

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya pada masa yang akan datang. Disadari atau tidak pertumbuhan dan perkembangan seseorang yang bersifat kualitatif dan kuantitatif juga merupakan hasil dari proses pendidikan. Pendidikan itu sendiri bermaksud mengembangkan segala potensi yang dimiliki oleh individu yang secara alami sudah dimiliki. Melalui pendidikan dapat dikembangkan suatu keadaan yang seimbang serta membantu perkembangan aspek individual dan aspek sosial secara wajar. Potensi yang ada pada individu tersebut apabila tidak dikembangkan akan menjadi sumber daya yang terpendam tanpa dapat dilihat dan dirasakan hasilnya.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani (Depdiknas, 2003: 5). Tentunya pendidikan jasmani ini bertujuan lebih dari itu, yakni bertujuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa dalam memahami suatu materi pelajaran atau permainan dalam olahraga yang akhirnya suatu saat akan berguna dalam peningkatan prestasi. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dibuat oleh Diknas memberikan keleluasaan pada guru untuk menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

(RPP) yang baik sebagai pedoman dalam kegiatan pengajarannya,

Berdasarkan kurikulum, guru bidang studi di masing-masing daerah membuat silabus, dengan cara melakukan penjabaran dan penyesuaian Standar Isi (SI) dan Standar Kompetensi Lulusan (SKL) yang ditetapkan dengan Permendiknas No. 23 Tahun 2006. Berdasar silabus dari kumpulan guru-guru bidang studi tersebut, maka seorang guru wajib membuat RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) untuk mengajar. Salah satunya membuat RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) pada olahraga lompat jauh gaya jongkok.

Kewenangan Depdiknas dalam menyusun kurikulum memungkinkan sekolah menyesuaikan kurikulum dengan tuntutan kebutuhan siswa, keadaan sekolah, dan kondisi daerah. Dengan demikian, sekolah memiliki kewenangan untuk merancang dan menentukan hal-hal yang diajarkan, pengelolaan pengalaman belajar, cara mengajar, dan menilai keberhasilan belajar mengajar (pembelajaran). Salah satu mata pelajaran yang Rencana Pelaksanaan Pembelajarannya disusun sendiri guna menyesuaikan kebutuhan siswa, kondisi sekolah dan kondisi daerah adalah pendidikan jasmani.

Di dalam kurikulum, mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar terdiri dari permainan, atletik, ritmik, renang (aktivitas air), dan aktivitas luar kelas. Dalam atletik terdapat beberapa nomor, salah satunya adalah lompat jauh. Lompat jauh termasuk salah satu bagian dari nomor lompat. Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang atletik yang diajarkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di

sekolah. Menurut Dadan Hariyana (2010:16) tujuan lompat jauh adalah melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dari titik tertentu ke bak pendaratan, dengan cara berlari secepat-cepatnya kemudian menolak, melayang di udara, dan mendarat.

Secara keseluruhan setiap kegiatan olahraga akan berhasil jika mendapatkan dukungan dari berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah sebagai berikut: (1) bakat, (2) bentuk gerakan dan latihan, (3) tingkat perkembangan faktor prestasi dan sifat-sifat yang berdaya gerak (tenaga, stamina, kecepatan, kelincahan, dan keterampilan), (4) niat dan kemauan (Gunter Benhard, 1993: 10).

Menurut Tamsir Riyadi, (1995:95) Unsur-unsur yang berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam melakukan lompat jauh, meliputi: daya ledak, kecepatan, kekuatan, kelincahan, kelenturan, koordinasi dan keseimbangan. Unsur-unsur dasar untuk berprestasi dalam lompat jauh, yaitu: (1) faktor (unsur-unsur) kondisi: terutama kecepatan, tenaga loncat atau lompat, (2) unsur teknik: anjang-ancang, persiapan loncat dan perpindahan fase melayang dan pendaratan (Gunter Benhard, 1993: 45).

Faktor-faktor tersebut di atas harus dimiliki oleh setiap atlet lompat jauh, karena akan menentukan pencapaian prestasi lompatnya. Faktor kondisi fisik merupakan dasar bagi atlet didalam mencapai prestasi. Keterampilan dalam melakukan gerak melompat (faktor teknis) juga harus dimiliki oleh setiap atlet lompat jauh. Untuk dapat melakukan gerak lompat jauh, atlet harus menguasai teknik awalan, tumpuan, melayang di udara dan cara melakukan

pendaratan. Kecepatan dan tenaga lompat adalah faktor dalam menentukan jarak lompatan. Untuk meningkatkan tenaga pada waktu melompat, diperlukan latihan memperkuat otot (Jess Jarver, 1982: 32-48).

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengajar di SD Negeri Bandarsedayu kabupaten Magelang, minat siswa terhadap olahraga atletik khususnya lompat jauh masih kurang, siswa cenderung lebih berminat terhadap olahraga cabang permainan, seperti sepakbola, bola voli dan bulutangkis. Pada olahraga lompat jauh biasanya untuk siswa Sekolah Dasar yang diberikan materi pembelajaran lompat, dimulai dari siswa kelas III, karena siswa kelas I dan II Sekolah Dasar belum mampu jika diamati menurut kondisi fisiknya. Secara umum ada beberapa persamaan pada siswa siswi kelas III dan IV Sekolah Dasar Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari. Apabila dilihat dari masa pertumbuhannya antara siswa putra dengan putri di kelas III dan kelas IV tidak jauh berbeda. Di lihat dari segi umur rata-rata anak yang berumur 9-11 tahun, dari sisi lebar bahu dan panjang tungkai juga tidak jauh berbeda, tetapi jika dilihat dari faktor jenis kelamin terdapat perbedaan pengalaman dan rutinitas yang dilakukan sehari-hari (Sugiyanto: 2003:42).

Berdasarkan perbedaan jenis kelamin siswa kelas III dan IV Sekolah Dasar Negeri Bandarsedayu yang berbeda tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Perbedaan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok antara Siswa Putra dengan Siswa Putri Kelas III dan IV Sekolah Dasar Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya minat siswa terhadap olahraga atletik khususnya lompat jauh.
2. Kurangnya kemampuan siswa dalam olahraga atletik khususnya lompat jauh.
3. Belum diketahui kemampuan lompat jauh gaya jongkok antara siswa putra dengan putri Kelas III dan IV SD Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang.

C. Batasan masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, maka perlu adanya batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan peneliti, maka peneliti hanya akan meneliti perbedaan kemampuan lompat jauh gaya jongkok siswa putra dengan siswa putri kelas III dan IV SD Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang akan dikaji dalam penulisan ini adalah “adakah perbedaan kemampuan lompat jauh gaya jongkok antara siswa putra dengan siswa putri kelas III dan IV SD Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kemampuan lompat jauh gaya jongkok siswa putra dengan putri kelas III dan IV SD Negeri Bandarsedayu Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang.

F. Manfaat penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Bagi para pengamat pendidikan tingkat sekolah dasar, penelitian ini dapat menjadi bukti dan penjelasan secara ilmiah tentang perbedaan kemampuan lompat jauh gaya jongkok siswa putra dan putri.
 - b. Bagi para calon peneliti, penelitian ini dapat dijadikan kajian pustaka penelitian selanjutnya agar hasil yang di dapat lebih maksimal.
2. Secara praktis:
 - a. Bagi siswa dapat mengetahui kemampuan lompat jauh gaya jongkok, sehingga diharapkan dapat memotivasi siswa untuk lebih bersemangat dalam berlatih dan mengikuti kegiatan belajar di sekolah.
 - b. Bagi guru, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pedoman pengetahuan, pertimbangan dan sebagai tolak ukur guru pendidikan jasmani tentang metode dan teknik pembelajaran pembelajaran terhadap siswa putra dan putri dengan materi nomor lompat jauh gaya jongkok, sehingga diharapkan para guru penjas dapat membina bibit-bibit baru yang berkualitas untuk jenjang selanjutnya.