

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan.

Pembelajaran pendidikan jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani.

Menurut Engkos Kosasih (1995 : 2) bahwa : “Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan Jasmani dalam rangka meningkatkan kemampuan dan

keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Sedangkan Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi yang optimal”.

Atletik merupakan aktifitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan gerak dasar anak, gerakan- gerakan atletik sesuai untuk mendapatkan penekanan dalam program pembelajaran pendidikan jasmani, terutama fisik yang dipersyaratkan seperti kekuatan, power, kelenturan, kordinasi gerakan, keseimbangan dan kelincahan dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu atletik besar sumbangannya terhadap perkembangan gerak dasar manusia, terutama cara mengoptimalkan sikap dan gerakan secara efektif dan efesien. Berlari dan melompat merupakan salah satu gerakan dasar manusia yang dipergunakan dalam kehidupan sehari-hari. Pada jaman purba gerakan seperti lari dan melompat sangat berarti sekali untuk mempertahankan hidup guna mencari perburuan sehingga dapat melangsungkan hidup pada saat itu. Dalam kehidupan masa kini lari dan lompat justru di gunakan sebagai jalur prestasi dalam salah satu nomor olahraga atletik.

Dalam perkembangannya melompat dalam nomor olahraga atletik dapat di kategorikan menjadi 4 cabang salah satunya adalah lompat tinggi. Lompat tinggi adalah salah satu nomor cabang olahraga atletik yang diperlombakan dalam olimpiade. Dalam lompat tinggi dibagi menjadi 4 gaya yaitu:

1. Gaya gunting
2. Gaya flop
3. Gaya guling perut
4. Gaya guling punggung

Salah satu gerak yang memiliki nuansa “kecakapan hidup (*life skill*)” dalam pembelajaran atletik adalah pembelajaran lompat tinggi yang merupakan pembelajaran yang telah disesuaikan dengan kondisi dan situasi di Sekolah Dasar. Namun, pada kenyataannya banyak siswa yang tidak mampu mengikuti bahkan menguasai materi pelajaran tersebut, terutama umumnya pada siswa di SDN 1 Wates Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu, hal ini disebabkan karena guru pendidikan jasmani masih cenderung menggunakan pendekatan pengajaran yang berorientasi pada prestasi sehingga banyak anak yang merasa dirinya tidak mampu untuk melakukan gerakan lompat tinggi. Oleh sebab itu, penulis mengubah dengan cara menggunakan modifikasi alat bantu yang berkaitan dengan proses pembelajaran lompat tinggi.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis mencoba untuk meneliti tentang Peningkatan Latihan Lompat Tinggi dengan Menggunakan Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Pada Siswa Kelas VI SDN 1 Wates Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2011/2012.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Pada umumnya siswa merasa kesulitan menerima atau melakukan gerakan yang kompleks seperti gerakan lompat tinggi dengan benar.
2. Siswa kurang antusias bila harus melakukan sendiri setelah melihat peragaan kawan maupun guru.
3. Pada umumnya siswa masih belum biasa mengkoordinasikan antara gerakan menolak, berguling di atas dan mendarat pada lompat tinggi dengan benar.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :”Apakah dengan menggunakan alat bantu yang dimodifikasi dapat meningkatkan keterampilan lompat tinggi pada siswa kelas VI SDN 1 Wates Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2011/2012 ?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Meningkatkan gerak dasar lompat tinggi setelah alat bantu dimodifikasi
2. Meningkatkan efektifitas pembelajaran lompat tinggi dengan menggunakan alat bantu yang sudah dimodifikasi.

3. Untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar lompat tinggi setelah diberikan latihan belajar pembentukan teknik yang benar dengan alat bantu yang sudah dimodifikasi.

E. Kegunaan Penelitian

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

1. Bagi Siswa

Sebagai upaya penambahan pengetahuan dan pengalaman dalam meningkatkan latihan lompat tinggi dengan menggunakan alat yang dimodifikasi secara benar.

2. Bagi Guru Penjas

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat tinggi dengan menggunakan alat bantu yang sudah dimodifikasi

3. Bagi Sekolah

Sebagai bahan untuk memperbaiki metode pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya di SDN 1 Wates Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu.

4. Bagi Program Studi

Sebagai kontribusi bagi perbendaharaan literatur terutama dalam memperluas cakrawala mahasiswa dalam rangka pelaksanaan penelitian, khususnya dalam aspek keterampilan melompat.

5. Bagi FKIP

Sebagai model pembelajaran yang berguna untuk bekal persiapan PPL di sekolah.