

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan mempunyai makna sebuah usaha untuk membebaskan manusia dari ketidaktahuan dengan cara belajar tentang pengetahuan keterampilan (Puspita, 2013). Pendidikan adalah sebuah usaha peserta didik untuk belajar dengan proses sedemikian rupa hingga peserta didik bisa menyerap ilmu pengetahuan apa yang telah disampaikan oleh pengajar. Faktor internal dan faktor eksternal peserta didik mempengaruhi Kemajuan hasil belajar yang dicapai peserta didik (Hartoni, 2015).

Menurut Wijayanti & Wibowo (2017) dalam melaksanakan pendidikan berbasis pengetahuan disekolah dinilai masih dalam tahap pertama serta membutuhkan pengetahuan lebih diluar sekolah. Secara umum Pendidikan biasanya diajarkan dari generasi nenek moyang kegenerasi anak cucu melalui mengajar, melatih, atau melakukan penelitian. Pendidikan biasanya terjadi di bawah dibawah bimbingan orang lain seperti guru, dosen, pelatih, dan sebagainya tetapi juga tidak memungkinkan secara otodidak salah satu contoh tata krama. Peneliti simpulkan secara singkat bahwa pendidikan adalah suatu proses pembelajaran menjadikan orang tidak tahu menjadi tahu, tidak faham menjadi faham dalam suatu pengetahuan. Indonesia sendiri terdapat kebijakan yang tentu sudah ditetapkan presiden serta pemerintah kebijakan ditetapkan melalui UU Republik Indonesia tahun 2005 NO.3 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (UU Tahun 2005 No.3 tentang SKN). Ini merupakan upaya pemerintah Indonesia untuk melakukan mengembangkan atau pembangunan nasional melewati olahraga. Fungsi dari pendidikan : a) Membantu melestarikan budaya; b) Menanamkan keterampilan yang dibutuhkan; c) Mengembangkan minat serta bakat yang diperlukan pribadi d) Serta mempersiapkan diri untuk mencari nafkah atau sumber penghasilan pribadi.

Mata pelajaran (mapel) yang diberikan kepada peserta didik dengan masing-masing tingkatan yang melibatkan aktivitas fisik dalam makna kegiatan gerak jasmani adalah ciri khas dari mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan (Penjasorkes) (Sumarsono *et al.*, 2017). Menurut Putra (2018) pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi itu proses melakukan kegiatan kebugaran jasmani secara rinci untuk memperbaiki keadaan jasmani dan melakukan kegiatan manusia dalam bentuk sikap, karya, dan tindakan disekolah pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga disusun secara terencana, berkelanjutan, dan bertahap agar dapat mengembangkan sikap positif yang dapat menghargai serta memberi manfaat untuk meningkatkan kualitas hidup peserta didik secara menyeluruh. Penjasorkes yang diajarkan pada sekolah memberi peseserta didik berbagai pengalaman belajar yang dilakukan secara teratur untuk ikut terlibat langsung. Struktur penjasorkes tidak hanya tentang peningkatan keterampilan-keterampilan saja, namun penjasorkes adalah mata pelajaran yang memberikan kemampuan melalui kebugaran dan kemampuan fisik (Affriadi, 2021).

Penjasorkes atau penjas salah satu mapel yang kegiatannya lebih sering mengarah kepada praktek diluar kelas hal itu menjadi salah satu ketertarikan peserta didik pada mapel penjasorkes (Saifuddin *et al.*, 2023). Hakekat penjasorkes proses interaksi peseta didik dengan lingkungan sekitar melalui pendidikan jasmani (Priadana, *et al.*, 2016). Tujuan dari penjasorkes yaitu tumbuh serta berkembangnya peserta didik dalam aspek kognitif, emosional, psikologis dan fisik (Ramadhan *et al.*, 2018) Peneliti simpulkan penjasorkes adalah mata pelajaran yang sering dilakukan diluar kelas dipendidikan jasmani peserta didik terlibat langsung secara teori dan praktik yang dimana ilmu tersebut dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari seperti contoh kebugaran jasmani.

