

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan dapat di peroleh melalui jalur formal, non formal, dan informal. Sekolah adalah sebuah wadah atau lembaga formal untuk belajar dan memberi pelajaran yang disesuaikan dengan kurikulum pendidikan. Disanalah tempat mereka menimba ilmu dan disekolah juga anak-anak belajar berbagai mata pelajaran (Yudiana, 2010: 32).

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka pendidikan nasional. (Depdiknas, 2003). Lebih lanjut Depdiknas (2003) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara

keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga

Dewasa ini pendidikan jasmani dapat diterima secara luas sebagai model “pendidikan melalui aktivitas jasmani”, yang berkembang sebagai akibat dari merebaknya telaahan pendidikan gerak pada akhir abad ke-20 ini dan menekankan pada kebugaran jasmani, penguasaan keterampilan, pengetahuan, dan perkembangan sosial. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa: "pendidikan jasmani adalah pendidikan dari, tentang, dan melalui aktivitas jasmani". Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pengertian Pendidikan Jasmani juga telah disepakati oleh para ahli yang merupakan terjemahan dari istilah asing *Physical Education*. Menurut James Baley dan Field (2001: 19) dalam Subarjah (2001: 10) menekankan bahwa pendidikan fisik yang dimaksud adalah aktivitas jasmani yang membutuhkan upaya yang sungguh-sungguh. Lebih lanjut kedua ahli ini menyebutkan bahwa, Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual, sosial,

kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani.

Khomsin (2000: 24) menyatakan bahwa “Pendidikan Jasmani adalah proses pemenuhan kebutuhan pribadi siswa yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang secara eksplisit dapat terpenuhi melalui semua bentuk kegiatan jasmani yang diikutinya”.

Berdasarkan pengertian ini, maka pelaksanaan penjas di lapangan harus memahami asumsi dasar berikut ini:

1. Penjas adalah proses pendidikan yang berpusat pada siswa.
2. Penjas harus memfokuskan pada keunikan dan perbedaan individu.
3. Penjas harus mengutamakan kebutuhan siswa ke arah pertumbuhan dan kematangan di dalam semua dominan, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor.
4. Hasil penjas harus dikaitkan dengan kebutuhan-kebutuhan yang dicapai secara nyata.
5. Kegiatan fisik yang dilakukan meliputi semua bentuk pengalaman gerak dasar kompetitif dan ekspresif.

Atas dasar uraian di atas maka pendidikan jasmani di sekolah tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga, namun lebih mengutamakan proses perkembangan motorik siswa, sebagai subjek didik dan bukan sebagai objek didik. Pada akhirnya siswa akan menyenangi kegiatan jasmani sepanjang hidupnya, yang sangat berguna bagi diri sendiri, baik untuk masa kini maupun masa depan.

Sedangkan menurut Bucher dalam Khomsin (2000: 29), ada 5 tujuan yang hendak dicapai melalui pendidikan jasmani yaitu organik, neuromuskuler, interperatif, sosial dan emosional. Tujuan pendidikan jasmani di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Organik

Aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa mengembangkan kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular, dan kelentukan.

2. Neuromuskuler

Aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa dalam mengembangkan keterampilan lokomotor, keterampilan nonlokomotor, dan bentuk-bentuk keterampilan dasar permainan.

3. Interperatif

Aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa untuk menyelidiki, menemukan, memperoleh pengetahuan, membuat penilaian, memahami peraturan permainan, mengukur keamanan, dan tata cara atau sopan santun. Menggunakan strategi dan teknik yang termasuk di dalam kegiatan organisasi, mengetahui fungsi-fungsi tubuh dan hubungan dengan aktivitas gerak serta mampu memecahkan permasalahan dan berkembang melalui permainan.

4. Sosial

Aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa melakukan penilaian terhadap diri sendiri dan orang lain dengan menghubungkan individu untuk masyarakat dan lingkungannya. Kemampuan dalam membuat penilaian dalam suatu situasi kelompok. Belajar berkomunikasi dengan

orang lain. Berkemampuan untuk merubah dan menilai ide-ide dalam kelompok. Pengembangan dari fase-fase sosial dari kepribadian, sikap, dan nilai-nilai agar menjadi anggota masyarakat yang berguna.

Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif. Belajar untuk membangun waktu senggang yang bermanfaat. Mengembangkan sikap yang menggambarkan karakter moral yang baik.

5. Emosional

Aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa melakukan respon yang sehat terhadap kegiatan fisik melalui pemenuhan kebutuhan-kebutuhan dasar. Mengembangkan tindakan-tindakan positif dalam menonton dan keikutsertaan baik pada saat berhasil maupun kalah. Menyalurkan tekanan melalui kegiatan-kegiatan fisik yang bermanfaat. Mencari jalan keluar untuk ekspresi dan kreativitas untuk diri sendiri. Mewujudkan suatu pengalaman seni yang berasal dari kegiatan-kegiatan yang terkait. Berkemampuan untuk memiliki kegembiraan atau kesengsaraan.

B. Belajar dan Pembelajaran

1. Pengertian Belajar dan Pembelajaran

Pendidikan di Indonesia baik di sekolah maupun di luar sekolah selalu mengarah kepada tujuan nasional. Tujuan pendidikan nasional terwujud apabila tersedianya suatu perlakuan demi mendukung terwujudnya tujuan yang ingin dicapai. Khususnya pada upaya pembinaan peserta didik melalui pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara

keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas, emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan jasmani. Menurut Supandi, dkk. (1986) dalam Yudiana (2010: 48) memberi penjelasan bahwa "belajar adalah perbuatan manusia yang nampaknya menjadi kebiasaan hidup manusia."

