

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani disekolah merupakan pendidikan Nasional, yang mana pengajarannya yang hanya mengajarkan kemampuan gerak dan ketrampilan dasar olahraga sehingga prestasi olahraga tidak bisa muncul dari kegiatan olahraga karna itu diadakan ekstrakurikuler dengan maksud menemukan dan membina bibit olahraga dari tingkat junior.

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) (tahun 2006) Depdiknas, (2006: 204), diuraikan tentang penjas sebagai berikut: penjas merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari tujuan pendidikan Nasional, yang mana pengajarannya yang hanya mengajarkan kemampuan gerak dan ketrampilan dasar olahraga sehingga prestasi olahraga tidak bisa muncul dari kegiatan aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani yang wajib diberikan oleh para siswa mulai dari tingkat sekolah dasar sampe tingkat sekolah lanjutan tingkat atas, sesuai dengan SK Mendikbud No 0413/U/87. Dalam atletik terdiri dari beberapa cabang yaitu: Jalan cepat, Lari jarak pendek,

Lari jarak menengah, Lari jarak jauh, Lari rintangan, Lompat jauh, Lompat tinggi, Lompat galah, Lempar lembing, Tolak peluru, Lempar cakram, dan Lempar martil.

Menurut Yudha M Saputra, (2001 :63). Lompat bagi siswa sekolah dasar merupakan salah satu aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lainnya. Gerakan melompat merupakan salah satu bentuk gerakan lokomotor, untuk membina dan meningkatkan aktifitas pengembangan kemampuan daya gerak siswa sekolah dasar maka guru pendidikan jasmani perlu merancang bentuk-bentuk gerakan yang menarik bagi siswa usia sekolah dasar.

Masih minimnya minat belajar siswa sekolah dasar dalam mengikuti mata pelajaran atletik (lompat jauh) bukan hanya di akibatkan karena siswa tidak dapat melakukan gerakan teknik–teknik dasar pada lompat jauh tetapi diakibatkan karena asupan gizi yang kurang sehingga siswa tidak bersemangat.

Menurut Pudjiadi *et al*, (2010) Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan petunjuk untuk menentukan kelebihan berat badan berdasarkan indeks quatlet (berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2). Interpretasi IMT tergantung pada umur dan jenis kelamin anak karena anak lelaki dan perempuan memiliki kadar lemak tubuh yang berbeda. IMT adalah cara termudah untuk memperkirakan obesitas serta berkolerasi tinggi dengan massa lemak tubuh, selain itu juga penting untuk mengidentifikasi pasien obesitas yang mempunyai risiko komplikasi medis.

Menurut Grummer-Strawn LM *et al.*,(2002) Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah nilai yang diambil dari perhitungan antara berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) seseorang. IMT dipercayai dapat menjadi indikator atau menggambarkan kadar adipositas dalam tubuh seseorang. IMT tidak mengukur lemak tubuh secara langsung, tetapi penelitian menunjukkan bahwa IMT berkorelasi dengan pengukuran secara langsung lemak tubuh.

SD Inpres Alemba adalah salah satu Sekolah Dasar yang berada di Provinsi NTT, Kabupaten Alor, Kecamatan Lembur yang menerapkan pelajaran pendidikan jasmani pada cabang Atletik lompat jauh

Berdasarkan hasil observasi dan informasi yang diperoleh dari salah satu guru penjasorkes di SD Inpres Alemba bahwa semua siswa kesulitan melakukan lompat jauh dengan baik dan benar. Berdasarkan itu maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “ **Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Jangkauan Lompat Dalam Nomor Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SD Inpres Alemba Kabupaten Alor** ”

B. Identifikasi Masalah

Jangkauan lompatan yang maksimal dalam cabang olahraga Atletik lompat jauh sangat dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, lingkungan dan penunjang. Untuk itu berdasarkan faktor biologis maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Belum diketahui hubungan koordinasi gerak terhadap jangkauan lompat dalam cabang lompat jauh gaya jongkok

2. Belum diketahui hubungan panjang tungkai terhadap jangkauan lompat dalam cabang lompat jauh gaya jongkok
3. Belum diketahui hubungan indeks massa tubuh terhadap jangkauan lompat dalam nomor lompat jauh gaya jongkok
4. Belum diketahui hubungan teknik lompat terhadap jangkauan lompat dalam cabang lompat jauh gaya jongkok

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka, penulis membatasi masalah: sebagai acuan dan arahan yang jelas dalam proses penelitian yang berkaitan dengan Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Jangkauan Lompatan Dalam Nomor Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa kelas III - V SD Inpres Alemba Kabupaten Alor.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka peneliti menjelaskan masalah penelitian sebagai berikut: Apakah ada Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Terhadap Jangkauan Lompat Dalam Nomor Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SD Inpres Alemba Kabupaten Alor ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Jangkauan Lompatan Dalam Nomor Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SD Inpres Alemba Kabupaten Alor.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

- a. Menemukan pengetahuan baru tentang hubungan indeks massa tubuh terhadap jangkauan lompat dalam nomor lompat jauh gaya jongkok
- b. Meningkatkan ketrampilan lompat jauh
- c. Sebagai dasar penelitian berikutnya

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, dapat mengetahui seberapa kemampuan gerak dasar lompat jauh, Sehingga diharapkan akan lebih giat dalam meningkatkan hubungan indeks massa tubuh terhadap jangkauan lompat jauh gaya jongkok
- b. Bagi guru, sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam tugasnya sehingga guru akan memperhatikan dan meningkatkan kemampuan gerak dasar lompat jauh pada siswa.
- c. Bagi sekolah, membantu sekolah berkembang lebih baik dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui model pembelajaran discovery yang diharapkan dapat menjadi informasi atau masukan tentang cara menangani masalah dalam pelaksanaan pembelajaran jasmani bagi guru pendidikan jasmani.