

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan ialah usaha atau proses mengembangkan kemampuan diri sendiri serta rencana untuk mengubah keterampilan untuk memperbaiki kehidupan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan keseluruhan yang artinya banyak mempelajari banyak hal dalam bidang pengetahuan yang dipadukan dengan kegiatan praktik fisik (Candra & Setiawan, 2020). Pendidikan merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia karena dapat membentuk masa depan suatu negara dan menghasilkan generasi muda yang memiliki pengetahuan dan kapasitas untuk mengubah lanskap pendidikan, termasuk proses belajar mengajar (Rusli, 2023).

Pendidikan jasmani dipandang sebagai suatu proses atau kegiatan pembelajaran yang meliputi kegiatan atau aktivitas fisik dan non fisik untuk mencapai tujuan tertentu. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuskular, intelektual, sosial, budaya, emosional dan estetis yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani. Kegiatan fisik yang dipilih disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dan kemampuan siswa. Aktivitas fisik yang dipilih disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dan kapabilitas siswa.

Aktivitas fisik yang dipilih ditekankan pada berbagai aktivitas jasmani yang wajar, aktivitas jasmani yang membutuhkan sedikit usaha sebagai aktivitas rekreasi dan atau aktivitas jasmani yang sangat membutuhkan upaya keras seperti untuk kegiatan olahraga kepelatihan atau prestasi.

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan umum yang memprioritaskan aktivitas gerak sebagai cara untuk belajar. Pendidikan jasmani (olahraga) sangat penting untuk meningkatkan kualitas manusia. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan. Dalam pelaksanaannya, aktivitas fisik digunakan sebagai alat atau pengalaman pembelajaran, dan melalui pengalaman ini, siswa berkembang untuk mencapai tujuan akademik. Jadi pendidikan jasmani adalah proses ajar melalui aktivitas jasmani, dan sekaligus pula sebagai proses ajar untuk menguasai keterampilan jasmani. Tujuan pendidikan jasmani di sekolah salah satunya adalah peningkatan kebugaran

Jasmani bagi peserta didik serta peningkatan kemampuan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa. Kemampuan keterampilan gerak dasar, merupakan kemampuan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam pendidikan jasmani. Salah satu pemberian program pendidikan jasmani kepada peserta didik adalah agar pelajar menjadi terampil dalam melakukan semua kegiatan aktivitas fisik (Ali, 2023). Hal ini karena Pendidikan menjadikan seseorang cakap, berakal dan berilmu. Pendidikan dikatakan bermutu apabila menghasilkan manusia yang benar-benar terdidik. Untuk melaksanakan Pendidikan yang bermutu dan bermutu perlu pula diperhatikan berbagai unsur proses Pendidikan. Terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas itu diawali dengan pendidikan yang berkualitas juga, dan dapat dicapai apabila pendidik dalam hal ini guru mengetahui cara memilih metode pembelajaran yang tepat.

Pemilihan metode pembelajaran hendaknya disesuaikan dengan situasi dan kondisi atau keadaan, tujuan pembelajaran, siswa dan fasilitas yang ada. Dalam dunia Pendidikan, proses belajar diawali dengan adanya proses interaksi antara guru, siswa, dan sumber belajar. Dalam interaksi tersebut dibutuhkan media untuk mendukung tersampainya pesan pembelajaran yang diharapkan. Oleh sebab itu guru harus selalu mampu mempersiapkan diri untuk melaksanakan proses pembelajaran dengan baik dan benar.

Pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama, banyak materi yang terangkum dalam berbagai kegiatan olahraga didalamnya yang disesuaikan dengan tuntutan kurikulum 2013. Salah satunya di sekolah MTs YASINAT kesilir wuluhan jember juga masih menggunakan kurikulum 2013. Fokus pembahasan dari seluruh materi pelajaran pendidikan jasmani akan membahas tentang atletik. Atletik adalah olahraga dasar dari atletik, atletik sering juga disebut sebagai induk dari cabang olahraga. Ada berbagai macam materi pembelajaran atletik di sekolah yaitu meliputi nomor jalan, lari, lempar, lompat) Kategori olahraga lempar meliputi tolak peluru. Tolak peluru adalah suatu bentuk gerakan menolak atau mendorong suatu alat bundar (peluru) dengan berat tertentu yang terbuat dari logam, yang dilakukan dari bahu dengan satu tangan untuk mencapai jarak sejauhjauhnya.