Wahidin (2006: 52) merangkum beberapa konsep belajar yang dapat dijadikan acuan dalam dunia pendidikan, bahwa seseorang dapat dikatakan belajar apabila membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan itu tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam bentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri. Karena itu seorang yang sudah mengalami belajar tidak sama lagi dengan saat sebelumnya, ia akan lebih sanggup menghadapi kesulitan memecahkan masalah atau menyesuaikan diri dengan keadaan. Ia tidak hanya bertambah pengetahuannya, akan tetapi dapat pula menerapkannya secara fungsional dalam situasi hidupnya.

Pembelajaran merupakan suatu proses belajar mengajar. Darmawan (2008: 7) menjelaskan bahwa, "pembelajaran (*instruction*) merupakan akumulasi dari konsep mengajar (*teaching*) dan konsep belajar (*learning*). Penekanannya terletak pada perpaduan antara keduanya, yakni kepada penumbuhan aktivitas subyek didik.". Konsep tersebut dapat dipandang sebagai suatu sistem. Sehingga dalam sistem belajar ini

terdapat komponen-komponen siswa atau peserta didik, tujuan, materi untuk mencapai tujuan, fasilitas dan prosedur serta alat atau media yang harus dipersiapkan.

Sanjaya (2006: 78) menjelaskan kata pembelajaran merupakan terjemahan dari "*instruction*", yang banyak digunakan dalam dunia pendidikan di Amerika Serikat. Istilah ini banyak dipengaruhi oleh aliran psikologi kognitif-holistik, yang menempatkan siswa sebagai sumber dari kegiatan. Selain itu, istilah ini juga dipengaruhi oleh perkembangan teknologi yang diasumsikan dapat mempermudah siswa mempelajari segala sesuatu lewat berbagai macam media seperti bahan-bahan cetak, program televisi, gambar, audio, dan lain sebagainya, sehingga semua itu mendorong terjadinya perubahan peranan guru dalam mengelola proses belajar mengajar, dari guru sebagai sumber belajar menjadi guru sebagai fasilitator dalam belajar mengajar.

2. Prinsip-prinsip Belajar

Banyak teori dan prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh para ahli yang satu dengan para ahli yang lainnya yang memiliki persamaan dan perbedaan. Menurut Mudjiono (1999: 23) membagi Prinsip-prinsip belajar dalam 7 kategori, yaitu a) perhatian dan motivasi, b) keterlibatan langsung, c) pengulangan, d) tantangan, e) penguatan, f) perbedaan individu. Di bawah ini adalah penjelasan dari prinsip-prinsip belajar sebagai berikut:

a. Perhatian dan Motivasi

Perhatian mempunyai peranan yang sangat penting dalam kegiatan belajar. Dari teori belajar pengolahan informasi terungkap bahwa tanpa adanya perhatian tidak mungkin terjadi belajar. Sedangkan motivasi juga mempunyai peranan penting dalam kegiatan belajar. Keaktifan Belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan tidak juga dilimpahkan oleh orang lain. Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri.

b. Keterlibatan Langsung

Dalam belajar melalui pengalaman langsung siswa tidak sekedar mengamati secara langsung dalam perbuatan dan bertanggung jawab terhadap hasil belajarnya.

c. Pengulangan

Di dalam prinsip belajar pengulangan memiliki peranan yang penting, karena mata pelajaran yang kita dapat perlu diadakan pengulangan agar terjadi kesempurnaan dalam belajar. Oleh karena itu prinsip pengulangan masih relevan sebagai dasar pembelajaran dan dalam belajar masih tetap diperlukan latihan-latihan atau pengulangan-pengulangan.

d. Tantangan

Dalam situasi belajar siswa menghadapi suatu tujuan yang ingin dicapai tetapi selalu terdapat hambatan dengan mempelajari bahan ajar, maka timbullah motif untuk mengatasi hambatan itu. Agar pada anak timbul motif yang kuat untuk mengatasi hambatan dengan

- baik, maka bahan belajar harus memiliki tantangan. Tantangan yang di hadapi dalam bahan belajar membuat siswa bergairah untuk mengatasinya. Bahan belajar yang baru mengandung masalah yang perlu dipecahkan membuat siswa tertantang untuk mempelajarinya.
- e. **Balikan atau Penguatan**
Prinsip belajar yang berkaitan dengan balikan dan penguatan terutama ditekankan pada stimulus (rangsangan) dan respon (reaksi).
 - f. **Perbedaan Individu**
Perbedaan individu ini pengaruh pada cara dan hasil belajar siswa, karena perbedaan individu perlu diperhatikan oleh guru dalam upaya pembelajaran di sekolah.

3. Strategi Belajar dan Pembelajaran

Penerapan strategi pembelajaran yang umumnya dilakukan oleh guru, menurut Riyanto (2009: 132) ada tiga tahapan pokok yang harus diperhatikan dan diterapkan, yaitu a) tahap permulaan (*pra-instruksional*), b) tahap pengajaran (*instruksional*), c) tahap penilaian (*evaluasi*). Tiga tahap di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. **Tahap Permulaan (*pra-instruksional*)**
Adalah tahapan persiapan guru sebelum kegiatan pembelajaran dimulai (memeriksa kehadiran siswa, menanyakan materi, apresiasi)
- b. **Tahap Pengajaran (*instruksional*)**
Adalah langkah-langkah yang dilakukan saat pembelajaran berlangsung. Seperti, menjelaskan tujuan pengajaran, menuliskan

pokok-pokok materi yang akan di bahas, membahas pokok-pokok materi yang telah dilakukan/ditulis, menggunakan alat peraga, menyimpulkan hasil pembahasan dari semua pokok materi.

c. Tahap Penilaian dan Tindak Lanjut (*evaluasi*)

Adalah penilaian atas hasil belajar siswa setelah mengikuti pembelajaran dan tindak lanjutnya. Seperti, mengajukan pertanyaan pada siswa tentang materi yang telah di bahas, mengulas kembali materi yang belum dikuasai siswa, memberi tugas atau pekerjaan rumah pada siswa, menginformasikan pokok materi yang akan di bahas pada pertemuan berikutnya.

