

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada hakikatnya edukasi jasmani ialah bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, desngan demikian praktik edukasi perlu ditunjukkan pada perwujudan tujuan itu. Tujuan dari edukasi jasmani tidak sekedar untuk mengembangkan aspek kesehatan, kesehatan jasmani, keterampilan berpikir kritis, kestabilan emosional, keterampilan sosial, penalaran serta aksi moral lewat aktivitas jasmani serta olahraga.

Edukasi jasmani ialah bagian yang tidak bisa dipisahkan dari edukasi pada umumnya yang memengaruhi kemampuan peserta didik terkait kemampuan kognitif, afektif, serta psikomotor, lewat kegiatan jasmani peserta didik akan mendapatkan beraneka ragam pengalaman yang bernilai bagi kehidupan diantaranya intelegensi, emosi, perhatian, kerjasama dan keahlian. Kegiatan jasmani untuk edukasi jasmani tersebut bisa lewat olahraga ataupun non olahraga.

Edukasi jasmani memiliki peranan yang amat krusial didalam mengintensifkan pelaksanaan edukasi seumpama sebuah proses pembinaan manusia yang berjalan sepanjang hayat. Edukasi jasmani juga memberi peluang kepada peserta didik agar berpartisipasi langsung didalam berbagai pengalaman belajar lewat kegiatan jasmani, bermain, serta berolahraga yang

dilaksanakan dengan terstruktur, terkendali serta terencana. Adapun pembekalan pengalaman belajar tersebut ditujukan guna membina, juga menciptakan pola hidup sehat serta aktif sepanjang hayat.

Disamping itu, pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ialah mata pelajaran yang berfungsi guna mengembangkan kemampuan gerak dasar anak sebab PJOK ialah mata pelajaran yang menyertakan gerak dasar, sementara aktivitas jasmani ialah se buah bentuk rangsangan supaya bisa menyalurkan sejumlah potensi yang ada pada peserta didik didalam pembelajaran. Seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mempunyai peranan yang sangat krusial untuk bisa menciptakan bermacam kegiatan jasmani didalam pembelajaran yang bisa menstimulasi pertumbuhan serta perkembangan gerak dasar anak.

Tujuan pendidikan jasmani yakni meletakkan landasan karakter yang kuat lewat penanaman nilai didalam edukasi jasmani, kemudian menumbuhkan sikap sportif, jujur, disiplin, penuh tanggung jawab, kerja sama, percaya diri, serta demokratis lewat kegiatan jasmani. Selanjutnya, mengembangkan keterampilan gerak serta keterampilan teknik dan strategi bermacam permainan serta olahraga, disamping itu, juga mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri juga orang lain. Berikutnya mengetahui serta memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai

kesehatan, kebugaran serta pola hidup sehat dan mampu memanfaatkan waktu senggang dengan kegiatan jasmani yang sifatnya rekreatif.¹

Sebagaimana yang tertulis didalam Al-Qur'an surah al-Anfal ayat 60 yang berbunyi:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ
وَأَخْرَيْنَ مِنْ دُونِهِمْ ۚ لَا تَعْلَمُونَهُمُ ۚ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ۗ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ
يُوفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ

Ayat di atas menerangkan bahwa “ Islam mengajarkan agar orang Islam itu sehat mentalnya. Kesehatan mental sangat berkaitan erat dengan kesehatan jasmani dan orang islam juga mempersiapkan kekuatan dan pasukan berkuda untuk menghadapi musuh-musuh Allah, dengan dilakukan antara lain berguna sebagai pendidikan jasmani.²

Proses pembelajaran edukasi jasmani guru mesti bisa memperkenalkan bermacam gerakan dasar, juga teknik serta strategi bermain ataupun olahraga, penanaman nilai-nilai, (seperti sportivitas, kejujuran, kerjasama, ataupun lainnya) dari habituasi gaya hidup sehat. Praktik bukanlah lewat pembelajaran konvensional didalam kelas dengan kajian teoritis, akan tetapi menyertakan unsur mental, fisik, intelektual, emosional serta sosial, lewat edukasi jasmani diharapkan peserta didik bisa mendapatkan bermacam pengalaman untuk mengutarakan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil,

¹ Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Jakarta: PT Fajar Interpratama, 2008), h. 3.