Setelah membahas penjasorkes peneliti mempersempit pembahasan pada paragraf berikutnya peneliti akan membahas atletik. Atletik adalah perlombaan cabang olahraga tertentu yang mencakup jalan, lari, lompat, serta lempar. kelas penjasorkes (atletik) diajarkan disekolah mulai dari tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga tingkat Universitas (Affriadi, 2021). Peneliti akan mempesempit lagi pembahasan pada paragraf berikutnya atletik nomor perlombaan tolak peuru. Tolak peluru adalah aktivitas fisik yang bentuk gerakannya mendorong atau menolak pada alat (bola peluru) dengan berat tertentu yang pembuatan alat tersebut dari logam, dilakukan tolakan dari bahu memegang bola dengan satu tangan kemudian ditolakkan untuk mencapai jarak terjauh (Utami, & Winarno, 2020).

Menurut Ambarwati *et al.*, (2017) agar mendapatkan gerakan yang maksimal atau prestasi disaat perlombaan tolak peluru harus menolak peluru dengan jarak sejauh mungkin. Caranya didorong dari bahu dengan satu lengan bermula diletakkan diatas bahu setelah itu, ditolakkan tidak dilempar itu adalah salah satu karakteristik tersendiri cabang olahraga tolak peluru. Tolak peluru ini masuk kategori nomor lempar dalam atletik. Mengfokuskan tenaga pada bahu hingga memberikan kecepatan serta kekuatan pada benda (peluru) dan memiliki tenaga dorongan ke arah berlawanan muka dengan tenaga yang kuat itu bisa disebut dengan tolakan. Perbedaan lempar dan menolak bisa dilihat pada saat gerakan melepaskan benda tersebut lapangan tolak peluru bentuknya bulat dengan garis tengah 2,135 meter (Fendi, 2015). Pentingnya belajar keterampilan tolak peluru sebagai peserta didik jenjang SMP cabang olahraga tolak peluru sudah diajarkan, karena sudah menjadi salah satu program pemerintah dan bisa menjadi bekal jika suatu saat peserta didik terjun ke dunia olahraga khususnya diperlombaan tolak peluru.

Upaya meningkatkan kemampuan tolak peluru peserta didik memerlukan usaha pelatihan teknik dasar yang maksimal agar hasil belajar juga mencapai target yang diharapkan guru penjasorkes. Paling utama dalam pembelajaran penjasorkes yaitu peserta didik harus menguasai teknik dasar terlebih dahulu, karna peserta didik dituntut menguasai mata pelajaran olahraga (tolak peluru) maka, guru harus menyiapkan metode pengajaran serta memodifikasi yang bagus dalam menyiapkan alat, kondisi lapangan, maupun mapel sesuai tingkat umur peserta didik. Keterampilan tolak peluru teknik dasar unsur pertama yang harus diberikan dan dikuasai pada peserta didik disekolah. Hasil belajar yang optimal dipengaruhi oleh penguasaan teknik dasar tolak peluru. Oleh karena itu agar peserta didik mempunyai keterampilan yang baik, maka peserta didik harus dapat melakukan dengan benar unsur dasar teknik tolak peluru. Dalam proses pembelajaran harus didahulukan menambah pencapaian hasil belajar tolak peluru dan supaya mencapai tujuan pembelajaran teknik dasar yang optimal harus dilatih secara berulang-ulang sistematis serta kontinyu (Elanda *et al.*, 2014).

Masalah keterampilan gerak dasar tolak peluru yang dialami peserta didik adalah terbatas pada waktu pembelajaran dan terbatas peluru yang dimiliki oleh

sekolah (kurangnya sarana prasarana), sehingga dirasa kurang maksimal saat belajar keterampilan gerak dasar tolak peluru. Alasan peneliti memilih etletik nomor perlombaan tolak peluru dijadikan penelitian dikarenakan arahan dari guru mapel penjasorkes sekolah. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 16 Desember 2022 Di SMP Islam Bustanul Hikmah Kecamatan Kembangbahu Kabupaten Lamongan peneliti menemukan permasalahan apa yang menjadi kekurangan peserta didik saat mata pelajaran penjasorkes cabang olahraga tolak peluru. Peserta didik mengalami kesulitan atau belum terbiasa saat mendorong atau menolak dengan dasar teknik tolak peluru yang benar serta baik berat daripada bola peluru sendiri bagi sebagian peserta didik dirasa terlalu berat oleh sebab itu peneliti mencoba memodifikasi alat peluru.