Dari penjelasan ahli di atas apabila ditarik kesimpulan bahwa mengajar itu merupakan aktivitas yang kompleks dari suatu kegiatan interaksi antara guru dan siswa yang secara khusus dilaksanakan di persekolahan, dengan maksud untuk menyampaikan pengetahuan kepada siswa agar terjadi proses belajar.

C. Belajar Gerak

1. Pengertian Belajar Gerak

Pendidikan Jasmani di seluruh dunia saat ini adalah salah satu dari bidang kurikulum yang berkembang dengan sangat pesat dalam jenjang pendidikan dasar hingga perguruan tinggi. Kebutuhan untuk melengkapi anak-anak dengan pengalaman belajar dalam pendidikan jasmani telah diakui secara universal dan telah mengalami perubahan secara

meyakinkan dalam isi dan strategi mengajarnya. Belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku yang potensial terhadap situasi tertentu yang diperoleh dari pengalaman yang dilakukan secara berulang-ulang. (Hilgard, 1998: 49).

Gerak merupakan hakikat manusia. Bergerak adalah salah satu aktifitas yang tidak akan luput dari kehidupan manusia dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari. Pengertian serta karakteristik belajar gerak berhubungan dengan domain tujuan belajar yang menjadi sasarannya yaitu menyangkut penguasaan keterampilan dan gerak tubuh. Menurut Schmidt (1999: 34) “Belajar gerak adalah serangkaian proses internal berkaitan dengan praktek atau pengalaman yang akan membentuk perubahan permanen relatif terhadap kemampuan untuk merespons”. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, belajar gerak (motorik) merupakan perubahan perilaku motorik berupa keterampilan sebagai hasil dari latihan dan pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permainan dalam perilaku terampil.

2. Tahap Belajar Gerak

Kata gerak banyak digunakan diberbagai disiplin ilmu pengetahuan misalnya, dalam ilmu-ilmu sosial dan eksakta. Namun kata gerak diberbagai disiplin ilmu tersebut mempunyai pengertian yang berbeda, misalnya adalah gerak dalam kalimat. Dalam ilmu fisika, gerak diartikan sebagai suatu proses perpindahan suatu benda dari suatu posisi keposisi lain yang dapat diamati secara objektif dalam suatu dimensi ruang dan

waktu. Pengertian dapat diamati secara objektif adalah bahwa perpindahan benda tersebut dapat diukur dalam suatu satuan waktu dan ruang. Gerak adalah perpindahan suatu benda dari suatu tempat atau posisi ketempat yang lain yang dapat diamati secara objektif dalam suatu dimensi ruang dan waktu (fisika).

Dalam menyempurnakan suatu keterampilan motorik dapat berlangsung dalam tiga tahapan. Menurut Fitts & Pasner dalam Lutan (1988 : 305), tahapan belajar gerak tersebut adalah, a) tahap kognitif, b) tahap afektif, c) tahap psikomotor. Di bawah ini adalah penjelasan ke tiga tahapan tersebut:

a. Tahap Kognitif

Tatkala seseorang baru mulai mempelajari suatu tugas, katakanlah keterampilan motorik, maka terjadi pertanyaan baginya ialah bagaimana cara melakukan tugas itu. Dia membutuhkan informasi mengenai cara melaksanakan tugas gerak yang bersangkutan. Karena itu pelaksanaan tugas gerak itu diawali dengan penerimaan informasi dan pembentukan pengertian, termasuk bagaimana penerapan informasi atau pengetahuan yang diperoleh.

b. Tahap Asosiatif

Permulaan dari tahap ini ditandai oleh semakin efektif cara-cara siswa melaksanakan tugas gerak, dan mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan. Akan nampak penampilan yang terkoordinasi dengan perkembangan yang terjadi secara bertahap, dan lambat laun gerakan semakin konsisten.

c. Tahap otomatis

Setelah seseorang berlatih selama sehari-hari, berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun, dia memasuki tahap otomatis. Dikatakan demikian, karena pelaksanaan tugas gerak yang bersangkutan tak seberapa terganggu oleh kegiatan lainnya yang terjadi secara stimulan.

D. Pendekatan Pembelajaran Penjas

1. Pengertian Pendekatan Pembelajaran

Pendekatan pembelajaran merupakan kegiatan yang dipilih guru dalam proses pembelajaran yang dapat memberikan kemudahan kepada siswa menuju tercapainya tujuan yang telah ditetapkan. Model merupakan penyederhanaan hubungan antara konstruk yang kompleks yang dapat memudahkan kita, bukan saja memahaminya tapi juga menerapkannya. Dengan memanfaatkan suatu model kita juga dapat memprediksi suatu gejala berdasarkan gejala tertentu lainnya. Menurut Suparman (2001: 167) menyebutkan bahwa pendekatan pembelajaran merupakan perpaduan dan urutan kegiatan dan cara pengorganisasian materi pelajaran, siswa, peralatan, bahan serta waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan”. Menurut Dick dan Carey (1990: 34) dalam Suharto (2009: 26) “pendekatan pembelajaran adalah suatu pendekatan dalam mengelola secara sistematis kegiatan pembelajaran sehingga sasaran didik dapat mencapai isi pelajaran atau mencapai tujuan seperti yang diharapkan”.

