

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani merupakan pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan, untuk menjaga keseimbangan antara perkembangan kecerdasan otak (kognitif), emosional (afektif) dan keterampilan jasmani atau fisik (psikomotor) peserta didik, karena itu seluruh sekolah di Indonesia diberikan pendidikan jasmani.

Peranan dan fungsi guru penjas yang baik akan terwujud apabila memiliki inisiatif, kreatifitas dan inovatif serta selektif dalam memilih dan menentukan suatu metode atau pendekatan pembelajaran yang cocok dan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak didiknya. Hal ini berarti dalam mengajarkan suatu ketrampilan pada anak didiknya, tugas gerak yang diberikan oleh guru harus mengacu kepada tingkat pertumbuhan dan perkembangan atau disesuaikan dengan kesiapan anak didiknya.

Minimnya peralatan yang tidak sesuai untuk melakukan kegiatan belajar mengajar, banyaknya biaya yang diperlukan dan keterbatasan dana yang dimiliki untuk pengadaan dana sarana dan prasarana yang dibutuhkan akan

menjadi kendala untuk mencapai tujuan dalam pembelajaran, ini menuntut seorang guru harus kreatif. Guru harus bisa memodifikasi alat dan memanfaatkan sarana dan prasarana yang seadanya.

Berkaitan dengan kesiapan, Rusli Lutan (1988 : 345) mengatakan : **“Faktor kesiapan belajar, suatu kondisi yang bersifat fisik dan psikis yang memungkinkan seseorang dapat menguasai suatu ketrampilan motorik berimplikasi langsung pada perencanaan pengalaman belajar yang sesuai dengan tingkat kesiapan belajar anak”**.

Dalam pelaksanaannya, penguasaan tugas gerak pada berbagai cabang olahraga merupakan kesulitan yang dihadapi oleh anak didik. Teknik-teknik baku yang harus mereka kuasai sebelum dapat dikatakan berhasil memberikan pengaruh pada anak didik. Pengaruh yang timbul adalah rasa frustrasi dan tidak senang pada Pendidikan Jasmani. Guru harus memberikan alternatif pendekatan atau model yang dapat menumbuhkan rasa senang dan suka berolahraga sehingga anak akan berusaha untuk menguasainya.

Berdasarkan pendapat di atas, kesiapan belajar anak didik untuk belajar suatu keterampilan motorik akan berkaitan erat dengan faktor kematangan yang pada dasarnya di pengaruhi oleh sistem syaraf dan otot. Dalam menentukan suatu metode pembelajaran selain harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan harus sesuai dengan pandangan anak terhadap tugas yang diberikan, yaitu sederhana atau kompleksnya gerakan tersebut.

Nomor lempar cakram yang diajarkan kepada siswa SMP Xavirius 2 merupakan salah satu tugas gerak yang bersifat teknis pada cabang olahraga atletik. Tugas gerak tersebut sangat kompleks untuk dipelajari karena terdiri

dari lima unsur teknik yaitu teknik persiapan, awalan, sikap melempar, dan pemulihan. Kelima unsur tersebut secara teknis harus dilakukan melalui rangkaian gerak yang tidak terputus satu sama lain untuk menghasilkan lemparan yang efektif dan efisien.

Namun, pada kenyataannya berdasarkan hasil pengamatan tes awal kelas VIII SMP Xaverius 2 Bandar Lampung, ternyata dari 39 siswa hanya 3 siswa yang bisa melakukan gerak dasar lempar cakram dan 36 siswa belum dapat melakukan dengan benar mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan melempar dimulai dari gerakan awal pada saat melempar, pada saat pelepasan cakram dan gerakan akhir setelah cakram lepas dari tangan siswa masih mengalami kesulitan.

Karena itu, perlu dikaji lebih lanjut dan dicari cara untuk mengatasinya terhadap keadaan tersebut, sehingga melalui penelitian Tindakan Kelas (PTK) diharapkan dapat memperbaiki dan sekaligus meningkatkan kemampuan belajar gerak tersebut.

Atas latar belakang inilah, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) tentang “Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Cakram Melalui Alat Yang di Modifikasi Pada Siswa Kelas VIII A di SMP Xaverius 2 Bandar Lampung Tahun Pembelajaran 2011/2012”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dalam proses belajar belum menggunakan modifikasi alat untuk meningkatkan gerak dasar lempar cakram.
2. Pada umumnya siswa merasa kesulitan dalam menerima atau melakukan gerakan yang kompleks seperti dalam gerakan lempar cakram dalam bergagai teknik.
3. Siswa merasa takut jika harus melakukan sendiri gerakan melempar dengan cakram yang sesungguhnya.

C. Rumusan Masalah

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

1. Apakah melalui modifikasi alat gerak dasar lempar cakram pada siswa kelas VIII A SMP Xaverius 2 Bandar Lampung dapat meningkat?
2. Apakah melalui metode dan model pembelajaran yang tepat gerak dasar lempar cakram pada siswakeselas VIII A SMP Xaverius 2 Bandar Lampung dapat meningkat?
3. Apakah melalui cakram modifikasi yang terbuat dari piring plastik yang disatukan, piring plastik yang disatukan dan diisi kertas didalamnya, dan cakram yang terbuat dari kayu gerak dasar lempar cakram pada siswa kelas VIII A SMP Xaverius 2 Bandar Lampung dapat meningkat?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

Untuk meningkatkan proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar lempar cakram setelah diberikan latihan belajar pembentukan gerak dasar dengan alat yang sudah dimodifikasi.

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai wawasan dan masukan bagi :

1. Bagi Siswa

Sebagai pengetahuan sekaligus pengalaman dalam meningkatkan latihan gerak dasar lempar cakram menggunakan alat yang sudah dimodifikasi secara benar.

2. Bagi Guru Penjas

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lempar cakram dengan menggunakan alat yang sudah dimodifikasi di sekolah, terutama untuk memperbaiki metode pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya di SMP Xaverius 2 Bandar Lampung.

3. Bagi Program Studi

Sebagai kontribusi untuk perbendaharaan dalam berbagai metode mengajar ketrampilan gerak terutama pada nomor lempar.

F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : “ Pembelajaran gerak dasar lempar cakram dengan menggunakan modifikasi alat maka hasil belajar

gerak dasar lempar cakram pada siswa kelas VIII A SMP Xaverius 2 Bandar
Lampung dapat meningkat”.