

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan yang berkembang di Indonesia tentunya berpengaruh kepada proses pendidikan di Indonesia, pendidikan di ranah sekolah merupakan suatu dasar yang sangat fundamental atau mendasar karena pada pelaksanaannya pendidikan di ranah sekolah bersinggungan secara langsung dengan peserta didik, pendidikan di ranah sekolah meliputi berbagai macam disiplin ilmu diantaranya ilmu pendidikan dalam mata pelajaran matematika, Ilmu Pengetahuan Alam, Ilmu Pengetahuan Sosial, Pendidikan Kewarganegaraan, Prakarya, Pendidikan Agama, Bahasa Indonesia, Muatan lokal, English, Bimbingan Konseling, dan Penjasorkes. Pada dasarnya pembelajaran yang terdapat pada disiplin ilmu pengetahuan serta menginginkan peserta didik terus berkembang dalam segi keilmuannya dan dari segi aktivitas geraknya, Khususnya dalam ranah keilmuan pendidikan jasmani yang terkait dengan penelitian ini.

Pendidikan jasmani merupakan suatu aktifitas gerak yang dilakukan oleh setiap individu terutama yang bersangkutan dengan peserta didik. Adapun pengertian pendidikan jasmani menurut S.Y Bangun (2016, hlm 157) di jelaskan sebagai berikut:

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan keseluruhan karena pendidikan jasmani menggunakan aktivitas jasmani sebagai pokok dari proses pembelajaran. Secara psikologis pendidikan yang menggunakan fisik sangat penting bagi perkembangan dan kemajuan peserta didik, dengan demikian belajar.

Pada hakekatnya pendidikan jasmani bergerak di dalam ranah yang sangat bermanfaat bagi individu itu sendiri, yang dimana suatu proses pendidikan bermanfaat untuk kesehatan dan kebugaran fisik secara menyeluruh. Asumsi lain yang berpendapat tentang pendidikan jasmani menjelaskan bahwa menurut Nugraha (2015, hlm 559) “Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan di sekolah dari tingkat dasar sampai perguruan tinggi”.

Setelah memahami beberapa asumsi di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa olahraga adalah bagian dari proses pendidikan yang meliputi kegiatan

olahraga, kesehatan, dan kognitif yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik, keterampilan fisik, mental, emosional, spiritual, dan sikap sosial untuk meningkatkan secara sistematis. Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) tentunya banyak sekali mempelajari berbagai macam cabang olahraga dengan materi yang beragam, ada yang di golongan kepada permainan bola besar seperti (sepak bola, bola voli, bola basket dan lain-lain) dan ada juga yang digolongkan kepada permainan bola kecil (Softball, Bulu Tangkis, Tenis Meja), pencak silat dan atletik. Cabang olahraga atletik di dalamnya terdiri empat nomor utama yaitu: jalan, lari, lompat dan lempar. Dari tiap-tiap nomor tersebut di dalamnya terdapat beberapa nomor. Untuk nomor lari terdiri: lari jarak pendek, jarak menengah, jarak jauh atau marathon, lari tali, dan lari sambun. Nomor lempar meliputi: lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru, dan lontar martil. Nomor lompat meliputi: lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, lompat tinggi galah. Pemberian pemahaman materi kepada peserta didik tentang keterampilan, diharapkan dapat berdampak kepada fisik dan pengetahuan dari peserta itu sendiri. Dari berbagai macam cabang olahraga dengan materi yang beragam penulis mengambil satu cabang olahraga atletik dengan materi lompat jauh gaya jongkok dalam penelitian yang penulis lakukan.

Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat kedepan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang di lakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh – jauhnya (Hafidz et al., 2021). Lompat jauh merupakan gerakan melompat dengan menggunakan tumpuan satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. Sasaran dan tumpuan lompat jauh adalah untuk mencapai jarak lompatan sejauh mungkin ke bak lompat. Jarak lompatan diukur dari papan tolakan sampai batas terdekat dari letak daratan yang dihasilkan oleh bagian tubuh. Dalam lompat jauh terdapat berbagai macam gaya yang umum digunakan oleh para pelompat, yaitu gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya berjalan di udara. Lompat jauh gaya jongkok merupakan salah satu rangkaian gerakan yang diawali dengan lari, menumpu untuk menolak, melayang di udara

dengan sikap jongkok dan mendarat sejauh-jauhnya. Agar siswa dapat melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan baik, teknik dasar dalam lompat jauh harus dikuasai baik pula. Penggunaan metode pembelajaran lompat jauh yang tepat akan sangat bermanfaat untuk mendorong siswa dapat melakukan rangkaian gerakan lompat jauh yang benar. Seorang guru hendaknya mengusahakan berbagai alternatif pembelajaran yang ada. Hal ini dimaksudkan agar siswa tidak mengalami kesulitan yang lebih besar lagi. Upaya untuk mengajarkan lompat jauh gaya jongkok pada siswa menengah pertama perlu diterapkan cara mengajar yang baik dan tepat. Hal ini karena, para siswa pada umumnya belum menguasai teknik lompat jauh gaya jongkok sehingga hasil lompatan tidak maksimal. Bahkan para siswa kurang senang dengan pembelajaran atletik.