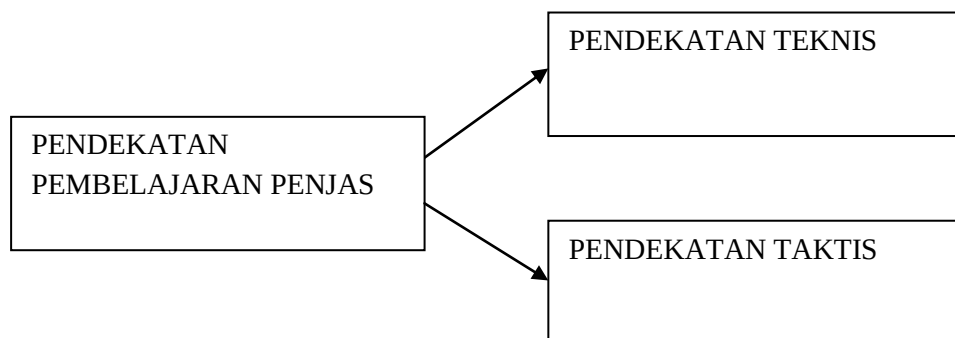
Menurut Subroto, (2001: 9) dijelaskan bahwa dalam kegiatan pembelajaran, guru dituntut memiliki kemampuan memilih pendekatan pembelajaran yang tepat. Kemampuan tersebut sebagai sarana dan usaha dalam memilih dan menentukan pendekatan pembelajaran serta untuk menyajikan materi pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan program pembelajaran. Untuk menentukan atau memilih pendekatan pembelajaran, hendaknya berangkat dari perumusan tujuan yang jelas. Setelah tujuan pembelajaran ditemukan, kemudian memilih pendekatan pembelajaran yang dipandang efisien dan efektif sehingga dapat memberi kemudahan dalam menerapkan materi pembelajaran.

Menurut Tomolyus (2001: 7) suatu pendekatan pembelajaran dikatakan efektif dan efisien apabila metode tersebut dapat mencapai tujuan dengan waktu yang lebih singkat dari pendekatan yang lain. Kriteria lain yang perlu diperhatikan dalam memilih pendekatan pembelajaran adalah tingkat keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran berarti bagaimana menata potensi dan sumberdaya agar suatu program dapat dimanfaatkan secara optimal, atau suatu mata pelajaran dapat mencapai tujuan yang telah dirumuskan.

Dari beberapa pendapat di atas dapat dirumuskan bahwa pendekatan pembelajaran adalah cara yang dipilih guru dalam mengelola secara sistematis kegiatan pembelajaran dari beberapa komponen pembelajaran (materi pembelajaran, siswa, waktu, alat, bahan, metode pembelajaran dan evaluasi) dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Griffin, Mitchell & Oslin, (1999: 8) bahwa "implementasi pembelajaran permainan dalam penjas di persekolahan terdapat dua model pendekatan yakni pendekatan taktis dan pendekatan teknik".

Tomolyus (2001 : 4) juga menyebutkan bahwa dalam mengajar pendidikan jasmani dikenal dua pendekatan pembelajaran yaitu pendekatan taktis dan pendekatan teknis. Model pendekatan tersebut dapat di lihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Pendekatan Pendekatan Penjas
Sumber : Tomolyus (2001: 4)

2. Pendekatan Taktis

Pendekatan taktis disebut juga dengan pendekatan induktif lebih mengutamakan proses dengan menggambarkan hasil pelaksanaan tugas. Proses pendekatan taktis dapat dilakukan melalui modifikasi permainan (modifikasi fasilitas, alat, jumlah peserta dan peraturan) dengan maksud meningkatkan maksimal partisipasi peserta didik untuk mengungkapkan masalah taktis (Tomolyus, 2001: 3). Pendekatan taktis dalam pembelajaran permainan merupakan sebuah pendekatan pembelajaran

yang menekankan pada bermain dan belajar keterampilan teknis dalam situasi bermain serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengetahui dan melihat relevansi keterampilan teknik pada situasi bermain yang sesungguhnya.

Menurut Subroto (2001: 5) tujuan pendekatan pembelajaran permainan melalui pendekatan taktis ini bagi siswa, diantaranya a) untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain melalui penerapan teknik yang tepat dengan masalah atau situasi dalam permainan, b) memberikan penguasaan kemampuan bermain melalui keterkaitan antara taktis permainan dengan perkembangan keterampilan, c) memberikan kesenangan dalam beraktivitas dan d) memecahkan masalah-masalah dan membuat keputusan selama bermain. Menurut Subarjah (2001:16) pembelajaran pendekatan taktis adalah sebuah pendekatan yang berpusat pada siswa dan permainan untuk pembelajaran permainan yang berkaitan dengan olah raga dengan hubungan yang kuat dengan sebuah pendekatan konstruktifis dalam pembelajaran.

Dyson, Griffin, dan Hastie (2004: 231) berpendapat, terdapat tiga asumsi utama dalam pembelajaran permainan dengan pendekatan taktis, yaitu permainan dimodifikasi secara representatif untuk memudahkan dalam bentuk dan kondisi permainan (seperti perubahan dalam peraturan permainan) yang mengarah kepada permasalahan taktis yang ditemukan dalam permainan; (2) permainan memberikan kemudahan dalam penilaian; dan (3) permainan secara umum memiliki permasalahan taktis,

bentuk dasarnya meliputi system klasifikasi dan struktur model taktis bermain. Sistem klasifikasinya meliputi empat kategori utama, yaitu (a) permainan target, (b) permainan berlari/lapangan, (c) permainan net, dan (d) permainan invasi.

