

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu hal penting yang harus didapatkan oleh setiap orang dari kalangan manapun, baik yang muda maupun yang lansia, karena menuntut ilmu tidak ada batasan usia. Pada dasarnya pengertian pendidikan (UU Sidiknas No.20 tahun 2003) adalah usaha yang dilakukan untuk mewujudkan pembelajaran aktif agar peserta didik dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dalam bermasyarakat.

Pendidikan ditandai dengan adanya interaksi yang dilakukan oleh pendidik dan peserta didik untuk mencapai tujuan tertentu. Melalui pendidikan manusia dapat menggali potensi yang ada di dalam dirinya, tanpa adanya pendidikan hidup seseorang tidak akan terarah. Sumber daya manusia yang berkualitas akan erat kaitanya dengan pendidikan yang berkualitas juga, hal ini tentu memerlukan jasa seorang pendidik yang telah berkompeten dibidangnya, sehingga mampu ikut serta mengembangkan bakat dan potensi yang ada pada diri setiap peserta didik yang berbeda-beda.

Dunia Pendidikan memiliki banyak mata pelajaran yang harus dikuasai oleh peserta didik, salah satunya Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Mengacu pada SK Mendikbud No. 0413/U/1987 bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan mata pelajaran wajib bagi siswa mulai bangku Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Pembelajaran tersebut juga sama pentingnya dengan mata pelajaran yang lainnya. Salah satu sasaran Pendidikan

yaitu terpenuhinya komponen pedagogis, sehingga tanpa adanya Pendidikan Jasmani dirasa akan sedikit kurang lengkap untuk memenuhi sasaran tersebut (Tantio & Putra, 2021).

Sering kali Pendidikan Jasmani dianggap sebagai pembelajaran yang dituntut untuk menjadikan siswa sebagai seorang atlet, hal ini justru tidak sesuai dengan tujuan dari pembelajaran. Siswa hanya dituntut untuk menguasai materi secara kognitif dan psikomotor terhadap semua yang sudah menjadi kompetensi dasar, sedangkan atlet hanya terfokus pada salah satu cabang olahraga saja. Materi yang harus dikuasai siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani ada sepuluh Kompetensi Dasar, salah satunya adalah cabang Olahraga Atletik dengan nomor berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Terdapat pada indikator 4.3 (Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan tradisional) sesuai dengan kurikulum yang sedang digunakan yaitu kurikulum 2013. Maka melalui penelitian ini penulis terfokus pada cabang olahraga lompat jauh gaya jongkok. Pada nomor melompat, peserta didik diharapkan bisa melakukan Gerakan Lompat Jauh dengan baik dan memperoleh lompatan sejauh mungkin.

Lompat jauh adalah salah satu cabang olahraga atletik pada nomor lompat dimana terdapat gerakan yang diawali dengan lari lalu melompat dengan bertumpu pada satu kaki di akhiri dengan menjatuhkan kaki ke dalam bak pasir dengan tujuan mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Lompat jauh memiliki tiga macam gaya yaitu gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya berjalan di udara. Lompat jauh terdiri atas unsur-unsur awalan, tumpuan, melayang, dan

mendarat. Keempat tahapan tersebut harus dilakukan secara kontinu dan cepat (Tantio & Putra, 2021).

Metode pembelajaran merupakan komponen utama penunjang keberhasilan guru dalam menyampaikan materi di sekolah. Penerapan metode yang tepat akan memberikan hasil yang baik (Noprian *et al.*, 2020). Metode pembelajaran yang tepat menurut (Sutikno, 2021) yaitu terciptanya suasana yang belajar yang kondusif, aktif, dan menyenangkan. Kondisi yang saat ini terjadi adalah rendahnya hasil pembelajaran pada aspek keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 11 Wuluhan. Sebagai upaya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, guru harus memfasilitasi proses belajar siswa menuju kearah yang positif dan kondusif, guru perlu memiliki kreativitas dengan memvariasikan strategi dalam kegiatan mengajarnya, dengan memilih metode yang baik akan merangsang siswa untuk selalu ingin terlibat dalam pembelajaran. Banyak metode pembelajaran yang dapat digunakan, salah satunya adalah modifikasi.

