

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Pendidikan merupakan upaya peningkatan ilmu pengetahuan yang diperoleh dari lembaga formal maupun informal untuk menghasilkan manusia yang berkualitas. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani dibutuhkan model pembelajaran yang tepat dan dianggap lebih baik, karena metode pembelajaran merupakan penghubung antara guru dan siswa, antara pendidik dengan peserta didiknya. Selain itu metode pembelajaran merupakan sarana penyalur dan pengarah secara timbal balik antara tenaga pendidik dengan peserta didik untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pemilihan metode pembelajaran Teknik olahraga tak terpisahkan dari tujuan dan pengalaman belajar serta tugas gerak yang dipelajari. Mata pelajaran pendidikan jasmani

didik, karena dengan pengetahuan mengenai kesehatan dan praktik olahraga peserta didik bisa membentengi diri dengan salah satu cara yaitu meningkatkan daya tahan tubuh atau imunitas. PJOK memiliki dua konsep utama yaitu (1) PJOK adalah pendidikan tentang gerakan dan (2) PJOK adalah pendidikan melalui gerakan (Yulhaidir, 2022:79).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran yang diwajibkan untuk diikuti, dimana pada mata pelajaran PJOK dilaksanakan dari jenjang sekolah dasar hingga sekolah menengah membelajarkan peserta didik melalui aktivitas gerak. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) memiliki kewajiban memilih dan menyediakan aktivitas gerak yang sesuai dengan karakteristik peserta didik. Adapun tujuan dari PJOK adalah untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, tindakan moral, dan aspek hidup sehat bagi peserta didik. Berdasarkan kurikulum di SMP Negeri 1 Mengwi, ruang lingkup mata pelajaran (PJOK) meliputi (1) permainan bola besar dan kecil (2) atletik dan bela diri (3) kebugaran jasmani dan senam (4) aktivitas air dan kesehatan.

Dalam model pembelajaran, terdapat strategi yang menjelaskan operasional, alat, atau teknik yang digunakan peserta didik dalam prosesnya. Selanjutnya, di dalam strategi pembelajaran ada metode pembelajaran yang menjelaskan langkah-langkah untuk mencapai tujuan pembelajaran (Siti Julaha, 2022:136). Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di dalamnya diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan. Salah satu olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani dan kesehatan yaitu atletik.

Atletik merupakan salah satu materi pokok dari pendidikan jasmani dan kesehatan yang wajib diajarkan dalam pendidikan jasmani. Nomor-nomor atletik yang diajarkan meliputi jalan, lari, lompat, lempar. Dari tiap nomor-nomor tersebut di dalamnya terdapat beberapa nomor yang dilombakan. Untuk nomor lari terdiri dari dari lari jarak pendek, lari jarak menengah, lari jarak jauh dan marathon, lari gawang, lari sambung (estafet) dan lari lintas alam. Nomor lompat meliputi lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, lompat galah. Nomor lempar meliputi lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru dan lontar martil.

Observasi awal yang dilakukan oleh peneliti saat di lapangan, pada saat berlangsungnya PLP II pada siswa IX C yang berjumlah 36 peserta didik dalam pembelajaran PJOK pada materi atletik lari *sprint* 100 meter. Hasil belajar teknik dasar lari jarak pendek 100 meter peserta didik kelas IX C SMP Negeri 1 Mengwi tingkat ketuntasan peserta didik yang berpedoman pada Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada pelajaran PJOK sebanyak 80. Tingkat ketuntasan hasil belajar lari *sprint* 100 meter yaitu 14 peserta didik (38,9%) tuntas, dan 22 peserta didik (61,1%) yang tergolong tidak tuntas. Dengan menganalisa data hasil belajar peserta didik secara keseluruhan terlihat hasil belajar tergolong rendah dan kurang, karena belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) mata pelajaran PJOK yaitu sebanyak 80. Hal tersebut dikarenakan proses pembelajaran berlangsung masih kurangnya pelaksanaan kombinasi gerak lari *sprint* 100 meter metode pembelajaran masih bersifat pada guru saja. Selain itu metode pembelajaran masih bersifat tradisional yakni lebih banyak menggunakan metode ceramah, peserta didik

tidak dilibatkan aktif dalam melakukan materi yang diajarkan, dan cara pembelajaran di saat pembelajaran tersebut berlangsung dimana tugas gerak yang dilakukan tidak baik sehingga tujuan proses belajar mengajar tidak dapat dicapai dengan maksimal.