² Imam al-Baihaqi, Syubul Imam, juz 6, h.401.

meningkatkan serta memelihara kesegaran jasmani dan pemahaman atas gerak manusia.³

Dari 14 cabang olahraga didalam atletik anak, loncat katak ialah salah satunya. Loncat katak ataupun juga dikenal dengan lompat jongkok kedepan ialah jenis cabang olahraga didalam atletik anak yang dibentuk oleh badan organisasi atletik tingkat dunia yang disingkat dengan IAAF. *Kids Athletic* ialah cabang olahraga atletik khusus untuk anak-anak yang dilakukan dengan individu ataupun berkelompok dalam bentuk perlombaan, akibatnya melatih anak untuk kompetensi dalam permainan yang waktu meloncat yakni memakai kedua kaki untuk maju kedepan.⁴

Loncat katak ialah gerakan didalam lompatan memakai kedua kaki dengan bersama-sama sebab jenisnya meniru lompat yang dilaksanakan oleh katak. Gerakan loncat katak terbagi 4 yaitu pertama, sikap awal, untuk melaksanakan gerakan loncat katak yakni dengan berdiri rileks ataupun berdiri santai dengan tangan terletak disamping badan sesudah berdiri kemudian jongkok terlebih dahulu dengan lutut ditekuk serta kedua tangan terletak didepan lutut hal tersebut dilaksanakan guna menjaga keseimbangan ketika melompat. Kedua, tumpuan, gerakan ketika ingin melakukan lompatan katak, gerakan ini di lakukan dengan melompat kedepan memakai kedua kaki dengan serentak, adapun gerakan tersebut seumpama gerakan katak yang lagi meloncat, sementara gerakan melompat kedepan dilaksanakan dengan berulang kali, tidak hanya satu kali saja. Ketiga, melayang diudara, pada

³ Adang Suherman, *Dasar-dasar Penjaskes*, (Jakarta: Depdiknas, 2000), h. 4.

⁴ Mochamad Djumidar AW, *Belajar Berlatih Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2006), h. 5.

loncat katak daya tolakan sangatlah besar efeknya pada hasil tolakan karena hasil yang didapatkan jauh ataupun tidak lompatan tersebut bisa ditentukan oleh sejumlah hal yakni gerakan ketika melaksanakan loncatan mesti dilaksanakan dengan optimal. Keempat, Pendaratan, gerakan mendarat juga mirip dengan gerakan mendarat yang dilaksanakan oleh katak yakni dengan memakai kedua kaki dan kedua tangan kedepan.

Sekolah MI Mujahidin sudah menerapkan gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak, dalam proses belajar mengajar masih kurang maksimal karena beberapa peserta didik ada yang belum bisa melakukan gerak dasar loncat yang akhirnya menjadikan peserta didik tidak bersemangat serta kurang aktif didalam pembelajaran, dan guru menggunakan permainan loncat katak untuk digunakan pada saat pembelajaran PJOK, bahwa pada saat permainan loncat katak peserta didik terlihat aktif dalam belajar, dan diharapkan dalam proses pembelajaran menggunakan permainan loncat katak bisa berjalan dengan baik serta mencapai tujuan pembelajaran.

Berlandaskan penjabaran diatas, maka sudah diketahui sebuah persoalan yang terjadi didalam proses pelaksanaan pembelajaran, khususnya proses penerapan gerak dasar loncat gerak dasar loncat lewat permainan loncat katak, maka dari itu penulis tertarik untuk melaksanakan riset dengan judul **“PENERAPAN GERAK DASAR LONCAT MELALUI PERMAINAN LONCAT KATAK PADA PEMBELAJARAN PJOK DI KELAS IV MI MUJAHIDIN KABUPATEN HULU SUNGAI UTARA”**.

B. Fokus Penelitian

Berlandaskan latar belakang permasalahan seperti sudah dikemukakan di atas, maka bisa dirumuskan masalah yang hendak diteliti, diantaranya ialah:

1. Penerapan gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak pada pembelajaran PJOK di kelas IV MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.
2. Kendala-kendala penerapan gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak pada pembelajaran PJOK di kelas IV MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.

C. Tujuan Penelitian

Berlandaskan rumusan permasalahan di atas, maka tujuan diadakannya riset ini ialah bentuk:

1. Mengetahui penerapan gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak pada pembelajaran PJOK di kelas IV MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.
3. Mengetahui kendala-kendala penerapan gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak pada pembelajaran PJOK di kelas IV MI Mujahidin Kabupaten Hulu Sungai Utara.

D. Signifikansi Penelitian

Tiap-tiap riset tentunya memiliki manfaat baik itu bagi peneliti, yang diteliti, ataupun pihak lainnya. Adapun manfaat dari temuan riset ini diantaranya ialah:

1. Manfaat Teoritis

Secara umum temuan dari riset ini adalah bisa memberi sebuah manfaat bagi kemajuan ilmu pendidikan dan keguruan terutama pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Madrasah Ibtidaiyah serta dengan menggunakan permainan loncat katak pada gerakan dasar loncat. Penelitian ini juga diharapkan bisa memotivasi peserta didik dalam meningkatkan minat dan Kesehatan (PJOK) khususnya pada gerak dasar loncat lewat permainan loncat katak.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peserta didik, dari riset ini peserta didik mendapatkan pengalaman belajar yang lebih berharga yang kemudian peserta didik akhirnya lebih memahami serta menguasai mata pelajaran PJOK, dan untuk meningkatkan daya tarik dalam belajar PJOK
- b. Bagi guru, dari riset ini diharapkan menjadi informasi dan masukan bermanfaat bagi para guru didalam melaksanakan bermacam upaya untuk mempermudah proses pembelajaran dengan menggunakan permainan loncat katak untuk membuat peserta didik bersemangat di dalam belajar PJOK.