Memodifikasi alat saat belajar merupakan suatu upaya untuk membantu para pendidik digunakan sebagai alat bantu untuk memaksimalkan proses pembelajaran karena keterbatasan sarana dan prasarana disekolah modifikasi. Tujuan modifikasi pembelajaran adalah untuk memperlancar keterampilan motorik, menciptakan perasaan senang pada peserta didik setelah pembelajaran dan membantu mencapai tujuan pembelajaran yang ditentukan oleh guru (Budi, 2021). Modifikasi olahraga bola plastik yang diisi pasir dalam cabang olahraga tolak peluru menjadi solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi saat waktu pembelajaran. Bola plastik dipilih peneliti menjadi modifikasi karena dianggap 1) menyerupai bola tolak peluru 2) mudah didapat dan terjangkau harganya 3) untuk beratnya bisa disesuaikan untuk laki-laki/perempuan dengan diisi pemberat seperti pasir, dll yang dimasukkan kedalam bola plastik tersebut. Alasan peneliti memilih SMP Islam Bustanul Hikmah kabupaten lamongan sebagai tempat penelitian a) Dilihat dari geografis letak jarak sekolah jauh dari daerah kota, b) Sekolah SMP Islam Bustanul Hikmah terletak didaerah perbatasan dengan 3 kabupaten, c) Untuk karakteristik sekolah *full day* berbasis keagamaan.

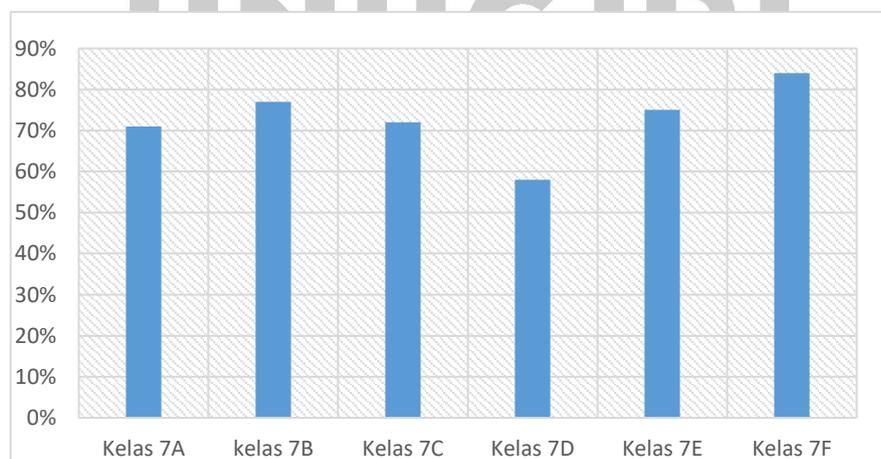
Dalam proses pengajaran, tolok ukur berhasilnya peserta didik bisa dilihat dari pencapaian yang telah dilakukan oleh peserta didik. Pada umumnya peserta didik SMP dianggap kurang menguasai keterampilan gerak dasar, sehingga mendapat prioritas bahwa unsur gerak dasar teknik ini perlu mendapat bimbingan lebih. Upaya pencapaian dalam pembinaan dengan modifikasi alat tolak peluru

pada peserta didik SMP Islam Bustanul Hikmah kecamatan Kembangbahu kabupaten Lamongan, pada tahap awal terlebih dahulu diberikan penjelasan serta peneliti mempraktekkan teknik dasar tolak peluru. Pada saat observasi rata-rata peserta didik Smp Islam Bustanul Hikmah dianggap kurang dalam segi teknik gerakan tolak peluru gaya *ortodoks*. Upaya mendapatkan hasil atau nilai yang maksimal (bagus) dalam sistem pembelajaran mata pelajaran penjasorkes atletik nomor lempar tolak peluru, memodifikasi alat bisa memperbaiki teknik dasar tolak peluru peserta didik bisa dibuktikan dengan jurnal sebagai berikut : 1) Memodifikasi Alat Dalam Meningkatkan Keterampilan Tolak Peluru Suharyan *et al.*, (2019) 2) Menerapkan Memodifikasi Alat Bantu terhadap Minat peserta didik dalam keterampilan Tolak Peluru Sobarna & Hambali (2018), 3) Menerapkan Dasar Teknik Gaya *Ortodoks* dalam Tolak Peluru Dengan Memodifikasi Alat Dari Bola Plastik Elanda *et al.*, (2014).

