

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan proses yang sistematis berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan, dengan tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani dan mencapai prestasi dalam olahraga.

Kegiatan intrakurikuler dapat diartikan sebagai kegiatan siswa di sekolah yang sesuai atau sejalan dengan komponen kurikulum yang telah ditetapkan dan diatur. Selain kegiatan intrakurikuler, adapula kegiatan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat siswa baik dalam olahraga maupun seni yang dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler. Salah satu sekolah yang telah menerapkan ekstrakurikuler adalah SMA Negeri 1 Kota Sukabumi yang mempunyai banyak ekstrakurikuler termasuk olahraga bela diri *Taekwondo*.

Taekwondo adalah olahraga bela diri modern yang berakar pada bela diri tradisional korea dan salah satu seni bela diri populer di dunia yang dipertandingkan di Olimpiade. Hal ini berpengaruh pada minat siswa di kota sukabumi untuk mengikuti olahraga tersebut, sehingga banyak pula sekolah yang mempunyai ekstrakurikuler taekwondo. Khususnya di SMA Negeri 1 Kota Sukabumi yang telah mengembangkan dan membina siswa dalam cabang olahraga *taekwondo* tersebut.

Berdasarkan hasil observasi dan pengamatan pada tanggal 20 april 2018 pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* di SMA Negeri 1 Kota Sukabumi, penulis melihat bahwa siswa kesulitan mempelajari gerakan *basic 3*, hal ini terlihat dari gerakan *basic 3* siswa yang belum hafal. Gerakan yang dihasilkan siswa belum sesuai dengan kriteria dalam *poomsae* tersebut, hal ini dibuktikan oleh praktik gerakan *basic 3* yang dinilai oleh pelatih dengan tingkatan sabuk dan III. Hal ini tentu menjadi

masalah yang berdampak besar pada siswa saat melakukan gerakan *basic 3*, karena dengan tidak adanya keseimbangan, kecepatan dan kekuatan gerakan yang dihasilkan siswa akan mudah menjadi lemah dalam gerakan dasar serangan dan pertahanan diri bahkan dapat menjadi titik lemah bagi siswa tersebut. Dalam pelaksanaan belajar diketahui bahwa belum pernah digunakan suatu metode khusus di sekolah pada ekstrakurikuler *taekwondo* baik oleh pelatih maupun oleh pihak sekolah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan teknik *basic 3*. Dalam belajar *poomsae* gerakan dasar *taekwondo* yaitu *basic movements* umumnya jenis gerakan yang mulai diajarkan kepada *taekwondo-in* pada saat ia tingkat sabuk putih atau pemula. dalam melakukan teknik *basic 3*, keseimbangan, kecepatan dan kekuatan mempunyai peranan yang sangat penting terhadap keberhasilan gerakan yang akan memberikan tenaga yang prima. Ada beberapa unsur fisik yang dibutuhkan untuk mendukung hasil gerakan *basic 3*.

Unsur fisik yang mendukung dalam gerakan *poomsae basic 3* yaitu kekuatan dan kelenturan gerak, tempo (cepat dan lambatnya gerak) dan ritme. Sebagai tiga elemen penting, kekuatan dan kelenturan gerak, tempo (cepat dan lambatnya gerak), dan ritme bukan merupakan unsur-unsur yang terpisah, melainkan suatu kombinasi integral yang membuat *poomsae* menjadi utuh.

Pertama, kekuatan dan kelenturan mengimplikasikan dari gerakan pembuka atau pendahuluan dan gerakan utama. Biasanya, gerakan pembuka diawali dengan gerakan yang santai, sedangkan kecepatan dan kekuatan diledakkan pada gerakan utama, tetapi kadang tidak selalu demikian, tergantung dari sifat atau aturan gerakan. Kedua, mengimplikasikan karakteristik-karakteristik kekuatan dan kelembutan yang berdasarkan pada unit gerakan atau rangkaian gerakan.

Tempo gerakan ditentukan oleh variasi dari kecepatan yang dibutuhkan dalam setiap gerakan, ini didefinisikan sebagai “cepat” atau “lambat” tergantung dari gerakan yang berikutnya. Semua gerakan lainnya

dilakukan dalam kecepatannya yang biasa. Ritme atau irama adalah korelasi antara gerakan dan alirannya. Ritme ada dalam gerakan, waktu dan ruang yang terukur, akan tetapi, dalam *poomsae* performa yang memuaskan dari gerakan-gerakan yang berhubungan itu ada dalam urutan yang sesuai ketentuan. Oleh karena itu, lebih jauh lagi ritme didefinisikan sebagai gerakan-gerakan yang dilakukan dan diulang kembali dalam eksekusi yang terstruktur dari elemen-elemen *poomsae* dalam batasan waktu tertentu. Yang terakhir, ritme didefinisikan sebagai aliran kekuatan dan kecepatan dari setiap gerakan. Salah satu solusi yang ditawarkan penulis adalah dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif. Model pembelajaran kooperatif adalah adalah suatu cara atau bentuk penampilan seorang guru dalam menanamkan pengetahuan, membimbing, mengubah atau mengembangkan kemampuan, perilaku dan kepribadian siswa dalam mencapai tujuan proses belajar.

