

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi belakangan ini sangat mempengaruhi perkembangan pendidikan, terutama di Negara-negara yang sudah maju. Tingkat ilmu pengetahuan dan teknologi yang dicapai suatu bangsa biasanya dipakai sebagai tolak ukur kemajuan bangsa ini, khususnya teknologi informasi sekarang ini telah memberikan dampak positif dalam aspek kehidupan manusia. Dalam menghadapi tantangan perkembangan teknologi informasi tersebut, bangsa Indonesia perlu memiliki warga yang bermutu atau berkualitas tinggi.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. ini berarti pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan/kontribusi yang sangat berarti dengan pertumbuhan dan perkembangan hidup manusia, sehingga diperlukan pembinaan pendidikan jasmani secara benar dan berkesinambungan baik dilingkungan sekolah maupun dimasyarakat. Pembinaan pendidikan jasmani dan olahraga disekolah dapat diartikan sebagai upaya untuk memupuk bakat dan minat siswa dilingkungan sekolah, dengan harapan agar siswa dapat meningkatkan kemampuan secara optimal. Karena itu peran pendidikan jasmani dilingkungan sekolah perlu ditingkatkan baik ditingkat SD, SMP maupun SMA dan SMK. Menurut Husdarta (2011:18) bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. bahwa pendidikan jasmani adalah proses pemenuhan kebutuhan pribadi siswa yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang secara eksplisit dapat terpuaskan melalui semua bentuk kegiatan jasmani yang diikutinya.

Pelaksanaan pendidikan jasmani disekolah negeri maupun swasta dilaksanakan berdasarkan kurikulum yang berlaku, yang dalam implementasinya dilapangan banyak dijumpai banyak kendala. Salah satu kendala yang nampak adalah terbatasnya jam pelajaran pendidikan jasmani. Karena itu diperlukan

kegiatan ekstrakurikuler diluar jadwal pelajaran. Beberapa jenis olahraga yang diajarkan disekolah meliputi kegiatan pokok yang terdiri atas : olahraga permainan, senam, dan atletik.

Permasalahan pendidikan akan selalu muncul bersamaan dengan berkembang dan meningkatnya kemampuan siswa, situasi dan kondisi lingkungan yang ada, upaya informasi dan kebudayaan, serta berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi (Sardiman, 2005 : 39). Kenyataan ini sangat beralasan, dimana ketika pendidikan selalu digadang-gadangkan dalam lingkup sekolah, sosial maupun masyarakat sebagai tolak ukur untuk transfer pengetahuan menjadi bertolak belakang ketika adanya pemahaman ilmu baru, sedangkan ketika ilmu lama disampaikan berbeda penyampaiannya dengan ilmu baru tersebut, terjadi penolakan-penolakan terhadap ilmu tersebut.

Pada saat ini banyak dijumpai gaya mengajar guru penjas belum memanfaatkan kemampuannya secara maksimal. Adanya pembelajaran yang lebih berpusat pada guru, menjadikan siswa tertekan dan menjadi tidak kreatif, sehingga berakibat pada rasa malas dan jenuh setiap kali siswa akan mengikuti pelajaran. Kecenderungan meminimalkan peran dan keterlibatan siswa serta dominasi guru dalam proses pembelajaran masih terlihat manakala proses belajar mengajar berlangsung, yang menyebabkan siswa lebih banyak berperan dan terlibat secara pasif, mereka lebih banyak menunggu sajian dari guru daripada mencari dan menemukan sendiri pengetahuan, keterampilan, serta sikap yang mereka butuhkan. Dan apabila kondisi ini terus terjadi, mengakibatkan sulit tercapainya tujuan pendidikan. Oleh karenanya guru merupakan kunci dalam mengatur, mengarahkan, dan menciptakan suasana kegiatan pembelajaran yang inovatif, dan proaktif yang termanifestasikan bagi siswa, sehingga pembelajaran di pandang siswa tidak menjenuhkan (Furqon Hidayatullah, 2001 : 35).

Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani seperti yang tertuang dalam kurikulum dapat dilakukan melalui aktivitas atau pembelajaran berbagai macam permainan dan olahraga, aktivitas ritmik, aktivitas uji diri / senam, aktivitas perkembangan dan aktivitas air (akuatik). Atletik merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan pada siswa di Sekolah Menengah Pertama sesuai dengan

materi kurikulum 2006 standar kompetensi Sekolah Menengah Pertama. Lompat jauh adalah salah satu nomor dari cabang olahraga atletik yang perlu dilatihkan sejak dini agar kelak atlet bisa meraih prestasi secara maksimal (Depdiknas, 2006 : 24). Dalam perlombaan lompat jauh, seorang pelompat akan bertumpu pada balok tumpuan sekuat-kuatnya untuk mendarat di bak lompat sejauh mungkin. Menurut Aip Syarifuddin (1992: 90), lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas, ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama (mungkin di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya

Berdasarkan pengamatan peneliti pada observasi awal di Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang, Banyak kendala yang dihadapi oleh guru pendidikan jasmani Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang dalam usaha meningkatkan hasil pembelajaran, seperti masih banyak siswa yang belum memahami teknik-teknik dasar lompatan, terutama pada saat melakukan awalan, menolak, melayang, mendarat. keberhasilan untuk melompat sejauh-jauhnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Tamsir Riyadi (1985 : 95) menyatakan, “Unsur-unsur yang berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam melakukan lompat jauh meliputi daya ledak, kecepatan, kekuatan, kelincahan, kelentukan, koordinasi dan keseimbangan”.

Tujuan peneliti mengambil kelas VIII A di Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang di karenakan proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok di kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang masih banyak siswa yang belum memahami teknik-teknik dasar lompatan, terutama pada saat melakukan awalan, menolak, melayang, mendarat. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa pada materi lompat jauh gaya jongkok yang belum Mencapai KKM (Kreteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75, dimana kelas VIII A dari jumlah siswa 30 siswa yang terdiri dari 11 siswa putri dan 19 siswa putra dari jumlah siswa 30 siswa tersebut dan sebanyak 8 siswa atau 27% yang nilainya masuk dalam kategori tuntas dan sisanya 22 siswa atau 73% siswa belum tuntas.

Hasil pra observasi dapat diketahui masih banyak siswa yang belum mencapai KKM (Kriteria ketuntasan minimal) yaitu 75 hal ini mendorong peneliti mencari tahu beberapa faktor kesulitan dan kelemahan yang dapat menghambat proses kegiatan mengajar khususnya dalam lompat jauh gaya jongkok, dari masalah yang ada antara lain masih banyak siswa yang belum memahami teknik-teknik dasar lompatan, terutama pada saat melakukan awalan, menolak, melayang, mendarat. Kemudian peneliti ingin lebih mendalami lagi mengapa siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang tidak dapat menguasai teknik-teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar, terutama pada saat melakukan awalan, menolak, melayang, mendarat.

Ditemukan bahwa pada umumnya guru-guru sekolah, dalam proses kegiatan belajar mengajarnya belum sepenuhnya menerapkan konsep PAIKEM (Pembelajaran Aktif Kreatif dan Menyenangkan) sesuai dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dan PP 19. Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen (PP 19. Tahun 2005 *tentang Guru dan Dosen*, 2005). Gaya mengajar guru dalam pembelajaran Lompat jauh juga sangat menentukan keberhasilan proses belajar mengajar di sekolah. Di sinilah letak peran serta seorang guru dalam mewujudkan suasana proses belajar yang tidak menjenuhkan bagi siswa. Telah banyak dijumpai memang pengalaman yang kurang mengesankan bagi seorang guru olahraga ketika menghadapi situasi siswa kurang tertarik terhadap cabang olahraga lompat jauh. Rasa takut, maupun enggan melakukan olahraga lompat jauh yang menjadikan alasan siswa kurang tertarik terhadap cabang olahraga tersebut. Ini semua bisa terjadi karena proses pembelajaran yang dibangun oleh guru tidak menempatkan formulanya kepada ketertarikan siswa akan olahraga lompat jauh itu sendiri.

Lompat jauh yang benar perlu memperhatikan unsur-unsur awalan, tolakan, sikap badan di udara (melayang) dan mendarat. Keempat unsur ini merupakan suatu kesatuan yaitu urutan gerakan lompat yang tidak terputus-putus (Yoyo Bahagia dkk, 2000 : 16). Dengan demikian dapat dipahami bahwa hasil lompatan itu dipengaruhi oleh kecepatan lari awalan, kekuatan kaki tumpu dan koordinasi waktu melayang di udara dan mendarat di bak lompat.

