



Penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran Lompat Jauh di Kelas X IPA



Deo Fajar Pratama^{1,a)}, Mesterjon²⁾, Supriyanto¹⁾

¹⁾Program studi Pendidikan Jasmani Universitas Dehasen Bengkulu

²⁾Program Studi Ilmu Komputer Universitas Dehasen Bengkulu

^{a)}Corresponding Author: Deofajar0@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan pendekatan bermain terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani pada mata pelajaran lompat jauh. Berdasarkan hasil penelitian melalui wawancara, dan dokumentasi yang telah direduksi penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh di Kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Arga Makmur sangat efektif dilihat dari jawaban yang telah diberikan oleh informan karena dapat meningkatkan minat siswa dan siswi dalam pembelajaran lompat jauh. Hasil dari wawancara terhadap guru dan siswa mengatakan bahwa dengan diterapkannya pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh proses belajar menjadi menarik dan meningkatkan semangat belajar siswa dan siswi.

Kata Kunci: Penerapan, Pendekatan, Bermain, Lompat Jauh

Sejarah Artikel:

1. Disubmit tanggal 26 Juni 2021
2. Diterima tanggal 26 Agustus 2021
3. Diterbitkan tanggal 30 Agustus 2021

Pendahuluan

Pendidikan jasmani mempunyai peran penting di suatu sekolah yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran wajib di sekolah, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan dan juga bagian integral dari proses pendidikan secara total. Tujuan pendidikan jasmani untuk mengembangkan kebugaran fisik, mental, emosional, dan sosial. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa. Pendidikan jasmani juga merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai.

Lompat jauh merupakan salah satu olahraga atletik dimana seseorang mengkombinasikan kecepatan, kekuatan, dan kelincahan untuk melempar dirinya dari papan tolakan. Olahraga ini telah menjadi bagian materi dari kurikulum pendidikan yang harus dipelajari. Lompat jauh adalah suatu aktivitas dalam atletik dengan gerakan yang dilakukan di dalam lompatan yang sejauh-jauhnya. Lompat jauh membutuhkan penguasaan teknik dasar yang baik dan benar, adapun lapangan lompat jauh yaitu jalur awalan 30-40 meter, panjang bak 9 meter, lebar bak lompatan 2,75 meter, lebar lintasan awalan 1,22 meter, lebar papan tumpu 20 cm, panjang papan tumpu 1,22 meter, bak lompat.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif. Penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian yang dilakukan untuk memahami sebuah fenomena secara mendalam dengan peneliti sebagai instrumen utama. Dalam penelitian ini peneliti mewawancarai bagaimana "Penerapan Pendekatan Bermain Terhadap Pembelajaran Lompat Jauh Di Kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Argamakmur". Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara dengan guru olahraga SMA Negeri 2 Argamakmur. Wawancara dilakukan pada saat peneliti melaksanakan penelitian di SMA Negeri 2 Argamakmur, serta wawancara dilakukan secara terstruktur dengan berbagai pertanyaan yang telah di susun.

Hasil Penelitian

1. Peran Guru Pengampu Mata Pelajaran Olahraga dalam penerapan pendekatan bermain

Dari wawancara yang dilakukan, didapat beberapa hasil diantaranya mengenai kendala yang dialami guru selama proses menerapkan pendekatan metode bermain pada siswa dan siswi SMA Negeri 2 Arga Makmur. Secara umum, guru tersebut memaparkan kendala yang dialami pada saat pembelajaran namun kendala yang dialami masih dalam batas wajar karena dapat diatasi dengan baik oleh guru. Berikut hasil wawancara yang mendukung:

"Kendala yang dialami tentu ada, namun demi tercapainya hasil yang maksimal pendekatan internal pada setiap individu anak masih sangat berperan terhadap semangat siswa"

Selanjutnya yang menarik perhatian dalam penelitian ini adalah penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh di SMA ini sudah efektif karena dari hasil wawancara terhadap guru siswa dan siswi terlihat sangat antusias dalam mengikuti pembelajaran karena terkesan sangat menarik. Hal ini didukung dengan hasil wawancara ketika peneliti menanyakan penerapan pendekatan bermain kepada siswa apakah telah sesuai dengan harapan.

"Penerapan pendekatan bermain ini telah sesuai harapan ya, terlihat dari meningkatnya antusias siswa dan siswi dalam mengikuti pembelajaran olahraga lompat jauh".

