

I. Pendahuluan

1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia dan berlangsung seumur hidup. Berdasarkan undang-undang No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional menerangkan bahwa 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.

Pada negara-negara yang baru berkembang pendidikan merupakan hal yang sangat penting, karena baik tidaknya hasil pendidikan tersebut akan dapat berpengaruh pada kemajuan suatu bangsa dan Negara. Indonesia adalah negara sedang berkembang di mana sedang giat-giatnya membangun di segala bidang, termasuk di dalamnya bidang pendidikan.

Melalui lembaga pendidikan dalam proses mempengaruhi peserta didik akan menimbulkan perubahan secara bertahap dan menyeluruh ke arah peningkatan kualitas manusia Indonesia, agar berpungsi dalam kehidupan masyarakat. Untuk mewujudkan tujuan pendidikan tersebut, maka

ditempuh upaya melalui berbagai jalur pendidikan baik formal maupun non formal. Salah satunya melalui pendidikan jasmani.

Untuk mewujudkan tujuan pendidikan tersebut, maka ditempuh upaya melalui berbagai jalur pendidikan baik formal maupun non formal. Salah satunya melalui pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan, karena itu pula tujuannya pun bersifat mendidik untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih.

Dalam pelaksanaannya, aktifitas jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar, dan melalui pengalaman itulah peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah proses ajar melalui aktifitas jasmani yang erat kaitannya dengan gerak manusia. Gerak bagi manusia sebagai aktifitas jasmani merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan (fisik dan psikis).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang mengacu pada kurikulum berbasis kompetensi (KBK). Materi pokok pendidikan jasmani adalah materi yang dipelajari oleh siswa, sebagai sarana untuk mencapai kompetensi dasar atau tujuan pembelajaran. Materi pokok pendidikan jasmani diklarifikasikan menjadi enam aspek yaitu : (1) Permainan dan olahraga, (2) aktifitas

pengembangan, (3) uji diri atau senam, (4) Aktifitas ritmik, (5) akuatik (aktifitas air), dan (6) aktifitas luar sekolah.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih diutamakan adalah pemahaman tentang karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang profesional dari domain belajar yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Oleh karena itu program pendidikan jasmani harus merupakan suatu program yang memberikan perhatian yang cukup dan seimbang kepada ketiga domain tersebut. Jika tidak, maka program bersangkutan tidak lagi bisa disebut pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran dalam kurikulum di sekolah. Mata pelajaran ini berorientasi pada pelaksanaan misi pendidikan melalui aktivitas jasmani dan pembiasaan perilaku hidup sehat. Tujuan yang ingin dicapai dalam mata pelajaran ini adalah “membantu peserta didik untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani” Dari berbagai bentuk dan macam kegiatan pendidikan jasmani di sekolah salah satunya yaitu cabang atletik.

Atletik adalah aktivitas jasmani yang kompetitif/dapat diadu, meliputi beberapa nomor yang terpisah berdasarkan kemampuan gerak-dasar manusia seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar. Atletik juga merupakan olahraga yang banyak pilihan meliputi banyak events yang

berlainan satu sama lain, baik mengenai metode pelaksanaannya, maupun sifat-sifat jasmani para pelakunya.

Pada cabang atletik khususnya nomor lompat jangkit termasuk nomor yang sulit dilakukan karena di dalamnya mengandung unsur - unsur gerak yang kompleks yang menggunakan lompatan tiga kali yaitu jingkat (hop), langkah (step), lompat (jump) atau jingkat – lompat – lompat. Pengertian lompat jangkit seperti ini karena Lompat jangkit atau sering disebut juga lompat tiga, hal ini karena lompat jangkit terdiri dari tiga lompatan jangkit, langkah dan lompat. Tahap gerak tersebut harus dilakukan dalam suatu gerakan yang harmonis dari seluruh anggota tubuh, sehingga dapat menghasilkan suatu lompatan yang benar.

Dari hasil pengamatan pada siswa kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran, bahwa kemampuan gerak dasar lompat jangkit masih dalam katagori rendah, Hal ini dilihat mulai dari sikap persiapan sampai pemulihan siswa masih belum bisa menerapkan gerak dasar yang benar.

Bertitik tolak dari uraian di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian tentang “Peningkatan Pembelajaran Lompat jangkit Melalui alat Modifikasi Kardus dan Gelang - gelang Pada Siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012”.

2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Terbatasnya alat Modifikasi pembelajaran lompat jangkit yang ada disekolah.
2. Kurangnya kemampuan siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012 melakukan keterampilan gerak dasar lompat jangkit dengan benar.
3. Rendahnya hasil belajar Siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam keterampilan gerak dasar lompat jangkit.

3. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas, maka penelitian ini dibatasi hanya pada “Peningkatan Pembelajaran Lompat jangkit Melalui Alat Modifikasi Kardus dan Gelang - gelang Pada Siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012”.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah, maka penelitian di atas dapat dirumuskan sebagai berikut :

Apakah pembelajaran lompat jangkit dapat ditingkatkan dengan alat modifikasi kardus dan gelang - gelang pada siswa kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012?

5. Tujuan

Sesuai dengan masalah penelitian, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk memperbanyak alat modifikasi pembelajaran lompat jangkit.
2. Untuk meningkatkan kemampuan siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012 melakukan keterampilan gerak dasar lompat jangkit.
3. Untuk meningkatkan hasil belajar Siswa Kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam keterampilan gerak dasar lompat jangkit.

6. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

a. Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat jangkit dan untuk meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar lompat jangkit.

b. Guru Penjaskes

Dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam usaha menciptakan pembelajaran yang bermakna dan berkualitas, menentukan model atau pendekatan dengan alat modifikasi yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga anak dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan pembelajaran dan prestasi belajar atletik khususnya nomor lompat jangkit.

c. Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran dalam upaya pengkajian dalam pengembangan ilmu pembelajaran penjaskes.

7. Ruang Lingkup Penelitian.

Obyek penelitian : Memberikan upaya peningkatan keterampilan gerak dasar lompat jangkit.

Subyek peneliti : Siswa kelas IX SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran Tahun Pelajaran 2011/2012.

Tempat Penelitian : lapangan SMP N 1 Way Lima Kabupaten Pesawaran.