Menurut Sucipto (2001 : 7) dasar untuk menerapkan pendekatan taktis, yaitu a) minat dan kegembiraan, b) pengetahuan sebagai pemberdayaan, c) transfer pemahaman dan penampilan bermain.

a. Minat dan Kegembiraan

Pendekatan tradisional hanya menekankan pada pemahaman teknik secara terpisah-pisah, sedangkan pada pendekatan taktis penekannya pada pemahaman terhadap kemampuan taktis dan teknik permainan secara terpadu. Sehingga akan membuat siswa merasa senang karena pembelajaran yang menyenangkan.

b. Pengetahuan Sebagai Pemberdayaan

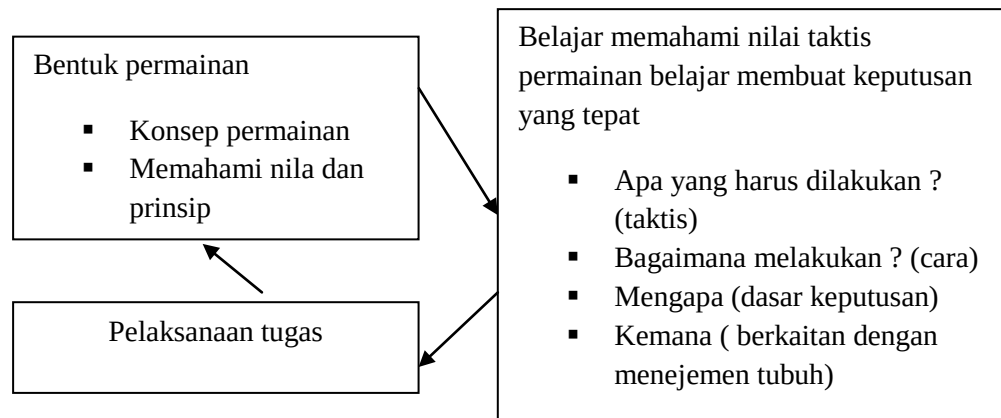
Yang paling penting dalam suatu permainan adalah proses pengambilan keputusan yang cepat dan tepat. Proses pengambilan keputusan dengan cepat dan tepat pada saat ingin memukul bola adalah penerapan teknik dan taktis yang sesuai pada saat permainan. Untuk memperoleh pemahaman tersebut hanya melalui kesadaran pembelajaran taktis.

c. Transfer Pemahaman dan Penampilan Bermain

Pengertian transfer dalam konteks ini adalah kemampuan seseorang untuk menerapkan kecakapan, keterampilan, pengetahuan dan lainnya

yang diperoleh melalui pengalaman dan latihan ke dalam situasi yang baru.

Proses keterampilan taktis tersebut dapat diilustrasikan seperti gambar dibawah ini:



Gambar 2. Proses Pembelajaran Keterampilan Taktis
Sumber: Tomolyus (2001:18)

Menurut Sucipto (2001: 5) pendekatan taktis dapat ditinjau melalui beberapa hal, yaitu a) tinjauan psikologis, b) tinjauan fisiologis, c) tinjauan motorik, d) tinjauan pendidikan. Tinjauan pendekatan taktis di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Tinjauan Psikologis

Pada Pendekatan taktis siswa secara langsung dapat memahami keterkaitan keterampilan teknik dalam permainan atau pertandingan. Dengan bentuk pengajaran bermain atau bertanding, maka siswa dapat mengikuti pengajaran pendidikan jasmani akan lebih senang, semangat, termotivasi, menantang untuk bersaing bersama lawan mainnya atau tandangnya. Pendekatan taktis sangat cocok untuk

diterapkan pada siswa Sekolah Dasar yang memiliki karakteristik senang bermain dan berani berpetualang untuk menghadapi tantangan sesuai dengan hati nuraninya. Jika siswa dalam mengikuti suatu kegiatan yang sesuai dengan hati nuraninya, maka siswa akan melakukan kegiatan tersebut dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat. Lain halnya dengan menggunakan pendekatan tradisional, yaitu pendekatan teknis. Dengan menggunakan pendekatan teknis, siswa merasa jenuh/ bosan, karena hampir seluruh waktu kegiatan belajar di sekolah dihabiskan hanya untuk mempelajari keterampilan teknik saja.

b. Tinjauan Fisiologis

Pendekatan taktis akan memberikan mobilitas yang tinggi pada siswa dalam mengikuti kegiatan belajar pendidikan jasmani. Pendekatan taktis sangat cocok untuk diterapkan pada siswa Sekolah Dasar yang memiliki karakteristik senang bermain dan berani berpetualang untuk menghadapi tantangan. Sebagai contoh dalam pengajaran kasti, siswa dapat memahami baik dalam konsep, maupun penerapan keterampilan taktik dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya. Siswa secara langsung dapat memetik manfaat penggunaan teknik pukulan dari arah dan kekuatan untuk mencetak skor lebih banyak. Kasti termasuk salah satu permainan *invasion* (penyerangan), dimana dalam bertanding kasti masing-masing tim mencari peluang untuk memperoleh nilai atau point dari lawannya sebanyak - banyaknya.

c. Tinjauan Motorik

Gerak merupakan perwujudan dari koordinasi neuromuscular. Gerak disebabkan adanya kontraksi otot. Kontraksi otot disebabkan adanya perintah dari otak yang mendapat stimulus baik dari dalam maupun dari luar. Gerak dibedakan 3 macam, yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor ditandai dengan perubahan dari suatu tempat ke tempat lain. Contoh gerakan lokomotor dalam kasti yaitu melangkah untuk menghindari dari bola kasti. Gerak non lokomotor ditandai dengan tidak adanya perubahan dari suatu tempat ke tempat lain. Contoh gerakan non lokomotor dalam kasti adalah mengelak untuk menghindari datangnya bola. Sedangkan gerak manipulatif ditandai adanya benda lain yang dimanipulatif sehingga benda tersebut bergerak dari suatu tempat ke tempat lain.

d. Tinjauan Pendidikan

Banyak manfaat yang diperoleh dalam pembelajaran kasti dengan menggunakan pendekatan taktis, seperti pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotor. Kemampuan kognitif berkembang sejalan dengan diberikan latihan-latihan konsep pemahaman dalam pendekatan taktis, proses berfikir cepat dalam menghadapi permasalahan yang segera dipecahkan, dan pengambilan keputusan secara tepat dan akurat. Kemampuan afektif berkembang sejalan dengan diberikan latihan-latihan yang mengarah pada sikap sportifitas, saling menghargai/menghormati sesama teman latihan-tanding, disiplin, rendah hati, dan masih banyak lagi sikap yang lainnya. Sedangkan

kemampuan psikomotor berkembang sejalan dengan diberikannya latihan-latihan yang mengarah dengan aktivitas jasmani, seperti pembelajaran kasti yang dinamis, menantang, menyenangkan. Dengan diberikan materi pengajaran yang dinamis, menantang, menyenangkan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa, maka unsur-unsur kebugaran jasmani akan berkembang pula.

