

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan atau yang disingkat dengan PJOK biasa di ajarkan di SD/MI kelas 2. PJOK terdiri dari tiga hal yaitu Pendidikan Jasmani, Pendidikan Olahraga, dan Pendidikan Kesehatan yang bermakna, Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara tersusun menuju pembentukan manusia seutuhnya.¹ Pendidikan jasmani merupakan proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak.

Pendidikan olahraga adalah pendidikan yang membina anak agar menguasai cabang-cabang olahraga. Pendidikan olahraga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani atau bidang olahraga tertentu untuk mencapai suatu prestasi.² Suatu kegiatan atau gerakan manusia dimana dengan gerakan akan meningkatkan kemampuan jasmaniah, rohaniah, dan mental.

¹Respaty Mulyanto, *Belajar dan Pembelajaran Penjas*, (Bandung: UPI, 2014), h. 34.

²Alfian Budi Prasetya, *Penerapan Pendidikan Karakter Nilai Disiplin dan Nilai Tanggung Jawab dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Kelas I dan IV SD Negeri Percobaan 3*, dalam jurnal penelitian Program Studi PGSD, Jurusan Pendidikan Pra Sekolah dan Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2014.

Dan pendidikan kesehatan adalah upaya yang diberikan berupa bimbingan dan tuntunan kepada peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek pribadi seperti fisik, mental, dan sosial termasuk emosional agar dapat tumbuh dan berkembang secara harmonis.³ Pendidikan kesehatan adalah suatu proses pendidikan yang berupa bimbingan tentang kesehatan agar peserta didik dapat mencapai kesehatan yang optimal.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah salah satu proses pembelajaran yang telah dirancang dan disusun secara teratur melalui kegiatan olah tubuh atau jasmaniah dan pembinaan hidup sehat dengan tujuan agar peserta didik dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, memiliki prestasi dan mencapai kesehatan yang optimal.

Dalam Al – Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 222 Allah SWT berfirman.

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَدْنَىٰ فَاعْتَرِ لَوْ أَنَّ النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۚ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Allah SWT menjelaskan dalam ayat ini, bahwa sifat manusia yang sangat dicintai Allah SWT adalah orang yang memelihara kesehatan dengan menjaga kebersihan. Kebersihan dalam ayat ini beriringan dengan taubat. Taubat sangat

³*Ibid*, h. 23.

berhubungan erat dengan kesehatan rohani khususnya mental, sedangkan kesehatan lahiriah menghasilkan kesehatan jasmani.⁴

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu, salah satunya sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah. PJOK adalah salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.⁵

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD/MI khususnya kelas 2, yaitu bermain kasti, bermain kucing-kucingan, bermain kendhi gerl, bermain sepak bola, permainan bola tangan dan permainan dasar rouders.⁶ Dan disini peneliti meneliti tentang pembelajaran PJOK materi permainan bola tangan menggunakan media bola plastik.

Permainan bola tangan adalah salah satu dari sekian jenis cabang olahraga yang menggunakan bola dalam permainannya. Olahraga permainan bola tangan ini bisa dilakukan di dalam ruangan ataupun di luar ruangan. Permainan bola tangan adalah olahraga beregu dimana dibagi menjadi dua regu, masing-masing regu terdiri atas 7 pemain, 6 pemain dan 1 penjaga gawang yang permainnya berusaha

⁴Mia Fitriah Elkarimah, *Kajian Al-Qur'an Dan Hadits Tentang Kesehatan Jasmani Dan Rohani*, (Jakarta: Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, 2016), h. 110.

⁵Depdiknas, *Permendiknas. No. 22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Jakarta: Depdiknas, 2006).

⁶Purnomosidi, *Tugasku Sehari-hari Tematik Terpadu Kurikulum 2013*, (Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017), h. 1-103.

memasukkan ke gawang lawan. Permainan ini mirip dengan sepak bola, tapi cara memindahkan bola dalam permainan bola tangan ini menggunakan tangan pemain bukan kaki. Permainan bola tangan menggunakan lapangan yang berukuran panjang 40 meter dan lebar 20 meter. Cara memainkan bola, yaitu bola hanya boleh disentuh dengan tangan, kepala, badan, paha dan lutut. Setelah tiga langkah bola harus dipantulkan dan menahan bola paling lama 3 detik. Aturan bermain di daerah gawang, yaitu penjaga gawang bebas bergerak di daerah gawang, hukuman lemparan 14 meter bagi pemain bertahan yang memasuki daerah gawang dan bola di daerah gawang hak penjaga gawang. Mengembalikan bola ke daerah gawang itu boleh melempar bola memasuki gawang dan bola tidak boleh ditahan lebih dari 3 detik. Untuk penjaga gawang boleh melempar bola dengan segala cara dan tidak boleh membawa keluar dari gawang. Dan terjadinya gol apabila bola melewati garis gawang.⁷