Tolak peluru gaya menyamping atau yang lebih dikenal dengan nama ortodoks lebih menekankan pada aspek gerak lengan dimana lengan harus benar dan cukup kuat terlebih bila menggunakan alat yang sebenarnya. Tolak Peluru merupakan nomor lempar yang mempunyai karakteristik sendiri yaitu, peluru tidak dilempar tetapi ditolak atau didorong dari bahu dengan satu tangan (Anisa Sholihamia & Surya Rezeki Sitompul, 2020). Untuk dapat menolakkan peluru sejauh- jauhnya, maka harus menguasai Teknik tolak peluru dengan benar. Pernyataan “bagaimana menolak peluru yang benar” ditinjau dari beberapa segi yang menyangkut masalah teknik menolak peluru secara keseluruhan. Hal yang seperti ini, membuat peneliti melakukan observasi pada beberapa kelas mengenai pembelajaran tolak peluru gaya ortodoks.

Adapun permasalahan yang terkait pada waktu observasi di bulan November 2023 di sekolah MTs YASINAT kesilir wuluhan kabupaten jember, ternyata peserta didik masih kesulitan untuk melakukan gerakan dengan menggunakan media yang sesungguhnya sehingga hasilnya pun kurang maksimal. Terlebih alat tolak peluru yang digunakan pun terbatas yang membuat pembelajaran kurang aktif dan membuat peserta didik menunggu

giliran untuk melakukan gerakan. Lebih khusus penelitian tertuju pada peserta didik pada kelas VII G MTs YASINAT Kesilir Wuluhan Jember dimana hasil belajar peserta didik terkait dengan permasalahan pembelajaran materi tolak peluru gaya ortodoks sangatlah belum mencapai nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum). Dalam hal ini tentu menjadi masalah yang perlu dicarikan solusinya.

Dari masalah tersebut peneliti mencoba menerapkan pentingnya penggunaan media yang tepat untuk mendukung tercapainya tujuan pembelajaran tolak peluru gaya menyaping, maka untuk melatih Teknik cara menolak peluru peneliti menggunakan media bola kasti sebagai penunjang keterampilan untuk melakukan Teknik tolakan karena bola yang digunakan lebih ringan dan minim resikonya. Keterampilan merupakan gambaran kemampuan motorik seseorang yang ditunjukkan melalui penguasaan suatu gerakan. Dalam suatu proses pembelajaran motorik, seorang pembelajar diharapkan mampu menguasai keterampilan motorik, yaitu kemampuan seseorang untuk melakukan suatu tugas gerak secara maksimal sesuai dengan kemampuannya (Andika et al., 2020). Karena dalam hal ini peneliti menegaskan bahwa bola kasti hanya sebagai media untuk meningkatkan keterampilan menolak. Untuk selanjutnya dalam proses pembelajaran tahap akhir dan evaluasi tetap memakai peluru yang asli.

Hasil belajar peserta didik akan terjawab dengan baik dengan sistem penilaian yang baik. Sistem tersebut diperlukan baik pada hasil belajar maupun proses belajar peserta didik, Salah satu tolak ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan pendidikan adalah hasil belajar peserta didik (Setyo Utami, A. I., & Winarno, 2020). Pembelajaran dianggap berhasil apabila telah berhasil mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri. Oleh karena itu guru sangat punya peran penting dalam proses Pendidikan dan harus mampu menguasai beberapa Teknik, strategi dan model pembelajaran agar proses pembelajaran berlangsung dengan baik.

Berdasarkan teori dan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk mengambil judul dalam penelitian ini yaitu modifikasi media bola kasti dalam meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya menyamping. Harapannya hasil penelitian ini dapat meningkatkan hasil belajar cabang olah raga atletik tolak peluru gaya menyamping serta memberikan informasi yang berguna bagi peningkatan hasil belajar tolak peluru pada siswi di MTs YASINAT Kesilir, Kecamatan Wuluhan, Kabupaten Jember.