Pada proses pembelajaran, evaluasi harus dilakukan untuk memperbaiki dan meluruskan proses pembelajaran, khususnya pada ranah pendidikan jasmani, guru mata pelajaran pendidikan jasmani yang ada di SMP Negeri 2 Pagerageung melakukan proses pembelajaran di kelas VIII D dengan jumlah kelas sebanyak lima kelas, dimana setiap kelasnya beranggotakan 32 sampai 35 peserta didik. Pada proses pembelajaran sebelumnya, pendidik tidak merasakan adanya permasalahan yang berarti, namun setelah menginjak kepada materi atletik nomor lompat jauh gaya jongkok pendidik mulai merasakan adanya kesulitan di dalam proses pembelajaran, perlu di akui dalam lompat jauh gaya jongkok merupakan merupakan materi yang cukup tidak mudah, untuk lompat jauh gaya jongkok itu sendiri memerlukan tolakan dan tumpuan kaki yang tepat. teknik dasar lompat jauh gaya jongkok kini disuguhkan pada materi pembelajaran pada jenjang pendidikan jasmani, sebagai dasar agar siswa mengenal dan mempunyai wawasan pengetahuan bahwa dalam pembelajaran atletik ada banyak teknik lompat salah satunya adalah lompat jauh gaya jongkok, tentunya ini merupakan suatu pembelajaran yang akan menjenuhkan dibalik peserta didik harus di hadapkan dengan materi yang cukup sulit, peserta didik juga akan dihadapkan dengan satu bak pasir yang akan diisi oleh beberapa peserta didik. Sekaitan dengan hal tersebut perencanaan pembelajaran harus di sajikan dengan baik agar proses pembelajaran berjalan dengan kondusif dan interaktif, oleh sebab itu pendidik

merancang metode pembelajaran dengan menggunakan metode ceramah, komando dan demonstrasi, semua kelas mendapatkan perlakuan yang sama, di mana pendidik berasumsi bahwa dengan menggunakan metode tersebut peserta didik dapat terarahkan dan terpantau dengan baik pada setiap gerakannya. guru pendidikan jasmani menggunakan metode pembelajaran dengan gaya komando (*the commando*) namun proses pelaksanaannya masih bersifat tradisional. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kurang memahami dan belum kreatif dalam memilih gaya mengajar yang tepat untuk siswanya. Misalnya pada gaya mengajar komando guru penjas biasanya menerapkannya untuk semua peserta didik, padahal belum tentu gaya mengajar ini cocok untuk semua peserta didik. Karena dalam satu komando maka tidak akan timbul rasa ingin bersaing pada setiap siswa, sehingga tidak dapat perbedaan individu. Seharusnya setiap menggunakan satu gaya mengajar, guru harus memperhatikan tingkat perkembangan dan kemampuan peserta didik dalam menyerap materi yang diberikan. Dalam menentukan suatu gaya mengajar, maka faktor karakteristik peserta didik merupakan hal penting yang juga perlu diperhatikan dan dijadikan pertimbangan oleh guru. Oleh karenanya, penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan faktor internal peserta didik sebagai usaha untuk menghasilkan informasi tentang pengaruh strategi pembelajaran yang diterapkan, jika dikaitkan dengan faktor internal peserta didik terhadap peningkatan keterampilan belajar mereka pada cabang atletik. Pada kenyataannya terdapat satu kelas yang nilainya dibawah rata rata dari pada kelas yang lainnya dan selalu kesulitan dalam memahami teknik dasar lompat jauh gaya jongkok yang di arahkan oleh pendidik. Berdasarkan hasil perolehan nilai yang dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 29 juli 2023, dibuktikan dengan nilai rata-rata KKM dibawah nilai 79 atau sekurang-kurangnya kurang dari 84% yang tidak mencapai KKM dan 16% yang telah mencapai KKM. Berdasarkan data fakta pada kelas VIII D diperoleh data saat penilaian lompat jauh gaya jongkok dengan nilai KKM 79. Dari jumlah 32 siswa laki-laki 13 orang dan 19 perempuan. Jika di kalkulasikan dari 32 siswa terdapat 27 siswa yang di bawah KKM 79, dan hanya 5 orang yang mencapai pembelajaran atletik nomor lompat jauh gaya jongkok. Hal tersebut menunjukan

bahwa hasil belajar siswa masih tergolong rendah idealnya minimal 75%. Ini dikarenakan saat dalam sebuah observasi kelas, dapat diketahui bahwa peserta didik di kelas VIII D memiliki minat dan motivasi yang kurang terhadap pelajaran pendidikan jasmani, dimana masih tampak beberapa siswa yang mengobrol dengan temannya, malas-malasan dalam melakukan tugas yang diberikan oleh guru dan sebagian siswa mengeluh karena merasa tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan. Pembelajaran atletik nomor lompat jauh gaya jongkok sebelumnya mereka tidak mengikutinya dengan baik, Peserta didik ketika pembelajaran cenderung belajar secara individu tidak mau membantu temannya dalam pembelajaran, mereka kurang antusias dan merasa jenuh pada saat proses belajar berlangsung. Untuk gerakan lompat jauh gaya jongkok yang sering menjadi permasalahan yaitu dalam kaki ketika akan melakukan tolakan kaki menumpu menggunakan dua kaki.