3. Pendekatan Teknis

Pendekatan teknis merupakan pendekatan yang saat ini banyak digunakan oleh guru dan pembina olahraga, baik di sekolah maupun di perkumpulan olahraga. Hal ini karena adanya pandangan bahwa untuk dapat memainkan suatu keterampilan olahraga permainan, mutlak diperlukan penguasaan teknik dasar yang akan mendukung penampilan dalam olahraga permainan tanpa memandang kepada siapa permainan tersebut diajarkan dan sesuaikah suatu model digunakan.

Menurut Dick (1989) dalam Subarjah (2001: 328) “pendekatan ini menekankan pada keterampilan teknis dengan proses kegiatan latihan aktivitas fisik yang dilaksanakan secara bertahap untuk mengkoordinasikan pola-pola gerak dasar menjadi satu kesatuan”.

Sedangkan menurut Tomolyus (2001 : 3) “Pendekatan teknis sering disebut juga dengan pendekatan tradisional, yaitu lebih berorientasi pada pencapaian keterampilan teknik bermain, proses pembelajaran dengan pendekatan teknis biasanya diawali dengan guru memberi contoh suatu gerakan keterampilan, kemudian, siswa meniru atau melakukan gerakan

tersebut, dan melakukan secara berulang ulang”. Dalam pelaksanaannya siswa menunggu perintah guru untuk melaksanakan tugas gerak yang diinstruksikan, sehingga sering disebut dengan gaya komando.

Menurut Hakim (2013 : 16) pendekatan ini menekankan pada keterampilan teknis dengan proses kegiatan latihan aktivitas fisik yang dilaksanakan secara bertahap untuk mengkoordinasikan pola-pola gerak dasar menjadi satu kesatuan.

Secara garis besar Suhendro (1999: 44) menggambarkan ruang lingkup penguasaan teknik yang terbagi ke dalam tiga tingkatan atau kelompok, yaitu a) teknik dasar, b) teknik menengah, c) teknik tinggi. Beberapa tingkatan di atas dapat di jelaskan sebagai berikut:

a. Teknik Dasar

Adalah suatu penguasaan teknik tingkat awal yang terdiri dari komponen-komponen penting cabang olahraga tertentu dalam taraf yang paling sederhana, yang dalam proses gerakannya di mulai pada taraf yang paling sederhana dan mudah dilakukan.

b. Teknik Menengah

Adalah suatu penguasaan teknik gerakan cabang olahraga yang sudah menuntut kemampuan fisik yang lebih tinggi dari teknik dasar, membutuhkan komponen-komponen pendukung agar teknik menengah ini dapat dikuasai. komponen yang dimaksud seperti penggunaan kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan koordinasi lebih tinggi dari pada teknik dasar.

c. Teknik Tinggi

Adalah suatu teknik yang menuntut dan memerlukan gerakan dengan tempo, ketepatan, kecermatan, dan koordinasi yang tinggi.

Penguasaan teknik tingkat tinggi memerlukan kualitas kemampuan fisik yang tinggi, karena gerakan yang dilakukan sangat sulit.

Dengan demikian, model pembelajaran dengan pendekatan teknis adalah suatu kerangka konseptual mengenai interaksi belajar mengajar yang disusun secara sistematis dan dirancang serta dikembangkan menggunakan pendekatan penguasaan teknik yang mengutamakan keterampilan teknis melalui pengulangan pola gerak dasar sebagai alat untuk mencapai tujuan pembelajaran.

4. Perbedaan Pendekatan Taktis dan Pendekatan Teknis

Pendekatan taktis disebut juga dengan pendekatan induktif lebih mengutamakan proses dengan menggambarkan hasil pelaksanaan tugas. Proses pendekatan taktis dapat dilakukan melalui modifikasi permainan (modifikasi fasilitas, alat, jumlah peserta, peraturan, dan permainan) dengan maksud meningkatkan maksimal partisipasi peserta didik untuk mengungkapkan masalah taktis. Sedangkan pendekatan teknis merupakan pendekatan yang menekankan pada keterampilan teknik dengan proses kegiatan latihan aktivitas fisik yang dilaksanakan secara bertahap dan sistematis untuk mengkoordinasikan pola-pola gerak dasar sehingga menjadi satu kesatuan.