Aip Syarifuddin (1992: 88) menambahkan bahwa untuk mendapatkan lompatan yang baik, seorang pelompat (atlit) harus memiliki kekuatan, daya ledak, kecepatan, ketepatan, kelentukan, dan koordinasi gerakan, juga harus menguasai teknik untuk melakukan gerakan lompat jauh tersebut serta dapat melakukan dengan cepat, tepat, luwes, dan lincah.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang, di Sekolah tersebut memiliki 1 orang Guru pendidikan jasmani yang mengajar VII Sampai kelas VIII A. Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar (KBM) khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani sub pokok bahasan atletik dalam hal ini adalah lompat jauh gaya jongkok, yang peneliti amati guru di Sekolah belum melalui penerapan gaya mengajar resiprokal dalam pembelajarannya secara optimal. Gaya mengajar resiprokal (*reciprocal style*) adalah suatu gaya mengajar yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memberikan umpan balik kepada temannya sendiri. Husdarta dan Yudha M. Saputra (2000: 29) menyatakan bahwa, “gaya resiprokal adalah gaya mengajar yang menuntut siswa bertanggung jawab untuk mengobservasi penampilan dari teman atau pasangannya dan memberikan umpan balik segera pada setiap gerakan”. Dengan demikian, tanggung jawab untuk memberikan umpan balik bergeser dari guru kepada siswa. Pergeseran ini memungkinkan para siswa meningkatkan interaksi sosial antara teman sebayanya.

Dari Banyak kendala yang dihadapi oleh guru pendidikan jasmani Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang dalam usaha meningkatkan hasil pembelajaran peneliti mencoba menerapkan metode gaya resiprokal. Guru masih mengajar secara konvensional atau mengikuti kebiasaan yang umum digunakan sehingga terlihat siswa kurang antusias mengikuti pelajaran oleh karena itu peneliti mencoba menerapkan model pembelajaran atletik nomor lompat jauh gaya jongkok dengan melalui penerapan gaya mengajar resiprokal dalam pembelajaran. Atas dasar itulah peneliti mencoba menggali dan melakukan penelitian dengan judul “Upaya meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang”

B. Masalah dan Sub Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah, apakah dengan penerapan gaya mengajar resiprokal dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang? Masalah umum tersebut dirumuskan ke dalam sub-sub masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang?
3. Apakah terdapat peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang. tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang.
2. Pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang.
3. Peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang hendak dicapai dalam penelitian adalah untuk mengkaji berbagai keilmuan yang dapat dilihat segi teoritis dan praktis. Adapun manfaat yang dimaksud meliputi:

1. Manfaat Teoritis.

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan sumbangan yang positif dalam pembelajaran olahraga dan kesehatan serta dapat menjadi bacaan, informasi, dan referensi bagi rekan mahasiswa Program Studi Penjaskesrek untuk melakukan penelitiannya.

2. Manfaat Praktis dari penelitian berguna bagi :

- a. Siswa, Penelitian ini dapat meningkatkan keaktifan dan prestasi belajar siswa terhadap pembelajaran penjaskes dan membuat pembelajaran penjaskes lebih menarik, menyenangkan dan terasa mudah.
- b. Guru Penjaskes, dengan diadakan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi guru sebagai bahan untuk wawasan guru dalam mengajar.
- c. Sekolah, Memberikan informasi tentang peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang.
- d. Bagi lembaga
 - 1) Sebagai bahan kepustakaan bagi peneliti lain yang meneliti tentang masalah serupa.
 - 2) Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa, khususnya jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, untuk memperkaya pengetahuan di bidang olahraga.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk membatasi agar penelitian ini memiliki ruang lingkup yang jelas dan tidak melebar kemana-mana maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian yaitu: upaya kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya

mengajar resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang.