Atas dasar permasalahan di atas, maka peneliti merencanakan untuk mengatasi permasalahan tersebut sesuai dengan kondisi siswa agar tujuan dari pembelajaran atletik nomor lompat jauh gaya jongkok dapat tercapai dengan baik. Salah satu langkah/strategi pembelajaran yang digunakan adalah pembelajaran dengan model pembelajaran *problem based learning*. Pembelajaran ini merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kemampuan yang lebih bagi siswa/i, pembelajaran ini merupakan pembelajaran siswa aktif yang mengaitkan informasi baru dengan unsur kognitif yang telah di miliki siswa melalui kegiatan belajar kelompok untuk mengembangkan keterampilan dengan bantuan berbagai sumber belajar (Irian et al., 2022), dengan tujuan agar dapat memecahkan permasalahan dalam teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik. Dengan adanya penerapan model *problem based learning* diharapkan siswa dapat terlibat aktif dalam pembelajaran sehingga dapat meningkatkan motivasi dan penguasaan terhadap materi pembelajaran. Alasan peneliti memilih model *problem based learning* adalah model ini memiliki beberapa kelebihan, yaitu meningkatkan kemampuan pemecahan masalah. Meningkatkan kecakapan kolaboratif, dalam *problem based learning* ini mendukung peserta didik dalam kerja tim, mereka menemukan keterampilan

merencanakan, mengorganisasi, negosiasi dan membuat konsesus isu tugas, penugasan masing – masing tim, pengumpulan informasi dan penyajian. Model *problem based learning* ini memberikan peluang dan kesempatan kepada peserta didik untuk menemukan sendiri pengetahuan yang menjadi tugasnya dan secara bersama-sama di dalam kelompok mengembangkan pengetahuan tersebut. Pengetahuan yang ditemukan sendiri melalui model *problem based learning* pada akhirnya akan tertanam lama dalam benak peserta didik, Sehingga penulis memberikan dan memecahkan persoalan tersebut dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Atletik Nomor Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model *Problem Based Learning*, pada siswa kelas VIII D Tahun Ajaran 2023/2024.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas penulis mengajukan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat peningkatan hasil belajar atletik nomor lompat jauh dengan menggunakan model *problem based learning* pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Pagerageung pada tahun ajaran 2023/2024?”.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah dan latar belakang yang di kemukakan di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan baik secara umum maupun khusus.

### **1) Tujuan Umum Penelitian**

Untuk mengetahui pengaruh model *problem based learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Pagerageung dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh model *problem based learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada peserta didik kelas VIII D SMP Negeri 2 Pagerageung.

### **2) Tujuan Khusus Penelitian**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah adanya suatu perubahan yang berarti dalam proses pembelajaran khususnya dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik melalui penerapan model *problem based*

*learning* pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Pagerageung Tahun Ajaran 2023/2024. Sekurang-kurangnya 75% siswa kelas VIII D SMP Negeri 2 Pagerageung Tahun Ajaran 2023/2024 memiliki hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan kategori peserta didik mendapatkan hasil yang baik.

#### **I.4 Kegunaan Penelitian**

Setiap melakukan kegiatan tentunya di harapkan bermanfaat untuk diri pribadi sendiri maupun orang lain. Begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

Secara teoritis dan praktis hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis
  - a. Mendapatkan pengetahuan baru tentang cara meningkatkan hasil belajar atletik nomor lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran penjasorkes melalui model pembelajaran *problem based learning*.
  - b. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk referensi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan hal yang sama.
  - c. Dapat digunakan sebagai media alternative bagi guru penjasorker di sekolah lain dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok yang lebih efektif dan menyenangkan bagi peserta didik melalui model pembelajaran *problem based learning*, sehingga peserta didik dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada pembelajaran atletik.
2. Secara praktis
  - a. Bagi guru, dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pada proses belajar mengajar disekolah dengan melakukan pembelajaran melalui model tutor teman sebaya.
  - b. Bagi siswa, diharapkan dapat memberikan pengaruh dengan menumbuhkan secara motivasi dan partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik.
  - c. Bagi sekolah, sebagai tambahan sumber informasi agar bisa lebih meningkatkan sistem pengajaran di sekolah, sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan harapan dalam pembelajaran atletik.