Tabel 1. Perbedaan penerapan pendekatan taktis dan teknis

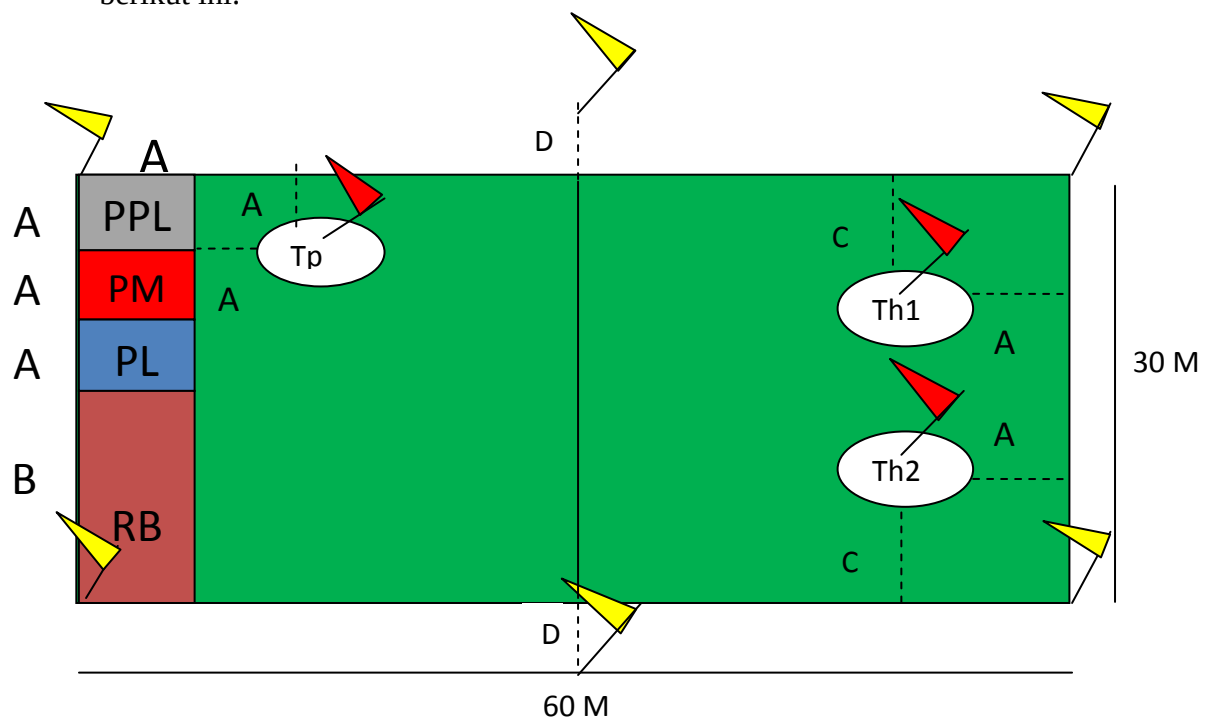
Pendekatan taktis	Pendekatan teknis
Pendekatan taktis disebut dengan game, play dan strategi	Pendekatan teknis disebut juga pendekatan tradisional
Pendekatan taktis memiliki tujuan intelektual skill	Pendekatan teknis memiliki tujuan physical skill
Pendekatan taktis dilakukan melalui modifikasi alat, peraturan, permainan dll.	Pendekatan teknis dilakukan melalui pembelajaran teknis dasar secara keseluruhan
Evaluasi dilakukan melalui observasi	Evaluasi dilakukan melalui tes kemampuan dasar

E. Permainan Kasti

Pada dasarnya permainan (game) dibagi menjadi empat kategori utama, yaitu (1) *agon*, yakni permainan yang bersifat pertandingan, perlawanan kedua pihak dengan kesempatan yang sama untuk mencapai kemenangan sehingga dibutuhkan perjuangan fisik yang keras; (2) *alea*, yakni permainan yang mengandalkan hasil secara untung-untungan, atau hukum peluang seperti permainan dadu, kartu, dll, sementara keterampilan, kemampuan otot tidak diperlukan. (3) *mimikri*, yakni permainan fantasi yang memerlukan kebebasan dan bukan kesungguhan; dan (4) *illinx*, yakni mencakup permainan yang mencerminkan keinginan untuk melampiaskan

kebutuhan untuk bergerak, berpetualang, dan dinamis, seperti berolahraga di alam terbuka, mendaki gunung (Fajar, 2010: 5).

Kasti adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 12 orang yang dimainkan di dalam lapangan persegi empat dan permainan ini menggunakan alat berupa kayu pemukul dan bola kasti. Lapangan bola kasti dapat di lihat pada gambar berikut ini:



Gambar 3. Lapangan Bola Kasti

Keterangan :

PPL	: pembantu Pelambung	PM	: pemukul
PL	: pelambung	RB	: ruang bebas
Tp	: tiang pertolongan	Th	: tiang hinggap
A dan D	: 5 meter	B	: 15 meter
C	: 10 meter	○	: jari-jari 1 meter

1. Makna Kasti dalam Permainan

Kasti merupakan salah satu jenis permainan bola kecil yang dimainkan oleh dua regu, permainan ini mengutamakan kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya untuk dapat memenangkan permainan serta dituntut untuk bekerja sama dengan baik (Ridwan dan Sulaeman, 2008: 12). Menurut Rosyidi dkk. (1982) dalam Manan (2013: 48) permainan kasti adalah permainan yang sangat populer, hingga di beberapa daerah permainan ini mengalami beberapa perkembangan yang kemudian menimbulkan kesukaran-kesukaran karena perbedaan pendapat, akan tetapi kesukaran-kesukaran tersebut (terutama mengenai peraturannya) ada yang tidak mungkin untuk ditetapkan menjadi suatu peraturan. Dalam hal ini bila ada pertandingan, maka segala sesuatu hanya dipertanggungjawabkan atas kebijakan wasit.

2. Makna Kasti dalam Bermain

Aktivitas bermain yang dilakukan anak-anak merupakan cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial. Bermain juga merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain anak-anak akan berkatakata (berkomunikasi), belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan. bermain bermanfaat untuk menstimulasi kemampuan sensori-motorik, kognitif, sosial-emosional dan bahasa anak. Bermain juga memberikan kesempatan pada anak untuk belajar, terutama dalam hal penguasaan tubuh, pemecahan masalah dan

kreativitas. Menurut Fajar (2010: 6) menyebutkan bahwa “bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan”.

Kasti merupakan olahraga yang sangat menyenangkan, semua anak di seluruh Indonesia sudah mengenal permainan kasti. Permainan mudah dipelajari dan biasa dimainkan oleh sekelas atau permainnya banyak.

Tepatlah bahwa permainan kasti ini diajarkan di Sekolah Dasar.