- c. Bagi sekolah, guna menaikkan kualitas sekolah lewat prestasi belajar peserta didik serta hasil kerja guru, dan umpan balik dalam rangka menaikkan efektivitas dan efisiensi pembelajaran.
- d. Bagi peneliti, bisa memperbanyak ilmu pengetahuan serta keterampilan bagi peneliti selaku calon pendidik perihal gerak dasar loncat dalam pembelajaran PJOK, dan masukan bagi peneliti lain yang ingin melaksanakan riset serupa.

E. Definisi Operasional

Dalam rangka mencegah kesalahpahaman di dalam interpretasi mengenai riset ini, tentu penulis perlu untuk memberi penekanan istilah ataupun pengertian operasional, yakni:

1. Penerapan

Penerapan ialah langkah-langkah yang dilaksanakan oleh perseorangan ataupun kelompok yang ditujukan terhadap terwujudnya tujuan yang sudah ditentukan di dalam keputusan. Terkait hal tersebut, penerapan ialah praktik sebuah hasil kerja yang di dapatkan lewat sebuah cara supaya bisa dipraktekkan kedalam masyarakat.⁵

2. Gerak dasar

Gerak dasar adalah kemampuan yang memanfaatkan fungsi otak besar, juga daya otot tubuh yang menyertakan lengan serta kaki yang dipakai didalam

⁵ Wahab, *Tujuan Penerapan Program*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2008), h. 63.

sebuah latihan ataupun dalam rangka mencapai tujuan gerakan, misalnya melempar bola, melompat dan meloncat.⁶

3. Loncat

Loncat ialah sebuah gerakan memindahkan tubuh dari sebuah titik ketitik lainnya yang lebih jauh ataupun lebih tinggi dengan ancang-ancang berlari cepat ataupun lambat dengan menumpu dua kaki serta mendarat dengan kaki ataupun anggota yang lainnya dengan keseimbangan yang baik.⁷

4. Permainan loncat katak

Permainan loncat katak ialah gerakan melompat menggunakan kedua kaki dengan serentak selayaknya katak. Gerakan dimulai dengan berdiri santai, lalu tangan ditempatkan di belakang badan ketika akan melaksanakan loncatan, lalu jongkok menggunakan kedua kaki, lutut ditekukkan serta kedua tangan ditempatkan didepan lutut demi kesetimbangan ketika melompat.⁸

5. Pembelajaran PJOK

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan ialah media untuk memacu pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan serta penalaran, internalisasi nilai-nilai, (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), dan habituasi pola hidup sehat yang bermuara

⁶ Bakhtiar, *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*, (Padang: UNP Press, 2015), h.8.

⁷ Mochammad Djumidar, *Belajar Berlatih Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2004), h.59.

⁸ Yoyo Bahagia, *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*, (Jakarta, Depdikbud 2000), h. 82.

guna menstimulasi pertumbuhan serta perkembangan kualitas fisik ataupun psikis yang seimbang.⁹

F. Alasan Memilih Judul

Terkait pertimbangan penulis mengambil judul ialah peneliti ingin selama proses belajar mengajar peserta didik memiliki perasaan senang atau tidak terpaksa dalam melakukan pembelajaran dan juga peserta didik cepat bisa dan bersemangat dalam melakukan gerak dasar loncat serta diharapkan setelah melakukan pembelajaran PJOK dan praktik gerak dasar loncat melalui permainan loncat katak peserta didik mendapatkan pengalaman yang nyata dan dapat menerapkan gerak dasar loncat dengan baik juga benar. Penelitian tentang penerapan gerak dasar loncat lewat permainan loncat katak dalam pembelajaran PJOK di kelas IV MI Mujahidin, sepengetahuan penulis belum pernah ada yang meneliti pada prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

⁹ Cholick Mutohir, *Gagasan-gagasan tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, (Surabaya: Unesa University Press, 2008), h. 25.

G. Sistematika Penulisan

Pada riset ini penulis memakai sistematik riset yang mencakup lima bab serta tiap-tiap bab meliputi sejumlah sub bab, antara lain ialah:

BAB I Pendahuluan, yakni memuat latar belakang permasalahan, fokus penelitian, tujuan penelitian, kegunaan (signifikansi) penelitian, definisi operasional, alasan memilih judul, juga sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teori, yakni memuat perihal pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK), penerapan gerak dasar loncat, permainan loncat katak, dan kendala – kendala penerapan gerak dasar loncat lewat permainan loncat katak.

BAB III Metode Penelitian, yakni mencakup jenis serta pendekatan penelitian, desain penelitian, subjek serta objek penelitian, data serta sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan serta analisis data juga prosedur penelitian.

BAB IV Laporan Hasil Penelitian, yakni mencakup gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data juga analisis data.

BAB V Penutup, yakni mencakup kesimpulan serta beberapa saran.