaitu berupa lembing yang dimodifikasi ke dalam bentuk bola berekor dengan 6 keset, tongkat paralon berdiameter $\frac{3}{4}$ inchi berukuran panjang 1,75 meter dengan 6keset dan lembing bambu berukuran dua meter dengan 6 keset.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan

menggunakan modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2011/2012.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis kemukakan, maka permasalahan yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Hasil belajar atletik pada materi gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012 masih rendah.
2. Belum digunakannya modifikasi alat pembelajaran secara optimal dalam proses pembelajaran lempar lembing pada kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012.
3. Kurangnya pemahaman konsep belajar dan partisipasi siswa mengenai gerak dasar lempar lembing terutama pada tahap sikap lempar dan pelepasan lembing.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Ruang lingkup obyek penelitian adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012.
2. Ruang lingkup subyek penelitian adalah siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012.
3. Ruang lingkup tempat penelitian adalah SMP Negeri 14 Bandar Lampung.

4. Ruang lingkup ilmu dalam penelitian adalah efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran berupa bola berekor, tongkat paralon, lembing bambu dan keset.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran bentuk bola berekor dengan 6 keset dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012?
2. Apakah dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran bentuk tongkat paralon berdiameter $\frac{3}{4}$ inchi berukuran panjang 1,75 meter dengan 6 keset dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012?
3. Apakah dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran bentuk lembing bambu berukuran dua meter dengan 6 keset dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan modifikasi alat pembelajaran lempar lembing dalam peningkatan pembelajaran gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2011/2012.

Sedangkan secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran lempar lembing bentuk bola berekor, tongkat paralon, lembing bambudan keset pada siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung.
2. Memberikan inovasi baru dalam pembelajaran lempar lembing di SMP Negeri 14 Bandar Lampung dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran.
3. Mempermudah siswa kelas VIII.2 di SMP Negeri 14 Bandar Lampung untuk menguasai dan memahami pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan baik.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak yang berkepentingan dalam dunia pendidikan dan olahraga. Adapun yang menjadi harapan penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Siswa

Untuk memudahkan siswa dalam belajar Pendidikan Jasmani melalui modifikasi alat pembelajaran, khususnya pada materi pembelajaran atletik nomor lempar lembing.

2. Guru Pendidikan Jasmani

Sebagai informasi atau acuan, bahan masukan dan dapat berguna untuk dijadikan alternatif bagi Guru Pendidikan Jasmani di tingkat SMP dalam proses pembelajaran dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran.

3. Bagi peneliti

Sebagai bahan pengalaman dan pengetahuan mengenai efektivitas pembelajaran gerak dasar lempar lembing menggunakan modifikasi alat pembelajaran.

4. Bagi sekolah

Sebagai informasi dan sumbangan pemikiran untuk kemajuan sekolah dalam bidang akademik, khususnya untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

5. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai bahan pembinaan bagi guru bidang study Pendidikan Jasmani dalam memperbaiki dan meningkatkan mutu praktik pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah.

6. Bagi profesi

Sebagai suatu model pembelajaran yang dapat digunakan di sekolah masing-masing jika sesuai dengan kondisi dan bentuk permasalahan yang dihadapi.