Setiap peserta didik terlebih dulu harus menguasai gerakan dasar teknik tolak peluru gaya menyamping/ortodok. gaya *ortodoks* atau gaya menyamping lebih dulu diajarkan kepada pesertadidik karna gaya ini dianggap gaya yang paling tepat diajarkan terlebih dahulu dan dianggap gaya yang mudah dipelajari untuk pemula. Peneliti memilih kelas VII D sebagai sampel dikarenakan a) Peserta didik peralihan dari Sekolah Dasar (SD) ke Sekolah Menengah Pertama (SMP), b) Hasil pengamatan peneliti dibanding kelas lain kelas VII D memiliki keterampilan gerak dasar tolak peluru perlu diperbaiki, c) Hal ini dibuktikan dengan rata-rata nilai pendidikan jasmani.

Diagram 1.1 Nilai Rata-Rata Tolak Peluru Kelas VII 2022-2023 SMP

IslamBustanul Hikmah Sumber : peneliti



Peneliti mengetahui bahwa peserta didik sudah menerapkan kedisiplinan, akan tetapi walaupun sudah melakukan dan berusaha secara maksimal, masih sering menemukan masalah serta hambatan yang mempengaruhi keberhasilan secara maksimal pada peserta didik. Oleh karena itu peneliti ini bermaksud mencoba meningkatkan teknik dasar atletik nomor lempar cabang olahraga tolak peluru dengan memodifikasi bola plastik yang diisi pasir pada peserta didik kelas VII D SMP Islam Bustanul Hikmah Kembangbahu Lamongan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di sekolah SMP Islam Bustanul Hikmah dapat diidentifikasi rumusan masalah sebagai berikut. Apakah ada peningkatan keterampilan gerak dasar tolak peluru menggunakan modifikasi alat bola plastik pada siswa kelas VII D SMP Islam Bustanul hikmah Lamongan?.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang peneliti temukan, dengan itu tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar tolak peluru menggunakan modifikasi bola plastik pada siswa kelas VII D SMP Islam Bustanul Hikmah Lamongan.

1.4 Manfaat Penelitian

Berlandaskan lingkungan masalah yang ditemukan, peneliti berharap mempunyai manfaat berikut :

1.4.1 Secara Teoritis

Penelitian ini akan berguna kepada guru penjasorkes yang membantu tentang informasi modifikasi pembelajaran tolak peluru agar peserta didik lebih bersemangat serta tertarik untuk melakukan aktivitas olahraga.

1.4.2 Secara praktis

1.4.2.1 Bagi Sekolah :

Dapat memberikan informasi agar waktu kegiatan belajar mengajar lebih baik lagi, serta guru dapat meningkatkan kualitas pendidikan dengan modifikasi sarana prasarana alat tolak peluru.

1.4.2.2 Bagi Guru :

Sebagai guru bisa lebih menambah performa dalam pembelajaran pada peserta didik mengenai gerak dasar tolak peluru dengan menambah ilmu pengetahuan pada saat pelajaran diluar jam kegiatan belajar mengajar seperti di kegiatan ekstrakurikuler atau bentuk kegiatan lainnya.

1.4.2.3 Bagi siswa :

Para peserta didik bisa mengetahui kemampuan gerak dasar tolak peluru dan semakin ingin untuk lebih menambah performa tolakannya.

1.4.2.4 Bagi pembaca :

Para pembaca dapat lebih mengerti tentang Teori dari berbagai kalangan serta dapat menjadi pedoman untuk mengajar cabang olahraga atletik tolak peluru.

1.5 Ruang Lingkup Dan Keterbatasan Penelitian

Ruang/tempat penelitian hanya meliputi siswa kelas VII D SMP Islam Bustanul Hikmah Lamongan. Batasan masalah ini berfokus pada keterampilan gerak dasar tolak peluru gaya *ortodoks*. Alasan peneliti memilih gaya *ortodoks* dikarenakan gaya tersebut dianggap cocok dipelajari bagi pemula karna hanya berfokus pada gerak lengan dan cengkraman tangan (Utami, & Winarno, 2020).