Cara menggunakan media bola plastik sama dengan cara menggunakan bola pada umumnya yang biasa digunakan dalam permainan bola tangan, yaitu permainan bola tangan harus dimainkan hanya memakai tangan tidak boleh menggunakan kaki dan bagi pemain yang sedang memegang bola tidak boleh lari atau jalan, sementara yang tidak memegang bola harus ambil posisi.

Di sekolah MI Mujahidin sudah menerapkan media bola plastik. Dalam proses pembelajaran pun sudah menggunakan beberapa media bola. Pada peserta didik kelas 2, guru sudah menggunakan media bola plastik pada pembelajaran PJOK

⁷*Ibid*, h. 89.

materi permainan bola tangan. Pada observasi awal, guru menggunakan media bola sepak, bola voli ataupun bola basket. Akan tetapi pada saat menggunakan media bola tersebut peserta didik kurang aktif. Sehingga guru menggunakan bola plastik sebagai pengganti media bola untuk digunakan saat pembelajaran PJOK materi permainan bola tangan. Bahwa pada saat menggunakan bola plastik peserta didik terlihat aktif dalam belajar. Dan diharapkan proses pembelajaran menggunakan media bola plastik dapat berjalan dengan baik dan dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan hal tersebut, maka telah diketahui suatu permasalahan yang terjadi dalam proses pelaksanaan pembelajaran, terkhusus proses penerapan media bola plastik, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Penerapan Media Bola Plastik pada Pembelajaran PJOK Kelas 2 Di MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara”**.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, sebagai berikut:

1. Penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK kelas 2 di MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK kelas 2 di MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK kelas 2 di MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.
2. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK kelas 2 di MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.

D. Signifikansi Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan bisa diambil dalam penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu manfaat bagi perkembangan ilmu pendidikan dan keguruan, khususnya dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di Madrasah Ibtidaiyah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peserta didik

Dari penelitian ini peserta didik memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna sehingga peserta didik menjadi lebih memahami dan menguasai mata pelajaran PJOK. Serta untuk meningkatkan motivasi dan daya tarik dalam belajar PJOK.

b. Bagi guru

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi serta masukan berharga bagi para guru dalam melakukan berbagai upaya untuk mempermudah proses pembelajaran dengan menggunakan media belajar Bola Plastik. Khususnya mata pelajaran PJOK.

c. Manfaat bagi sekolah

Untuk meningkatkan kualitas sekolah melalui prestasi belajar siswa dan kinerja guru PJOK, serta sebagai umpan balik untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi pembelajaran.

E. Definisi Operasional

Adapun untuk memperjelas pengertian judul di atas, maka penulis memberikan definisi operasional sebagai berikut:

1. Penerapan

Penerapan berasal dari kata dasar terap yang berarti menjalankan atau melakukan sesuatu kegiatan, kemudian menjadi berarti. Suatu proses, cara atau perbuatan menjalankan atau melakukan sesuatu, baik yang abstrak atau sesuatu yang kongkrit.⁸ Penerapan merupakan sebuah tindakan yang dilakukan baik secara individu maupun kelompok dengan maksud mencapai tujuan yang telah dirumuskan..

⁸Laxy J. Moloeng, *Metodologi Pendidikan Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h. 93.

2. Media Pembelajaran

Media pembelajaran adalah semua bentuk peralatan fisik yang didesain terencana untuk menyampaikan informasi dan membangun interaksi.⁹ Media pembelajaran memiliki fungsi yaitu memvisualisasikan sesuatu yang tidak dapat dilihat sehingga nampak jelas dan dapat menimbulkan pengertian atau meningkatkan persepsi seseorang.¹⁰ Media pembelajaran adalah sesuatu alat yang dapat digunakan untuk menyampaikan materi pembelajaran.

3. Media Bola Plastik

Media bola plastik ini digunakan dalam permainan bola tangan, dimana dalam permainan bola tangan terdapat satu tim terdiri 7 pemain inti dengan beberapa pemain cadangan. Permainan bola tangan ini biasanya untuk melatih kemampuan gerak dasar untuk membentuk kemampuan kecepatan gerak dan kekuatan.

4. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan

⁹Muhammad Yaumi, *Media dan Teknologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Prenadamedia Group, 2018), h. 7.

¹⁰M. Rudy Sumiharsono & Hisbiyatul Hasanah, *Media Pembelajaran*, (Jawa Timur: Pustaka Abadi, 2017), h. 10.

aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.¹¹ Dalam penelitian ini, peneliti mengangkat materi tentang bola tangan. Materi ini termuat dalam pelajaran PJOK kelas 2 pada buku Tema 3 Tugasku Sehari-hari, Subtema 3, dan Pembelajaran 2.

F. Alasan Memilih Judul

Adapun yang menjadi alasan sehingga penulis memilih judul ini adalah peneliti ingin selama proses belajar mengajar peserta didik memiliki perasaan senang atau tidak terpaksa tentunya. Maka dalam hal ini peneliti akan melakukan suatu kegiatan belajar mengajar yang berbeda, yaitu menggunakan media bola plastik sebagai pengganti bola yang biasanya digunakan pada permainan bola tangan. Melalui media bola plastik ini peneliti berharap nantinya saat belajar mengajar peserta didik merasa senang dan gembira sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

G. Penelitian Terdahulu

Penulis melakukan pencarian terhadap penelitian terdahulu mengenai judul yang serupa, kemudian mengaji dan meneliti untuk mengetahui apakah ada yang melakukan penelitian guna mengetahui hal-hal yang relevan dengan penelitian ini. Sebagai bahan kajian dalam penulisan, sejauh ini penulis tidak menemukan judul yang sama persis, namun ada beberapa penelitian terdahulu yang penulis anggap

¹¹Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (SD/MI)*, (Jakarta: Litera, 2008), h. 2.

relevan sehingga penulis tertarik untuk mengkajinya pada beberapa judul penelitian terdahulu yaitu sebagai berikut:

Tabel 1.1 Orisinalitas Penelitian

No.	Nama/Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	<p>Ade Irma Susilowati, Universitas Negeri Semarang 2012. “Penggunaan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar <i>passing</i> bawah pada permainan bola voli pada siswa kelas IV SD Negeri 01 Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang tahun 2012”</p>	<p>Meneliti tentang bola plastik</p>	<p>Meneliti mengenai penggunaan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar <i>passing</i> bawah pada permainan bola voli. Sedangkan penulis meneliti mengenai penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK materi permainan bola tangan.</p>
2	<p>Hesmu Rudatin, Universitas Sebelas Maret Surakarta 2012. “Meningkatkan hasil belajar gerak dasar <i>passing</i> bawah bola voli dengan media bola plastik di gantung pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Kembangan tahun pelajaran 2011/2012”</p>	<p>Meneliti tentang bola plastik</p>	<p>Meneliti mengenai meningkatkan hasil belajar gerak dasar <i>passing</i> bawah bola voli dengan media bola plastik menggunakan media bola plastik. Sedangkan</p>

			penulis meneliti mengenai penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK materi permainan bola tangan.
3	Topo Yono, Universitas Muhammadiyah Jember, 2020. “Modifikasi bola plastik sebagai media pembelajaran bola voli”	Meneliti tentang bola plastik	Meneliti mengenai modifikasi bola plastik sebagai sarana pendukung media pembelajaran bola voli. Sedangkan penulis meneliti mengenai penerapan media bola plastik pada pembelajaran PJOK materi permainan bola tangan.

H. Sistematika Penulisan

Dalam penelitian ini. Penulis menggunakan sistematik penelitian yang terdiri dari lima bab dan masing – masing bab terdiri dari beberapa sub bab yakni sebagai berikut.

BAB I Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, fokus penelitian, tujuan penelitian, alasan memilih judul, kegunaan (signifikansi) penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teori, yang terdiri dari media pembelajaran PJOK, media permainan bola tangan dengan media bola plastik, materi pelajaran PJOK di MI kelas 2, dan faktor yang mempengaruhi penerapan media bola plastik dalam permainan bola tangan.

BAB III Metode Penelitian, yang memuat tentang jenis dan pendekatan penelitian, desain penelitian, subjek dan objek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data dan analisis data, dan prosedur penelitian.

BAB IV Laporan Hasil Penelitian, berisi tentang gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data, dan analisis data.

BAB V Penutup, yang meliputi simpulan dan saran - saran.