

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan sehari - hari tanpa disadari merupakan bentuk dari sebuah gerakan olahraga, seperti berjalan naik turun tangga, menggondong tas, mengangkat galon, dan masih banyak lainnya. Namun hal itu belumlah cukup untuk menjadikan tubuh sehat jasmani dan rohani. Untuk menjadikan tubuh sehat jasmani dan rohani, tubuh harus selalu dilatih atau sering melakukan gerak, dalam arti gerakan yang lebih aktif dengan intensitas yang cukup. Selain sebagai bentuk untuk menjadikan manusia yang sehat jasmani dan rohani, olahraga juga mempunyai peran yang lebih khusus, yaitu olahraga sebagai bentuk prestasi. Dengan kata lain peran olahraga dalam kehidupan sehari - hari sangat penting (Muhajir 2017).

Perkembangan olahraga di Indonesia mulai memberikan dampak yang positif bagi masyarakat, tidak hanya tentang kebugaran, kesegaran dan kesehatan jasmani melainkan pada tumbuhnya perekonomian dari sebuah olahraga. Olahraga yang dikemas dalam sebuah wujud pertandingan dan kejuaraan. Namun hal ini tidaklah lepas dari sebuah prestasi olahraga tersebut (Muhajir 2017).

Salah satu olahraga yang sedang tumbuh atau berkembang adalah olahraga atletik. Atletik memang identik dengan no lari, namun dalam olahraga atletik dibagi dalam nomor – nomor perlombaan, secara garis besar olahraga atletik dikelompokkan menjadi nomor lari, nomor jalan, nomor lompat dan nomor lempar. Nomor lempar dibagi menjadi, lempar cakram, tolak peluru, lontar martil dan lempar lembing. Pertumbuhan atau perkembangan olahraga atletik secara kasat

mata hanya pada nomor lari. Hal ini tidak terlepas dari minimnya kejuaraan yang diadakan sehingga minat terhadap nomor jalan, nomor lompat dan nomor lempar begitu rendah (Muhajir 2017)..

Wujud pengembangan olahraga dituangkan dalam bentuk pendidikan, yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pendidikan ini bertujuan untuk menjadikan sumber daya manusia yang tangguh dan mumpuni dalam bidang apapun khususnya olahraga. Aji, Sukma. (2016) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Perumusan tujuan pendidikan jasmani secara umum sebagai berikut; (1) perkembangan organik, (2) perkembangan neomuskular, (3) perkembangan Interpretif, dan (4) perkembangan sosial dan emosional. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (selanjutnya disingkat PJOK) pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. Sebagai mata pelajaran, PJOK merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang berfungsi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui

aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Syafnelly, 2018).

Kurikulum 2013 menekankan bahwa mata pelajaran PJOK memiliki konten yang unik untuk memberi warna pada pendidikan karakter bangsa, di samping diarahkan untuk mengembangkan kompetensi gerak dan gaya hidup sehat. Muatan kearifan lokal dari Kurikulum 2013 diharapkan mampu mengembangkan apresiasi terhadap kekhasan multikultural dengan mengenalkan permainan dan olahraga tradisional yang berakar dari budaya suku bangsa Indonesia (Syafnelly, 2018)..

Mata Pelajaran PJOK untuk Kelas VII SMP/MTs yang disajikan dalam buku ini juga tunduk pada ketentuan tersebut. PJOK bukan berisi materi aktivitas yang dirancang hanya untuk mengasah kompetensi keterampilan peserta didik, atau mata pelajaran yang membaginya menjadi pengetahuan tentang kesehatan dan keterampilan berolahraga (Syafnelly, 2018).

Terampil berolahraga bukan berarti peserta didik dituntut untuk menguasai cabang olahraga dan permainan tertentu, melainkan mengutamakan proses perkembangan gerak peserta didik dari waktu ke waktu. Dalam aktivitasnya, peserta didik dibawa dalam suasana gembira, sehingga dapat bereksplorasi dan menemukan sesuatu secara tidak langsung. Untuk mengaktualisasikan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan seperti ini, peserta didik harus dijadikan sebagai subjek didik.. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 2 Sampoiniet berjalan sebagai mana mestinya. Tercapainya tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tentu perlu ditunjang dengan sarana prasarana yang memadai, tenaga kependidikan yang unggul sehingga pendidikan menjadi wadah

bagi peserta didik yang mempunyai minat dan bakat, sehingga secara tidak langsung proses pendidikan menjadi gambaran sejauh mana perkembangan olahraga atletik di Indonesia (Syafnelly, 2018).