Salah satu strategi dan model pembelajaran adalah strategi pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*). Pembelajaran kooperatif merupakan strategi pembelajaran yang akhir-akhir ini menjadi perhatian dan dianjurkan para ahli pendidikan untuk digunakan. Ada dua alasan mengapa kooperatif *learning* menjadi pilihan, pertama, beberapa hasil penelitian membuktikan bahwa penggunaan pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan prestasi belajar siswa sekaligus dapat meningkatkan kemampuan hubungan sosial, menumbuhkan sikap menerima kekurangan diri dan orang lain, serta dapat meningkatkan harga diri. Kedua, pembelajaran kooperatif dapat merealisasikan kebutuhan siswa dalam belajar berpikir, memecahkan masalah, dan mengintegrasikan pengetahuan dengan keterampilan. Dan dua alasan tersebut, maka pembelajaran kooperatif merupakan bentuk pembelajaran yang dapat memperbaiki sistem pembelajaran yang selama ini memiliki kelemahan (Trianto dalam Aceng Jaelani).

Ekstrakurikuler *Taekwondo* di SMA Negeri 1 Kota Sukabumi bila diamati pada siswa yang melakukan gerakan *basic 3* kesulitan dalam

mempelajari gerakan, dan kualitas gerakan yang dihasilkan tidak sesuai harapan, seperti yang sudah dijelaskan bahwa *poomsae* basic 3 ini harus sesuai dalam urutan yang sesuai ketentuan baik dalam segi kekuatan maupun ritme gerakan, sehingga gerakan yang dihasilkan bukan mempermudah siswa melakukan gerakan *basic 3* namun gerakan yang dihasilkan siswa belum sesuai dengan kriteria dalam *poomsae* tersebut, seperti kekuatan, kelenturan gerak, tempo dan ritme. Oleh karena itu dengan kata lain model pembelajaran kooperatif sangat berpengaruh dengan kualitas gerakan *basic 3* yang di hasilkan, karena model pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan keterampilan siswa. Sehubungan dengan masalah tersebut, Maka penulis tertarik untuk meneliti permasalahan tersebut dengan judul, “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Terhadap Keterampilan *Poomsae (Basic 3)* Pada Siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh model pembelajaran tipe STAD terhadap keterampilan *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018?
2. Apakah terdapat pengaruh model pembelajaran tipe *jigsaw* terhadap keterampilan *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018?
3. Manakah yang lebih berpengaruh antara model pembelajaran tipe STAD dan tipe *Jigsaw* terhadap keterampilan *poomsae (basic 3)* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018?

C. Batasan Masalah

Batasan masalah ini bertujuan agar peneliti dapat mempermudah langkah dalam menyelesaikan penelitian yang telah direncanakan sesuai dengan masalah yang ditemui. Sehingga masalah yang ditemui dalam ekstrakurikuler *taekwondo* hanya mengacu pada model pembelajaran kooperatif terhadap keterampilan *poomsae*. Hal ini diharapkan dapat meminimalisir waktu, dana, tenaga, dan kemampuan yang dikeluarkan oleh peneliti.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas penulis bertujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran tipe STAD terhadap keterampilan *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018.
2. Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran tipe jigsaw terhadap keterampilan *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018.
3. Untuk mengetahui manakah model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan tipe *jigsaw* yang lebih berpengaruh terhadap keterampilan *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini berguna untuk meberikan informasi tentang pengaruh model pembelajaran tipe STAD dan tipe *jigsaw* terhadap hasil belajar *poomsae* pada siswa Ekstrakurikuler *Taekwondo* SMA Negeri 1 Kota Sukabumi 2018. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Penulis

Memberikan gambaran kepada penulis bagaimana situasi dunia pekerjaan yang akan dihadapi ketika berkecimpung di dunia pendidikan khususnya Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi serta mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar *poomsae*.

2. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar dalam kelas maupun prestasi pada cabang olahraga *Taekwondo* khususnya agar mengetahui pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan tipe *jigsaw* yang bermanfaat untuk menunjang penampilan pada saat melakukan *poomsae basic 3*.

3. Bagi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran dalam upaya pengkajian dan pengembangan ilmu keolahragaan serta memberikan pemikiran dan pertimbangan untuk kemajuan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

4. Bagi Guru dan Pelatih

Dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk mengetahui dan menyusun belajar sehingga waktu belajar akan lebih efektif dan efisien sehingga pencapaian prestasi akan lebih baik. Serta dapat digunakan sebagai pedoman bagi guru untuk menyusun program dan metode pembelajaran.