## **1.2 Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah modifikasi bola kasti dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya menyamping?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil peningkatan keterampilan tolak peluru gaya menyamping dengan menggunakan modifikasi bola kasti.

## **1.4 Definisi Operasional**

### **1.4.1 Tolak peluru gaya menyamping**

Tolak peluru merupakan salah satu cabang atletik pada nomor lempar. Tujuan dari tolak peluru adalah melakukan tolakan sejauh-jauhnya secara sah dan benar menurut aturan yang ada. Gaya tolak peluru ada 2 macam, yaitu gaya ortodox (gaya menyamping) dan gaya obrien (gaya membelakangi). Disebut gaya obrien karena gaya tersebut pertama kali dilakukan oleh Verry Obrien (Anisa Sholihamia & Surya Rezeki Sitompul, 2020). Tolak peluru gaya menyamping (Ortodoks) ialah Pelempar dapat melakukan tolakan peluru dengan cara memosisikan tubuh menyamping dari area pendaratan. Selanjutnya, pelempar dapat meletakkan bola logam antara kepala dan bahu untuk kemudian dilakukan tolakan. Dan dianggap berhasil jika pelempar benar dan tepat melakukan Gerakan Teknik tolakan dan mencapai jarak tolakan yang sejauh-jauhnya.

### 1.4.2 Modifikasi Bola Kasti

Modifikasi peralatan merupakan modifikasi yang paling sering dilakukan oleh seorang guru penjas dalam proses pembelajaran (Yono & Sodikin, 2020). Salah satunya adalah modifikasi bola kasti yang digunakan dalam proses pembelajaran tolak peluru ditingkat Madrasah Tsanawiyah (MTs). Modifikasi tolak peluru dengan bola kasti menggunakan permainan tolak tangkap bola kasti. Berat peluru yang digunakan pada perlombaan adalah 7,257 kg untuk putra dan 4 kg untuk putri (senior) untuk junior peluru yang digunakan berukuran 3 kg untuk putri dan 5 kg untuk putra yang terbuat dari besi atau bahan logam lainnya (Warniati et al., 2022). Bola kasti memiliki ukuran keliling 19-20 cm, berat 30-70 gram dan diameter 20 cm. pemilihan penggunaan bola kasti dalam hal ini adalah berdasarkan bentuknya yang bulat bukan berdasarkan beratnya karena kompetensi yang ingin diukur dalam penelitian ini adalah penguasaan Teknik.

## 1.5 Manfaat Penelitian

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi tambahan dan gambaran mengenai hasil belajar tolak peluru gaya menyamping melalui modifikasi bola kasti.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi siswi

1. Dapat meningkatkan kemampuan tolak peluru bagi siswi yang dijadikan obyek penelitian.
2. Mempermudah siswi dalam memahami Gerakan-gerakan dalam menolak peluru
3. Dapat meningkatkan kemampuan tolak peluru dengan menerapkan model modifikasi bola kasti.
4. Meningkatkan percaya diri terhadap siswi pada cabang olahraga atletik nomor Lempar.

b. Bagi guru

1. Dapat dijadikan sebagai masukan dan pedoman bagi guru penjaskes di MTs YASINAT Kesilir Wuluhan Jember akan pentingnya pendekatan pembelajaran yang tepat, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.
2. Untuk meningkatkan kreatifitas guru dalam mengajarkan Teknik tolak peluru dengan menerapkan modifikasi bola kasti.
3. Untuk pedoman guru dalam memotifasi dan meningkatkan minat siswi dalam pembelajaran penjas materi atletik nomor lempar.

### 1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini bertujuan untuk membatasi pembahasan pada pokok permasalahan saja, yakni penelitian ini mengkaji modifikasi bola kasti sebagai penunjang keterampilan tolak peluru gaya menyamping. Data diambil dari observasi dan wawancara di kelas VII G MTs yasinat yang berjumlah 28 siswi.