Permainan kasti termasuk dalam permainan bola kecil yang dimainkan secara beregu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Permainan dinyatakan menang apabila salah satu regu mengumpulkan poin lebih banyak (Manan, 2013: 58).

Dari keterangan diatas maka dapat disimpulkan bahwa makna kasti dalam bermain adalah suatu kegiatan dalam rangka melaksanakan sebuah permainan yang dilakukan oleh dua kelompok yaitu tim yang di lakukan untuk mencari kesenangan.

3. Makna Memukul dalam Kasti

Kemampuan memukul dalam permainan kasti ini harus dikuasai agar dapat memukul bola dengan baik. Menurut Rosyidi,dkk (1982) dalam Manan (2013: 50) menerangkan bahwa terdapat beberapa taktik yang bisa dilakukan dalam melakukan pukulan. Berikut ini terdapat tiga taktik pukulan yang dapat dilakukan dalam menyerang oleh pemain ketika dalam permainan kasti:

1) Tiang Pertolongan

Apabila di tiang pertolongan banyak kawan maka yang perlu dilakukan untuk memberi kesempatan kepada kawan-kawan itu supaya dapat lari ketiang bebas, maka bola dipukul kekanan. Dengan demikian pasangan lawan dilapangan terpaksa mengejar bola menjauhi tiang pertolongan sehingga kawan kita yang ada di tiang pertolongan dapat berpindah ke tiang bebas.

2) Tiang Bebas

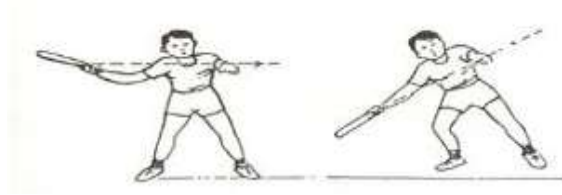
Jika di tiang bebas banyak kawan dan supaya kawan-kawan kita dapat lari pulang keruang bebas maka bola harus dipukul tinggi sekali hingga jatuh jauh dibelakang. Bola harus tinggi karena waktu bola sedang melayang diudara pelari-pelari mendapat kesempatan untuk lari ke ruang bebas.

3) Tim Pemukul

Tim yang mendapat kesempatan sebagai tim pemukul maka taktik yang bisa dilakukan adalah memukul ke arah kanan sehingga setelah memukul pemukul dapat lari ketiang pertolongan, selanjutnya memukul kuat dan melambung dengan arah kanan atau pun kiri sehingga pemukul dapat lari ke tiang bebas bahkan dapat lari ke ruang bebas.

Menurut Manan (2013: 50) terdapat macam-macam memukul bola dalam permainan kasti, yaitu a) pukulan depan, b) pukulan mendatar dan melambung, c) pukulan rendah. Berikut adalah contoh gambar memukul dalam kasti:

a. Memukul Bola Mendatar dan Bola Melambung



Gambar 4. Sikap memukul bola datar dan lambung
Sumber: Manan (2013: 51)

b. Memukul bola rendah



Gambar 5. Sikap memukul bola rendah
Sumber: Manan (2013: 51)

Menurut Azis (2000: 6) memukul bola dalam permainan kasti terdiri dari :

(1) memukul bola mendatar, (2) memukul bola merendah, (3) memukul bola melambung. Teknik memukul yang baik sehingga ia dapat mengarahkan bolanya kemana yang disukainya, yaitu dengan membentuk posisi kaki dan mengarahkan bahu ke tempat sasaran yang akan dituju. Mungkin bola akan dipukul pelan, mungkin kuat, dan mungkin hanya dengan menyentuhkan pemukul saja pada bola. Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa memukul bola dalam permainan kasti merupakan salah satu teknik dan taktik dalam permainan kasti yang harus dikuasai oleh setiap pemain pada umumnya.

F. Kerangka Pikir

Untuk meningkatkan kemampuan memukul dalam permainan bola kasti dapat di tingkatkan melalui model pendekatan pembelajaran. Model pendekatan pembelajaran tersebut yaitu model pendekatan taktis dan teknis.

Pendekatan taktis adalah sebuah model pendekatan yang berpusat pada siswa dan permainan untuk pembelajaran permainan yang berkaitan dengan olah raga dengan hubungan yang kuat dengan sebuah pendekatan konstruktifis dalam pembelajaran. Pendekatan selanjutnya yang biasa digunakan dalam pembelajaran penjas adalah pendekatan teknis. Pendekatan teknis adalah model pendekatan yang lebih cenderung terhadap penguasaan cabang olahraga atau penguasaan teknik dasar.

Berdasarkan uraian di atas, maka jelas bahwa untuk dapat bermain kasti dengan baik siswa harus menguasai taktik dan teknik memukul. Selanjutnya agar siswa dapat memukul dengan baik perlu diberikan model pendekatan yaitu model pendekatan taktis dan teknis. Melalui kedua model pendekatan tersebut diperkirakan ketepatan hasil pukulan bola kasti siswa dapat meningkat dan berubah menjadi lebih baik.

G. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara suatu masalah penelitian. Dibawah ini adalah hipotesis yang diajukan oleh peneliti :

H_0 : Ada pengaruh yang signifikan dari model pendekatan taktis terhadap ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada

siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.

H_1 : Tidak ada pengaruh yang signifikan dari model pendekatan taktis terhadap peningkatan ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.

H_0 : Ada pengaruh yang signifikan dari model pendekatan teknis terhadap peningkatan ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.

H_2 : Tidak ada pengaruh yang signifikan dari model pendekatan teknis terhadap peningkatan ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.

H_0 : Model pendekatan taktis memiliki berpengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan model pendekatan teknis terhadap ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.

H_3 : Model pendekatan taktis tidak memiliki berpengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan model pendekatan teknis terhadap ketepatan hasil pukulan bola dalam permainan kasti pada siswa baik laki-laki maupun perempuan kelas IV SDN 1 Purwodadi.