BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani di sekolah dasar berperan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar, kebugaran jasmani, serta karakter siswa melalui kegiatan fisik yang sistematis (Teguh & Sukari, 2024). Atletik adalah salah satu jenis olahraga dasar yang berfungsi sebagai landasan bagi keterampilan gerak manusia, seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar, yang banyak diterapkan dalam berbagai aktivitas olahraga lainnya (Zikrur Rahmat, 2014).

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, keterampilan lompat tinggi membutuhkan koordinasi yang baik antara awalan lari, dorong, posisi tubuh saat melayang, dan pendaratan yang aman. Namun, dalam praktiknya, banyak siswa menghadapi kesulitan dalam melakukan gerakan dengan benar, terutama pada fase dorong dan saat melewati mistar. Kesulitan ini juga diperkuat oleh penelitian Gallahue, Ozmun, dan Goodway (2012) yang menyatakan bahwa perkembangan keterampilan motorik anak sekolah dasar masih pada tahap keterampilan gerak dasar, sehingga membutuhkan latihan bertahap dan alat pembelajaran yang tepat agar gerakan kompleks dapat dikuasai dengan baik.

Dalam penelitian pendidikan jasmani, lompat tinggi merupakan keterampilan gerak dasar yang kompleks karena memerlukan koordinasi antara kecepatan awal, kekuatan tolakan, serta kontrol tubuh saat terbang dan mendarat (Yudiana et al.,2021). Dalam pendidikan sekolah dasar, pengajaran lompat tinggi tidak hanya fokus pada tinggi lompatan yang dicapai, tetapi lebih kepada penguasaan teknik dasar, prinsip keselamatan, serta pengembangan kemampuan gerak dasar siswa sesuai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan mereka (Mahendra, 2017). Oleh sebab itu, penerapan teknik pendaratan yang tepat, penyediaan matras yang cukup,

serta pengendalian sudut tolakan menjadi faktor penting dalam proses pembelajaran untuk menghindari cedera dan meningkatkan efektivitas gerakan.

Setelah melakukan observasi awal dan wawancara dengan guru Pendidikan Jasmani di SD Negeri Mon Singet, diketahui bahwa masih terdapat beberapa permasalahan dalam pembelajaran lompat tinggi. Sebagian siswa masih menunjukkan rasa takut dan kurang percaya diri ketika melakukan gerakan melompati mistar. Selain itu, kemampuan siswa dalam melakukan teknik lompat tinggi gaya straddle juga masih belum optimal, terutama pada tahap awalan, tolakan, sikap tubuh saat melewati mistar, dan telentang.

Berdasarkan hasil observasi awal, diketahui bahwa sebagian besar siswa masih memerlukan bimbingan dan latihan secara bertahap untuk menguasai teknik lompat tinggi gaya straddle dengan baik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran lompat tinggi memerlukan penggunaan media yang lebih sesuai karakteristik dengan siswa sekolah dasar. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah media tali sebagai modifikasi mistar karena lebih fleksibel dan dapat membantu mengurangi rasa takut siswa ketika melakukan kemacetan. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya pembelajaran yang dapat membantu meningkatkan keberanian dan kemampuan siswa dalam melakukan lompat gaya tinggi straddle.

Rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi gaya straddle tidak hanya disebabkan oleh faktor teknik, tetapi juga oleh keterbatasan media pembelajaran yang digunakan guru. Penggunaan mistar konvensional sering kali menimbulkan rasa takut pada siswa sehingga menghambat keberanian mereka dalam mencoba gerakan lompat tinggi.

Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam media pembelajaran yang lebih aman, fleksibel, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa di tingkat sekolah dasar. Media tali berfungsi sebagai modifikasi mistar yang lebih fleksibel karena dapat menciptakan

lingkungan belajar yang aman, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan rasa percaya diri siswa saat melakukan gerakan lompatan tinggi.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Media Tali Sebagai Modifikasi Mistar Terhadap Kemampuan Lompat Tinggi Gaya Straddle Pada Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Mon Singet".

Penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini dilakukan oleh Rendra Ega Danela (2022) yang berjudul "Pembelajaran lompat tali untuk meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya straddle pada peserta didik kelas IV Sekolah Dasar Muhammadiyah Karangkajen 1 Yogyakarta". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media tali dapat meningkatkan minat belajar siswa. Salah satu media pembelajaran yang terbukti efektif adalah pendekatan permainan lompat tali.

Hasil belajar atletik nomor lompat tinggi gaya *straddle* melalui pendekatan permainan lompat tali pada peserta didik kelas V SD Muhammadiyah I Karangkajen tahun ajaran 2021/2022 mengalami peningkatan yang berarti. Ketuntasan hasil belajar pada siklus I diperoleh 26,92% (7 anak) dan persentase meningkat pada siklus II sebesar 92,31% (24 anak). Rata-rata hasil belajar secara klasikal pada siklus I sebesar 70,54 dan pada siklus II sebesar 80,20.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kurangnya media pembelajaran dalam materi lompat tinggi.
2. Rendahnya keberanian siswa dalam melakukan lompat tinggi.
3. Terbatasnya sarana dan prasarana atletik di sekolah.
4. Rendahnya hasil belajar lompat tinggi gaya straddle pada siswa.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada dampak penggunaan media tali sebagai modifikasi mistar terhadap kemampuan lompat tinggi gaya straddle pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah.

a. Apakah terdapat pengaruh penggunaan media tali sebagai modifikasi mistar terhadap kemampuan lompat tinggi gaya straddle pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet?
b. Apakah terdapat perbedaan kemampuan lompat tinggi gaya straddle sebelum dan sesudah penggunaan media tali sebagai modifikasi mistar pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet?

1.5 Tujuan Penelitian

a. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media tali sebagai modifikasi mistar terhadap kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi gaya straddle pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet.
b. Untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan kemampuan lompat tinggi gaya straddle setelah penerapan media tali sebagai modifikasi mistar pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas kajian di bidang teori pembelajaran, terutama mengenai dampak pemanfaatan media tali sebagai modifikasi mistar terhadap kemampuan lompat tinggi dengan gaya straddle pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Mon Singet. Temuan dari penelitian ini juga dapat dijadikan acuan bagi penelitian berikutnya terkait media pembelajaran inovatif di sektor pendidikan jasmani.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi guru: Memberikan pilihan media pembelajaran yang menarik, interaktif, serta partisipasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

   b. Bagi siswa: Membantu siswa meningkatkan keberanian dan kemampuan lompat tinggi gaya straddle.

   c. Bagi sekolah: Dapat menjadi acuan dalam merancang program peningkatan kompetensi guru, terutama dalam pemanfaatan media pembelajaran yang inovatif dan efektif di bidang pendidikan jasmani.