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik diantaranya adalah minat, bakat, semangat, kondisi fisik, sarana atau media pembelajaran guru, metode atau strategi pembelajaran yang digunakan oleh guru dan lain-lain. Menyadari hal tersebut, perlu adanya pembaharuan dalam pembelajaran untuk memungkinkan peserta didik dapat mempelajari materi kombinasi gerakan lari *sprint* 100 meter lebih mudah, lebih efektif, dan menyenangkan. Salah satunya adalah dengan memilih metode pembelajaran yang tepat. Sebelum menentukan metode pembelajaran yang akan digunakan dalam proses kegiatan belajar mengajar nantinya, seorang guru haruslah terlebih dahulu mempertimbangkan baik buruknya suatu metode pembelajaran tersebut.

Dalam penelitian ini peneliti memilih solusi permasalahan hasil belajar peserta didik dengan menggunakan model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) agar siswa menjadi aktif dalam pembelajaran dan dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. *Project Based Learning* (PjBL) adalah model pembelajaran yang menggunakan proyek sebagai inti pembelajaran (Ivi Yusikah, 2021:19). Model pembelajaran ini merupakan model pembelajaran inovatif yang melibatkan kerja proyek dimana peserta didik bekerja secara mandiri dalam mengkonstruksi pembelajarannya dan mengimplementasikan dalam produk nyata. Model pembelajaran *Project*

Based Learning (PjBL) diharapkan mampu mengatasi permasalahan hasil belajar peserta didik yang selama ini lebih banyak bersifat menunggu informasi dari guru ke pembelajaran bermakna menemukan sendiri konsep-konsep materi yang dipelajari, diharapkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik lebih baik. Pembelajaran berbasis proyek pada dasarnya mengubah peserta didik menjadi pembelajar aktif, mempromosikan penciptaan inisiatif dan proses eksplorasi, menawarkan kesempatan untuk mempraktekkan apa yang dipelajari, menyajikan atau mengungkapkan apa yang telah mereka pelajari, dan menilai kinerja mereka. (Indriyani et al., 2022:523).

Berdasarkan latar belakang masalah, maka judul penelitian yang dipilih adalah **“Implementasi model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) untuk meningkatkan hasil belajar (PJOK) melalui materi atletik lari *sprint* 100 meter pada peserta didik kelas IX C SMP Negeri 1 Mengwi Tahun Ajaran 2023/2024”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Seorang guru tentu ingin peserta didik berhasil dalam mencapai tujuan pembelajaran, Namun berdasarkan dari uraian diatas dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Guru belum menggunakan model pembelajaran yang inovatif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik.
2. Kurangnya minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK khususnya pada materi Atletik lari *sprint* 100 meter.
3. Hasil belajar rendah dalam pembelajaran Atletik *sprint* 100 meter.

1.3 Pembatasan Masalah

Sesuai dari identifikasi masalah diatas yang telah dibahas, maka fokus dari penelitian adalah meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) materi Atletik lari *sprint* 100 meter peserta didik kelas IX C SMP Negeri 1 Mengwi dengan menggunakan model *Project Based Learning* (PjBL) sehingga dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik lebih baik.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimanakah Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) untuk meningkatkan hasil belajar (PJOK) materi Atletik lari *sprint* 100 meter Pada Peserta Didik Kelas IX C SMP Negeri 1 Mengwi Tahun Ajaran 2023/2024?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan Hasil Belajar PJOK melalui Implementasi model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) materi Atletik lari *sprint* 100 meter Peserta Didik Kelas IX C SMP Negeri 1 Mengwi Tahun Ajaran 2023/2024.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun kegunaan yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan guru pendidik jasmani untuk mengembangkan implementasi model

pembelajaran pendidikan jasmani yang produktif dan efektif sehingga kualitas pendidikan jasmani lebih baik.

- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tolak ukur dan acuan menyusun rencana proses pembelajaran, sehingga berfungsi sebagai pedoman melaksanakan kegiatan mengajar agar lebih terarah dan berjalan dengan maksimal.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru

Menambah wawasan dan keterampilan guru pendidikan jasmani dalam mengimplementasikan model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) dalam materi lari *sprint* 100 meter.

- b. Bagi Siswa

Meningkatkan aktivitas gerak dan hasil belajar atletik lari *sprint* dengan implementasi model pembelajaran berbasis *Project Based Learning* (PjBL) sehingga belajar siswa lebih bermakna.

- c. Bagi Sekolah

Meningkatkan pemberdayaan kecakapan hidup para siswa sehingga diharapkan lebih tepat bersaing dalam kompetensi antar sekolah baik terjun ke masyarakat maupun untuk kepentingan melanjutkan ke studi ke jenjang yang lebih tinggi.

- d. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dalam menghadapi situasi dan kondisi dalam proses pembelajaran dan menambah wawasan mengenai penerapan model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL).

