

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran yang dilakukan melalui berbagai aktivitas fisik untuk mencapai tujuan pendidikan. Seperti halnya dengan mata pelajaran lainnya, pengajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat memicu perubahan perilaku pada peserta didik. Pendidikan jasmani berfungsi sebagai sarana untuk mendukung perkembangan fisik, mental, keterampilan motorik, serta nilai-nilai seperti sportivitas, spiritualitas, dan sosial. Selain itu, pendidikan jasmani juga membantu membiasakan siswa pada pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang perkembangan fisik dan mental secara seimbang. (Putra & Gazali, 2019)

Pendidikan jasmani adalah bagian yang tidak terpisahkan dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang berarti bahwa banyak pembelajaran yang dapat melibatkan keterlibatan aktif siswa dalam proses belajar mengajar, yaitu dengan memanfaatkan kegiatan siswa itu sendiri secara efektif dalam pembelajaran. (Kristiantono, 2017). Menurut (Haliza, 2017) berpendapat Pendidikan dapat dianggap sebagai suatu proses yang melibatkan dua aspek yang saling terkait, yaitu belajar dan mengajar. Belajar berfokus pada apa yang harus dilakukan oleh siswa, sementara mengajar berorientasi pada peran guru dalam memberikan pelajaran dan memfasilitasi proses pembelajaran.

Proses belajar dapat dipahami sebagai suatu aktivitas mental atau psikis yang terjadi melalui interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan serta pembentukan nilai-nilai dan sikap. (Suprihatin, 2015)

Atletik merupakan dasar dari semua cabang olahraga, yang mencakup latihan fisik secara lengkap dan menyeluruh. Olahraga ini mampu memberikan kepuasan bagi manusia melalui pemenuhan kebutuhan untuk bergerak, sambil tetap mematuhi disiplin dan aturan yang berlaku. (Wijayanti, 2014)

Tolak peluru adalah salah satu cabang dalam nomor lempar yang memiliki karakteristik khusus, di mana peluru tidak dilemparkan, tetapi ditolakkan atau didorong menggunakan satu tangan dari bahu. Tolakan merupakan gerakan yang mentransfer tenaga pada suatu benda sehingga menghasilkan kecepatan, dengan gaya dorong yang kuat ke arah depan. Perbedaan utama antara melempar dan menolak terletak pada cara melepaskan benda. Dalam tolakan, pergelangan tangan tetap diam dan tenaga berasal dari gerakan meluruskan siku. Lapangan untuk tolak peluru berbentuk lingkaran dengan garis tengah 2,135 meter. (Achmadi, 2015)

Peran guru PJOK sangat penting karena dampaknya langsung terlihat dalam proses pembelajaran di sekolah. Pengetahuan guru PJOK dalam menyampaikan materi pelajaran, serta motivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran, merupakan faktor krusial untuk keberhasilan pembelajaran PJOK. Hal ini diketahui bahwa apa yang dilakukan oleh guru PJOK di sekolah merupakan bagian dari program yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan peserta didik, khususnya dalam mempelajari atletik, dengan materi tolak peluru.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara singkat yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 Oktober 2024 di SMK Negeri 4 Kota Jambi, saat peneliti melaksanakan PLP (Praktek Lapangan Persekolahan), diperoleh informasi bahwa siswa kelas X di sekolah tersebut masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik dasar tolak peluru. Masalah yang ditemui antara lain adalah kurangnya pemahaman siswa mengenai cara memegang peluru yang benar, sikap awal saat menolak, serta posisi tubuh setelah melakukan tolakan. Akibatnya, nilai siswa belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal yang ditetapkan oleh sekolah.

Seperti yang telah diamati peneliti, proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru PJOK di SMK Negeri 4 Kota Jambi terlihat monoton karena kurangnya variasi dalam metode pengajaran, sehingga siswa kesulitan dalam memahami teknik dasar tolak peluru. Selain itu, alat yang digunakan tidak sesuai atau sudah usang, yang dapat meningkatkan risiko cedera pada siswa. Modifikasi alat dengan bahan yang lebih aman atau desain yang lebih ergonomis dapat mengurangi potensi cedera. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian ini untuk memberikan variasi dalam pembelajaran, dengan tujuan meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tolak peluru.

Dalam upaya meningkatkan teknik dasar tolak peluru melalui modifikasi alat, siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Jambi pada umumnya belum memiliki keterampilan yang baik dalam tolak peluru, sehingga pembinaan terhadap teknik ini perlu mendapatkan prioritas. Penguasaan keterampilan gerak yang belum optimal disebabkan oleh kurangnya keingintahuan siswa terhadap materi teknik tolak peluru. Dengan demikian, upaya untuk meningkatkan hasil pembelajaran

gerak dasar tolak peluru melalui penggunaan modifikasi alat diharapkan dapat memberikan dampak positif pada siswa kelas X di SMK Negeri 4 Kota Jambi.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Masih banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengkoordinasikan langkah, ayunan lengan dan pelepasan peluru secara benar.
2. Kurangnya minat siswa terhadap tolak peluru
3. Guru kurang kreatif dalam membuat strategi pengajaran tolak peluru
4. Kurangnya sarana dan prasarana di sekolah

1.3 Pembatasan Masalah

Mempertimbangkan keterbatasan waktu dan tenaga yang tersedia, serta adanya permasalahan terkait penguasaan teknik dasar tolak peluru, penelitian ini berfokus pada penggunaan modifikasi alat untuk membantu siswa kelas X di SMK Negeri 4 Kota Jambi dalam mengatasi kesulitan tersebut. Dengan sumber daya yang terbatas, upaya modifikasi alat diharapkan dapat memberikan solusi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam teknik dasar tolak peluru.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah penerapan metode modifikasi alat dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar tolak peluru pada siswa kelas X di SMK Negeri 4 Kota Jambi?

1.5 Tujuan penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, tujuan yang ingin di capai adalah memahami penerapan modifikasi alat dalam meningkatkan teknik dasar tolak peluru pada siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan cakupan dan pemersalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoretis

- a. Penelitian ini memberikan wawasan mengenai penggunaan modifikasi alat dalam teknik dasar tolak peluru, sehingga dapat meningkatkan keberhasilan pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian serupa untuk mengevaluasi tingkat kemampuan teknik dasar tolak peluru pada peserta didik kelas X di SMK Negeri 4 Kota Jambi.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru

Guru sebagai pendidik dapat memperkaya pengalaman pembelajaran siswa dalam teknik dasar tolak peluru melalui program pembinaan di luar jam pelajaran, seperti kegiatan ekstrakurikuler atau aktivitas lainnya.

b. Bagi Siswa

Siswa yang menjadi subjek penelitian dapat memahami tingkat kemampuan mereka dalam teknik dasar tolak peluru dan termotivasi untuk meningkatkan keterampilannya.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat memotivasi sekolah untuk meningkatkan profesionalisme guru dan mendorong guru dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan.