

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada dasarnya merupakan suatu kebutuhan setiap manusia dalam proses kehidupannya. Untuk memenuhi kebutuhan pendidikan tersebut, sekolah merupakan salah satu wadah yang berfungsi untuk mengembangkan dan meningkatkan pribadi seseorang agar menjadi sosok manusia yang beriman, cerdas, disiplin, terampil serta bertanggung jawab secara jasmani maupun rohani yang dibentuk melalui proses belajar mengajar. Hal tersebut dapat diperoleh oleh seseorang melalui proses pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani yang disalurkan melalui suatu proses pembelajaran, dengan mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi.

Tujuan yang ingin dicapai ialah bermacam-macam mencakup pengembangan individu secara menyeluruh, yaitu aspek jasmani, aspek mental, emosional, sosial dan spiritual. Hal tersebut bertujuan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat. Oleh karena itu, setiap tujuan-tujuan pembelajaran dalam Pendidikan

Jasmani telah disusun dalam suatu program pembelajaran yang terdiri dari berbagai macam cabang olahraga, seperti bola basket, bulu tangkis, senam, atletik, aktivitas aquatik (renang) bahkan aktivitas luar kelas (*outdoor*).

Salah satu materi pendidikan jasmani adalah atletik, materi yang diajarkan terdiri dari nomor jalan, lari, lempar, dan lompat. Nomor-nomor pada atletik tersebut memerlukan teknik dan gerakan yang benar dan irama yang tepat, sehingga gaya yang digunakan dapat dilakukan secara aman, efisien dan efektif. Dalam cabang olahraga atletik terdapat beberapa nomor yaitu lari, lompat, lempar. Nomor lompat terdiri dari lompat jauh, lompat tinggi, lompat galah dan lompat jangkit.

Lompat jauh gaya jongkok merupakan salah satu gaya dalam lompat jauh yang diajarkan bagi tingkat pemula, karena gaya jongkok tersebut memiliki tingkat kompleksitas yang rendah dibandingkan dengan gaya dalam lompat jauh yang lainnya. Meskipun pelaksanaan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dinilai cukup mudah dan pelaksanaannya cukup sederhana untuk dikuasai, namun dari keseluruhan jumlah siswa yang duduk di bangku kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012 bagi siswa kelas IV keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dinilai cukup sulit untuk dikuasai.

Berdasarkan kenyataan yang terjadi di lapangan selama \pm 8 tahun penulis mengajar di sekolah tersebut, masih ditemui beberapa siswa yang kurang senang dan kurang suka ketika guru menyampaikan materi atletik khususnya lompat jauh, terlebih lagi setelah melihat sarana dan prasarana yang

digunakan merupakan alat pembelajaran yang sesungguhnya anak akan merasa bosan dan enggan untuk mengikuti proses pembelajarannya dan lain sebagainya dengan alasan tidak bisa ataupun takut. Selain itu, bagi siswa kelas IV di sekolah tersebut, materi pembelajaran lompat jauh gaya jongkok merupakan materi yang dinilai sulit untuk dikuasai, terutama pada saat melakukan tahap sikap menolak siswa merasa sulit menempatkan kaki secara tepat pada papan tolakan sehingga siswa sering melakukan sikap menolak dengan posisi kaki melebihi papan tolakan, kemudian saat tahap melayang di udara, sebagian siswa tidak meluruskan kedua kaki mereka ke depan melainkan masih ditekuk ke bawah dan pada saat tahap mendarat masih banyak siswa yang melakukan pendaratan dengan menggunakan satu kaki untuk bertumpu, selain itu posisi mendarat mereka pun tidak jongkok melainkan pada posisi badan tegak. Se jauh ini hal tersebut menyebabkan hasil pembelajaran siswa pada materi gerak dasar lompat jauh gaya jongkok masih jauh dari hasil yang diharapkan. Hal ini diketahui dari hasil penilaian yang dilakukan oleh guru ternyata masih banyak siswa yang belum mampu mencapai nilai KKM yang telah ditentukan, yaitu 68. Berdasarkan hasil penilaian yang dilakukan penulis saat proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, hanya diperoleh hasil ketuntasan belajar sebesar 17%, artinya hanya terdapat 5 siswa yang dikatakan tuntas dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

Dilihat dari permasalahan yang terjadi di sekolah tersebut, penulis berfikir bahwa pembelajaran atletik merupakan kombinasi antara kegembiraan gerak dan tantangan tugas gerak yang dekat dengan pengalaman nyata. Dengan

demikian guru harus dapat memanfaatkan penggunaan alat pembelajaran untuk memotivasi siswa melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan memberikan materi yang merangsang dalam pembelajaran, yaitu menggunakan modifikasi alat berupa penggunaan keset, kardus, papan tolakan (box) dengan ukuran lebih lebar, bola yang diletakkan di tempat pendaratan dan matrass.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka penulis bermaksud mengadakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Metode Pembelajaran Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Rendahnya hasil belajar siswa dalam keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok secara keseluruhan, yaitu dari sikap tolakan, saat melayang di udara dan sikap mendarat.
2. Kurangnya pemahaman siswa dalam melakukan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah melalui metode pembelajaran modifikasi alat berupa keset, kardus dan matrass dapat memperbaiki dan meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012?
2. Apakah melalui metode pembelajaran modifikasi alat berupa papan tolakan (box) yang berukuran lebih lebar, matrass dan bola yang diletakkan di tempat pendaratan dapat memperbaiki dan meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012?

D. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Ruang lingkup obyek penelitian adalah siswa kelas IV di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.
2. Ruang lingkup subyek penelitian adalah siswa kelas IV di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.
3. Ruang lingkup tempat penelitian adalah SSD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu.
4. Ruang lingkup ilmu dalam penelitian adalah upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan

metode pembelajaran modifikasi alat berupa penggunaan keset, kardus, papan tolakan (box) dengan ukuran lebih lebar, bola yang diletakkan di tempat pendaratan dan matrass.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui peningkatan hasil belajar keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan metode pembelajaran modifikasi alat pada siswa kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.
2. Meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan metode pembelajaran modifikasi alat pada siswa kelas IV Di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan oleh penulis adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa

Dalam upaya meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dapat dilakukan dengan menggunakan metode serta alat pembelajaran yang tepat dan menyenangkan sehingga hasil pembelajaran dapat diperbaiki, seperti melalui metode pembelajaran modifikasi alat.

2. Bagi guru Pendidikan Jasmani

Sebagai sumbangan pemikiran bagi guru Pendidikan Jasmani dalam menentukan metode dan model atau pendekatan yang sesuai dengan

tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga tercapailah keberhasilan pembelajaran.

3. Bagi Peneliti

Dapat mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

4. Bagi Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Sebagai salah satu sumber informasi dan sumbangan pemikiran untuk kemajuan program studi pendidikan jasmani dan kesehatan.