Berdasarkan hasil observasi pada 2 Januari 2024 di SMP Negeri 2 Sampoiniet selama satu bulan. Peserta didik cenderung lebih meminati cabang olahraga beregu tertentu, misalnya sepak bola, basket, bola voli dll, kecenderungan ini membuat peserta didik tidak bersungguh-sungguh untuk mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani yang sifatnya olahraga individu, sehingga berdampak pada hasil belajar peserta didik. Kecenderungan peserta didik terhadap olahraga beregu tersebut dapat menjadikan proses pembelajaran kurang menarik dan kurang efektif, sehingga minat siswa dalam mengikuti pembelajaran masih rendah dan berdampak pada hasil dari proses pembelajaran pendidikan jasmani yang sifatnya individu, khususnya atletik.

Dalam proses pembelajaran gerak dasar lempar lembing terdapat beberapa siswa yang mengalami kesulitan untuk dapat melakukan gerak dasar lempar lembing dengan baik dan benar. Dalam melakukan gerak dasar lempar lembing membutuhkan koordinasi yang baik tanpa melupakan unsur kekuatan dan kecepatan, Purnomo dan Dapan (2012: 147). Pembelajaran lempar lembing perlu pengawasan yang lebih, selain gerakan dalam lempar lembing yang rumit, bentuk dari lembing yang ujungnya runcing membahayakan bagi peserta didik jika dilempar tanpa pengawasan dan pengetahuan tanpa dibekali baik. Keadaan seperti ini perlu diantisipasi dengan memodifikasi sarana prasarana pembelajaran yang

memadai. Hal ini menjadi faktor penghambat proses belajar dan berdampak pada hasil belajar yang rendah.

Peran guru cukuplah penting dalam proses pembelajaran, dimana kemampuan guru dalam menyampaikan materi dan mempraktekan gerakan yang baik dan benar. Guru dituntut untuk menguasai gerak dasar berbagai olahraga. Pendekatan yang kurang tepat dengan materi belajar, dan sarana prasarana yang memadai, secara tidak langsung membuat hasil dari proses pembelajaran masih rendah. Pembelajaran akan lebih efektif apabila metode yang di terapkan sesuai dengan kebutuhan siswa. Menurut Dariyanto (2014 : 157) untuk mempelajari sesuatu dengan baik, kita perlu mendengar, melihat, mengajukan pertanyaan dan mempraktekan keterampilan. Permasalahan mendasar dari penelitian ini adalah seberapa baik tingkat kemampuan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet, Kabupaten Aceh Jaya, yang nantinya diharapkan menjadi bahan evaluasi bagi pihak sekolah, guru dan siswa. Bagi sekolah bahan evaluasi kinerja guru, bagi guru bahan evaluasi proses pembelajaran dan bagi siswa menajadi gambaran sejauh mana kemampuan yang dimiliki dalam melakukan gerak dasar lempar lembing dan sebagai pemicu semangat siswa SMP Negeri 2 Sampoiniet, dalam berprestasi di bidang olahraga. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet, yang nantinya menjadi acuan bagi siswa dan guru untuk lebih semangat dan berprestasi dibidang olahraga atletik.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas dapat mengidentifikasi masalah-masalah dalam pendidikan yang meliputi;

1. Kurangnya minat siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat individu, seperti pembelajaran atletik.
2. Kecenderungan siswa yang lebih meminati pembelajaran pendidikan jasmani yang beregu atau kelompok seperti, sepakbola, bola voli, basket dll.
3. Banyaknya siswa yang mengalami kesulitan melakukan gerak dasar lempar lembing.
4. Belum diketahui kemampuan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti membatasi permasalahan sebenarnya agar dapat memberikan gambaran secara jelas dan tidak memakan waktu yang panjang dan biaya yang besar dalam melakukan penelitian, peneliti membatasi permasalahan;

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet Tahun Pelajaran 2023/2024
2. Penelitian dilaksanakan pada semester genap pada bulan Januari -Mei tahun pelajaran 2023/2024
3. Penelitian dilakukan untuk mengetahui kesulitan yang dihadapi siswa dalam melakukan gerak dasar lempar lembing

4. Penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka peneliti merumuskan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut; “Seberapa Baik Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Lempar Lembing Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sampoiniet tahun 2023/2024”.

1.5 Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut; untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII SMP N 2 Sampoiniet Tahun 2023/2024.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini akan memberikan sumbangan dalam upaya mendapatkan informasi tentang hasil kemampuan gerak dasar lempar lembing siswa kelas VIII SMP N 2 Sampoiniet.

2. Secara Praktis

- 1) Bagi siswa, penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya atletik.
- 2) Bagi guru, penelitian ini dapat menjadi sebuah acuan atau sebagai bahan evaluasi proses pembelajaran pendidikan jasmani.
- 3) Memberikan informasi bagi peserta didik untuk lebih bersungguh - sungguh dalam mengikuti pembelajaran.

- 4) Memberikan wawasan berupa pengalaman bagi peserta didik.
- 5) Memberikan pemahaman baru bagi guru dan pihak sekolah, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.