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah gejala-gejala yang bervariasi dan menjadi sasaran atau pengamatan dalam penelitian. Sugiyono (2005:2) menyatakan bahwa “Variabel merupakan gejala yang menjadi fokus peneliti untuk diamati”. Variabel penelitian adalah gejala-gejala yang bervariasi dan menjadi sasaran atau pengamatan dalam penelitian. Suharsimi Arikunto (2006:91) “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian pengamatan dalam suatu penelitian. Berkenaan dengan hal ini, Sugiyono (2011:2) menyatakan bahwa “Variabel merupakan gejala yang menjadi fokus peneliti untuk diamati”.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah gejala atau peristiwa yang bervariasi yang menjadi obyek penelitian. Variabel yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut::

a. Variabel Masalah

Variabel masalah yang berfungsi menghubungkan variabel satu dengan variabel lain. Nawawi (2004:57) mengemukakan variabel masalah: “sejumlah gejala atau faktor-faktor atau unsur yang ada atau muncul dipengaruhi atau ditentukan oleh adanya variabel tindakan”. Variabel masalah adalah sejumlah gejala atau faktor yang menentukan atau mempengaruhi ada atau munculnya gejala lain, seperti diungkapkan Agus Kristianto (2010:83) “Variabel terikat (y) dalam PTK adalah variabel masalah yang akan diangkat dan dipecahkan melalui siklus-siklus dalam tindakan PTK. Adapun variabel masalah dalam penelitian adalah kemampuan lompat jauh gaya jongkok.

b. Variabel Tindakan

Variabel tindakan adalah variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau dipengaruhi oleh variabel masalah, ada atau munculnya variabel ini karena variabel tindakan tertentu seperti diungkapkan Agus Kristiyanto (2010:83) bahwa “tindakan dalam PTK juga dapat berupa apa aja, mungkin

berupa inovasi atau rekayasa (*engineering*) dalam hal penggunaan pendekatan atau metode, media, asesmen atau Penilaian”, Menurut Purwanto (2011: 33) Variabel bebas/tindakan adalah variabel yang menjelaskan suatu objek tertentu yang menjadi Variabel tindakan dalam penelitian ini adalah pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan gaya mengajar resiprokal.

2. Definisi Operasional

Penafsiran seorang terhadap suatu istilah sering berbeda sehingga dapat menimbulkan kekeliruan dan menimbulkan ketidakcocokan atau mengaburkan pengertian. Oleh karena itu, peneliti menafsirkan penjelasan ini dengan mengacu pada ahli olahraga sebagai berikut:

a. Gaya mengajar resiprokal

Gaya mengajar resiprokal (*reciprocal style*) adalah suatu gaya mengajar yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memberikan umpan balik kepada temannya sendiri. Dengan demikian, tanggung jawab untuk memberikan umpan balik bergeser dari guru kepada siswa. Pergeseran ini memungkinkan para siswa meningkatkan interaksi sosial antara teman sebayanya.

b. Lompat jauh gaya jongkok

Lompat jauh adalah gerakan yang diawali dengan lari, menolak sekuat-kuatnya pada balok tumpuan, melayang diudara untuk mendapatkan lompatan atau hasil yang maksimal. Untuk mengetahui kemampuan lompat jauh gaya jongkok, maka dilakukan dengan pengamatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok yaitu dengan cara melihat bagaimana siswa dari sikap awal/awalan , saat lari, dan melakukan lompatan pada balok tumpuan sejauh-jauhnya, saat melayang diudara dan sikap saat mendarat pada bak lompat/bak pasir. Dalam pelaksanaan siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok yang dilaksanakan sebanyak 2x diambil nilai teknik dasar tertinggi dari kedua hasil pelaksanaan lompatan tersebut dan penilaian di ukur nilai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

F. Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan suatu jawaban sementara terhadap masalah dan sub masalah penelitian yang masih harus dibuktikan kebenarannya melalui penelitian dilapangan. Menurut Sugiyono (2010:160) hipotesis adalah suatu pernyataan mengenai keadaan populasi (parameter) yang akan diuji kebenarannya berdasarkan data yang diperoleh dari sampel penelitian (statistik). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006:73) hipotesis adalah suatu pendapat atau teori yang masih belum sempurna, yakni pemecahan masalah yang mungkin benar dan mungkin salah.

Hipotesis adalah “suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbuktinya melalui data yang terkumpul” (Suharsimi Arikunto, 2006: 71). Untuk memberikan arah penelitian, maka disusunlah suatu Hipotesis yang perlu diuji kebenarannya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu “Terdapat peningkatan Kemampuan Lompat jauh gaya jongkok menggunakan metode resiprokal pada siswa kelas VIII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kayan Hulu Kabupaten Sintang