

I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan yaitu dengan proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak sehingga dari pengalaman gerak itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya, dengan demikian keterampilan anak terasah, memiliki pengetahuan, serta ikut berperan aktif dalam proses pembelajaran. (Rusli Lutan 2003:14).

Perubahan jangka pendek dalam pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan anak dalam aktivitas jasmani, sehingga akhirnya terbentuk kebiasaan untuk aktif melakukan kegiatan jasmani. Perubahan ini juga terkait dengan perubahan aspek sikap, motivasi, yang menetap dalam diri anak. (Rusli Ibrahim 2003:40).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan secara menyeluruh, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, keterampilan sosial, kestabilan emosional, penalaran, tindakan moral aspek perilaku hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih, terencana secara sistematis sehingga pembangunan manusia seutuhnya yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotor dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih inovatif, terampil, kreatif, dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian yang tak terpisahkan dari sejarah manusia, pendidikan jasmani berfungsi sebagai barometer kemajuan dan alat ukur cita-cita manusia. Disamping itu pendidikan jasmani juga memberikan manfaat bagi yang melakukannya, selain tubuh menjadi bugar, sehat dan kuat pendidikan jasmani juga dapat dijadikan prestasi serta sebagai profesi hidup. Saat ini banyak orang yang secara profesional yang mendedikasikan hidupnya pada salah satu jenis olahraga seperti tenis, tinju, sepakbola, bulu tangkis, bela diri dan lain-lain.

Dengan keuletan, ketekunan dan kemauan banyak atlet yang berhasil meraih prestasi yang membanggakan. Disamping itu olahraga juga merupakan salah satu cara yang baik untuk

mempererat persahabatan dan persatuan bangsa, hal ini dapat terlihat dari adanya kerjasama antar bangsa dalam kegiatan atau perlombaan dalam bidang olahraga Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani, dan olahraga merupakan sarana dan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih inovatif, terampil, kreatif, dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah mengembangkan keterampilan gerak. Dalam perkembangannya melalui suatu pembinaan yang teratur, dan sistematis. Oleh sebab itu pembelajaran yang baik akan menentukan keberhasilan dalam menciptakan siswa yang memiliki keterampilan gerak yang baik, sedangkan pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang efektif dan efisien.

Seorang guru sering kali dihadapkan pada karakteristik siswa yang beragam dalam satu kelas, seperti jenis kelamin, postur tubuh, motivasi, sifat, dan hobi. Hal ini terjadi pada pembelajaran renang, yaitu keterampilan dasar meluncur, pada siswa kelas V di SD Negeri 5 Sukaraja.

Renang merupakan materi pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang belum begitu populer di masyarakat kita, akan tetapi tidak dapat kita pungkiri bahwa renang menjadi salah satu materi favorit bagi anak-anak sekolah ini dapat dilihat seberapa besar animo anak saat pembelajaran renang di SD Negeri 5 Sukaraja, namun pada kenyataannya hasil pembelajaran renang secara menyeluruh belum memperlihatkan hasil yang baik bahkan cenderung buruk sangat kontradiktif dengan begitu antusiasnya anak pada renang tetapi tidak ada prestasi yang cukup membanggakan, hal ini terjadi karena siswa di SD Negeri 5 Sukaraja kurang terampil dalam teknik-teknik dasar renang terutama melakukan gerakan meluncur ini terjadi karena posisi tubuh yang salah, sehingga gerakan meluncur tidak maksimal, dan arah yang tidak fokus. padahal meluncur adalah penting dalam belajar renang selain untuk menentukan kemenangan setelah kecepatan.

Dari uraian di atas penulis tertarik pada permasalahan yang berhasil penulis amati bahwa pembelajaran renang di SD Negeri 5 Sukaraja masih rendah ini karena kurangnya kemampuan anak melakukan teknik meluncur, arah luncuran yang tidak terkontrol, dan sulitnya alat bantu untuk berenang yang cocok dan memadai.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis uraikan sebelumnya maka dalam hal ini penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan siswa untuk melakukan teknik meluncur dengan posisi atau sikap

tangan yang benar.

2. Kurangnya kemampuan siswa untuk melakukan meluncur dengan posisi atau sikap kaki yang benar.
3. Kurangnya kemampuan siswa untuk melakukan meluncur dengan posisi atau sikap badan dan kepala dengan benar.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis berfokus pada upaya peningkatan kemampuan meluncur dalam renang dengan menggunakan alat bantu pelampung pada siswa kelas V SD Negeri 5 Sukaraja tahun ajaran 2011 -2012.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

- Apakah dengan menggunakan alat bantu pelampung dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar meluncur siswa SD Negeri 5 Sukaraja.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Apakah penggunaan alat bantu pelampung dapat meningkatkan kemampuan gerak meluncur.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi siswa, guru dan juga bagi pembacanya.

- Manfaat bagi siswa :

Manfaat penelitian ini bagi siswa adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak meluncur, menjadi motivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran renang di sekolah, serta menumbuhkan sikap kerjasama dalam proses pembelajaran.

- Manfaat bagi guru :

Manfaat penelitian ini bagi guru adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, Meningkatkan keterampilan dalam pelaksanaan pembelajaran, memotivasi guru untuk selalu berinovasi dalam melaksanakan pembelajaran, dan meningkatkan ketepatan dalam memilih pendekatan pembelajaran.

- Manfaat bagi pembaca :

Manfaat penelitian ini bagi pembaca adalah sebagai informasi yang dapat digunakan sebagai acuan awal bagi penelitian selanjutnya.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah :

1. Penelitian dilakukan di SD Negeri 5 Sukaraja, teluk betung selatan Bandar Lampung, yang meliputi pembelajaran gerak meluncur dalam renang.
2. Upaya meningkatkan pembelajaran gerak meluncur renang gaya bebas melalui penggunaan alat bantu pelampung.