Disamping itu ketertarikan siswa dan siswi dalam mengikuti pembelajaran juga sangat penting karena dalam proses belajar dapat berlangsung dengan menyenangkan. Hal ini tentu berpengaruh dalam pencapaian dan pengetahuan siswa. Sarana dan prasarana yang memadai juga akan mendukung proses belajar yang efektif.

2. Peran Siswa Dalam Belajar Olahraga dalam penerapan pendekatan bermain

Dari wawancara yang dilakukan terhadap 4 informan yang menjadi perhatian adalah respon mereka saat proses pembelajaran olahraga lompat jauh yang menerapkan pendekatan bermain. Keempat informan memberikan respon yang positif terhadap penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh. Berikut hasil wawancara yang mendukung:

Informan I:

"saya rasa bukan cuma saya, semua teman dikelas juga kelihatannya lebih antusias dibandingkan dengan proses belajar yang tidak menerapkan pendekatan bermain"

Informan II :

“Iya betul, kami semua dikelas merasa senang dengan proses belajar yang seperti itu”

Informan III:

“Semangat belajar menjadi lebih meningkat”

Informan IV:

“Olaraga lompat jauh jauh lebih menyenangkan jadinya”

Berdasarkan karakteristik siswa, maka pembelajaran lompat jauh di Sekolah harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang guru bahwa siswa mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajaran lompat jauh hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan. Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk-bentuk pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Seorang guru harus mampu menerapkan pendekatan pembelajaran yang baik dan tepat. Dengan pendekatan pembelajaran yang tepat, siswa akan mudah menerima materi pelajaran dan hasilnya juga akan optimal

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian melalui wawancara, dan dokumentasi yang telah direduksi penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh di Kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Arga Makmur sangat efektif dilihat dari jawaban yang telah diberikan oleh informan karena dapat meningkatkan minat siswa dan siswi dalam pembelajaran lompat jauh.

Hasil dari wawancara terhadap guru dan siswa mengatakan bahwa dengan diterapkannya pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh proses belajar menjadi menarik dan meningkatkan semangat belajar siswa dan siswi. Dengan adanya penerapan bermain ini antusiasme siswa untuk belajar lompat jauh menjadi meningkat, hal ini tentu akan berpengaruh pada pencapaian siswa dan siswi dalam olahraga lompat jauh.

Pendekatan bermain adalah salah satu cara belajar yang dalam pelaksanaannya dilakukan melalui bentuk permainan. Siswa diberi kebebasan dalam mengekspresikan kemampuannya terhadap tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Siswa diharapkan dapat memiliki kreativitas dan inisiatif untuk memecahkan masalah yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui bermain

dikembangkan juga unsur kompetitif, sehingga siswa saling berlomba menunjukkan kemampuannya. Pembelajaran olahraga lompat jauh dengan pendekatan bermain adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan agar siswa memperoleh motivasi serta terbina kerjasama dalam pembelajaran olahraga lompat jauh.

Penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lompat jauh. Namun pencapaian hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran saja masih ada faktor lain seperti kondisi fisik siswa, motivasi, sarana dan prasarana dan lain-lain.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian melalui pengamatan, wawancara, dan dokumentasi yang telah direduksi serta berdasarkan pembahasan yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan pendekatan bermain terhadap pembelajaran lompat jauh di Kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Arga Makmur sangat efektif dilihat dari jawaban yang telah diberikan oleh informan karena dapat meningkatkan minat siswa dan siswi dalam pembelajaran lompat jauh yang diharapkan dapat meningkatkan pencapaian pengetahuan dan gerak siswa

Daftar Pustaka

- Afrinaldi, Rolly. 2020. Lompat Jauh dan Permainannya. Jakarta: Cakrawala Cendekia.
- Aikunto, Suharsimi. 2002. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hasanudin, M. Imran dan M. Iqbal, Hasanudin. 2020. Model Pendekatan Bermain Pada Peningkatan Kesegaran Jasmani Sekolah Dasar. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Maksum, Ali. 2012. Metodologi Penelitian. Surabaya: Unesa University Press
- Moleong, L.J. 2000. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nopiyanto, Yahya Eko, dkk. 2020. Pembelajaran Atletik. Bengkulu: Elmarkazi.
- Sainal. 2018. Buku Ajar Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA Kelas X Semester 1. Ponorogo. Uwais Inspirasi Indonesia.

-
- Setiasih, Iday. 2010. Lompat Jauh. Sukoharjo: Hamudha Prima Media.
- Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Manajemen. Bandung: Alfabeta.
- Wiarso, Giri. 2015. Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Laksitas.