

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) adalah proses pendidikan yang bertujuan dalam mengembangkan aspek kesehatan, keterampilan motorik, kognitif, afektif, dan psikomotor (Herlina1. 2020).

Pendidikan pada dasarnya bertujuan untuk membina anak-anak atau peserta didik agar memiliki pengetahuan, keterampilan dan sikap positif dalam kehidupan yang di jalani. Banyaknya materi mata pelajaran pendidikan jasmani yang ada dalam kurikulum, serta keinginan dan harapan dari siswa mengadakan penguayaan, berekspresi, mengembangkan mendorong sekolah untuk berfikir ulang dalam menambahkan alokasi waktu yang telah tersedia. salah satu cara yang di tempuh oleh sekolah menambah waktu di luar jam pelajaran intrakurikuler yaitu dengan mengadakan ekstrakurikuler.

Menurut KBBI (kamus besar bahasa indonesia) pendidikan adalah proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok orang dalam mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan ,proses ,cara pembuatan mendidik.

Media dapat dikatakan sebagai alat bantu atau alat penunjang dalam proses pembelajaran. Media telah diperluas dan memperpanjang kemampuan manusia untuk mendengar, dan melihat, karena media sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran mengajar. keterampilan adalah kemampuan seseorang untuk menghasilkan suatu gerakan dengan kepastian yang tinggi, dengan menggunakan energi yang minimal (efisien) dan dengan hasil yang maksimal (efektif)

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil observasi di atas ,permasalahan dalam penelitian ini di rumus kan sebagai berikut :

- 1.kurangnya pemanasan sebelum melakukan tendangan segingga gampang mengalami cidera
- 2.kurangnya fariasi padas latihan sehingga menimbulkan kebosanan pada siswa di saat melakukan latihan.
- 3.GURU/PELATIH Cendrung lebih banyak memberi kan materi dari pada lang sung berpraktek sehingga kurang nya pemahaman tentang gerakan pada siswa.

1.3 Tujuan Pengembangan

Tujuan dari dalam penelitian ini peneliti mempunyai tujuan yaitu:

Untuk mengetahui bagaimana pengembangan model latihan tendangan T pencak silat pada ekstrakurikuler SMP NEGERI 3 BARUSJAHE

1.4 Spesifikasi pengembangan

Pada masalah dan identifikasi masalah Berdasarkan yang akan di teliti yaitu pengembangan model latihan tendangan T Pencaksilat pada ekstrakurikuler SMP Negeri 3 barusjahe Tahun Pelajaran 2024

1.5 Pentingnya Pengembangan

Pentingnya pegembangan ini dapat meningkatkan kekuatan tendangan dalam pencak silat

1.6 Asumsi Pengembangan

- 1.Masih banyak nya siswa melakukan tendangan T yang kurang baik dan kuda”nya kurang kokoh.
- 2.kurang nya ketepatan saat siswa mellakukan tendangan T .
- 3.jenuhnya siswa di saat pelatih atau guru terlalu lama memberikan materi pelatih belum maksimal melakukan pemanasan sebelum melakukan pemanasan.

1.7 Manfaat Pengembangan

1. manfaat penelitian bagi para pelatih yang terkait dengan hasil penelitian ini di harapkan pelatih dapat memberikan latihan –latihan yang dapat meningkatkan aspek pengembangan model latihan tendangan T pencak silat

2. manfaat bagi siswa dengan melihat kajian ini di harapkan para siswa sadar akan pentingnya pengembangan model latihan tendangan T pencak silat dan berusaha meningkatkan latihan yang berkenan dengan unsur tersebut .

3. Bagi atlet Sebagai program latihan yang harus dijalankan dan tidak Membosankan untuk proses latihan serta dapat memotivasi atlet.