Modifikasi secara umum dapat diartikan sebagai usaha untuk melakukan perubahan atau menyesuaikan (Budi, 2021). Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik tanpa menghilangkan unsur-unsur pokok dari apa yang dimodifikasi. Modifikasi berarti usaha perubahan yang dilakukan berupa perlengkapan, fasilitas, metode, gaya serta penilaian yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa (Syahrudin, 2020).

Modifikasi yang dimaksud dalam penelitian ini berarti melakukan perubahan pada proses pembelajaran, dengan tujuan untuk memberikan hal

yang baru kepada siswa agar memiliki kesan yang menarik dan lebih mudah memahami materi. Modifikasi juga dianggap dapat membantu guru selama proses pembelajaran dengan keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah atau kebutuhan yang diperlukan peserta didik selama kegiatan pembelajaran (Yono & Sodikin, 2020). Modifikasi yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah modifikasi pembelajaran lompat jauh menggunakan tali rintangan yang diatur ketinggiannya menggunakan bambu dengan jarak tertentu, hal ini bertujuan untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka peneliti berupaya untuk meningkatkan Keterampilan Pendidikan jasmani, olahraga, dan Kesehatan dengan melakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul “Peningkatan Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VIII Tahun Ajaran 2023/2024 SMP Muhammadiyah 11 Wuluhan”.

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini sebagai berikut:

Apakah penerapan modifikasi tali rintangan dapat meningkatkan kemampuan Teknik asar lompat jauh gaya jongkok pada siswa SMP Muhammadiyah 11 Wuluhan?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan modifikasi tali rintang dapat meningkatkan keterampilan Teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa SMP Muhammadiyah 11 Wuluhan.

1.4 Definisi Operasional

1.4.1 Keterampilan

Keterampilan adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia dalam mengembangkan ide, gagasan, serta kreatifitasnya untuk melakukan suatu pekerjaan dengan cepat dan benar. Keterampilan yang dimiliki setiap orang tentunya berbeda. Keterampilan semakin dikembangkan akan semakin baik.

1.4.2 Lompat Jauh

Lompat Jauh adalah salah satu cabang olahraga atletik pada nomor melompat dengan gerakan yang dilakukan secara berurutan dan cepat mulai dari awalan, tolakan, gerakan di udara, di akhiri dengan pendaratan yang bertujuan untuk melecutkan badan kedepan agar memperoleh lompatan sejauh mungkin.

1.4.3 Gaya Jongkok

Gaya jongkok adalah salah satu dari tiga gaya yang ada dalam olahraga lompat jauh, suatu gerakan dimana melompat setelah melakukan tolakan dengan sikap badan di udara jongkok seperti duduk dengan kedua lutut ditekuk dan kedua tangan lurus kedepan.

1.4.4 Media Tali Rintangan

Media Tali Rintangan adalah sebuah media yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh berupa sebuah tali yang dihubungkan dengan kedua bambu yang sama tingginya, diletakkan pada bagian antara papan tumpuan dan bak lompat untuk dijadikan sebagai rintangan yang harus dilewati siswa untuk melatih kekuatan, keseimbangan, dan daya ledak agar lompatan yang dihasilkan dapat diraih dengan maksimal.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dalam penelitian ini bermaksud agar mampu memberikan informasi tambahan atau referensi pengetahuan mengenai peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menerapkan metode modifikasi tali rintang.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa
 - 1) Memberikan kesan pembelajaran yang baru dan lebih menarik, tentunya dapat meningkatkan antusias semangat belajar siswa.
 - 2) Mempermudah siswa dalam melakukan gerakan dasar lompat jauh.
 - 3) Membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan penguasaan gerakan dasar lompat jauh.
 - 4) Meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa.

b. Bagi Guru

- 1) Sebagai pedoman guru dalam melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan metode modifikasi.
- 2) Memberikan pengetahuan dan wawasan baru terhadap guru tentang metode pembelajaran lompat jauh gaya jongkok yang di modifikasi.
- 3) Meningkatkan kreatifitas guru dalam melakukan pembelajaran.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini bertujuan untuk membatasi pembahasan dan lebih mengarah pada pokok permasalahan saja. Adapun ruang lingkup dalam penelitian ini adalah menggunakan metode pembelajaran yang tepat yaitu metode modifikasi khususnya materi lompat jauh yang dilakukan pada Siswa Kelas VIII di SMP Muhammadiyah 11 Wuluhan.

