

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik agar dapat mengembangkan kualitas manusia Indonesia. Pendidikan jasmani juga merupakan sebuah proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, yang bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, keseimbangan emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dengan olahraga.

Melalui pendidikan jasmani, siswa akan memperoleh berbagai ungkapan ataupun perasaan yang berkaitan dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta membuat siswa menjadi lebih kreatif, inovatif, terampil dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap gerak manusia.

Program pendidikan jasmani di sekolah dasar mengutamakan pada pendidikan gerak. Pendidikan gerak yang mengantarkan peserta didik pada

pemahaman hubungan gerak dengan lingkungan dan kemampuan setiap individu secara pengetahuan maupun secara fisik dengan memperhatikan gerak tubuh mereka.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di SD, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, tehnik dan strategi permainan/olahraga melalui kejujuran, sportivitas, kerjasama serta mengajarkan pembiasaan pola hidup sehat, yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan aktivitas fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Dengan demikian maka, agar tercipta kondisi dan kegiatan belajar mengajar yang memungkinkan siswa tidak mengalami kesulitan dan mampu mencapai sasaran belajar perlu diperhatikan berbagai faktor yang mempengaruhinya yaitu: faktor tenaga pengajar, metode pengajaran, media/alat, dan fasilitas olahraga.

Proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah bertujuan untuk mengarahkan peserta didik terhadap perubahan tingkah laku yang diinginkan. Perubahan-perubahan yang diharapkan yaitu ke arah perkembangan fisik maupun mental positif siswa. Tentunya dalam mencapai perubahan-perubahan yang diinginkan tidaklah mudah. Hal ini cukup dimaklumi karena dalam mengarahkan peserta didik dalam perubahan membutuhkan proses dan perencanaan yang matang secara berkesinambungan serta harus diterapkan kepada peserta didik, sehingga peserta didik tersebut mengalami perubahan sesuai yang diinginkan.

Maka dari itu, disinilah peranan seorang guru dalam proses belajar siswa khususnya di SD sangat dibutuhkan untuk mendorong, membimbing, mengajar, menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan memberikan fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran. Guru memiliki tanggungjawab dalam membantu proses perkembangan siswa. Dari peranan yang dimiliki oleh seorang guru sudah jelas bahwa guru juga mempengaruhi hasil belajar siswa. Guru sebagai pendidik sangat menentukan hasil belajar siswa sehingga seorang guru harus membuat perencanaan yang baik, harus menggunakan strategi pembelajaran yang sesuai serta melakukan pendekatan yang tepat sehingga mampu membangkitkan gairah belajar siswa secara apaktif. Dari uraian di atas siswa di sekolah sangat membutuhkan kehadiran seorang guru, dimana guru tersebut mempunyai peranan yang penting dalam proses belajarnya.

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani yang harus di berikan pada siswa Sekolah Dasar (SD), Sekolah menengah pertama (SMP) dan Sekolah menengah atas (SMA). Hal ini di perkuat dengan dikeluarkannya SK Mendikbud no. 0413/U/87. Bahkan di beberapa Perguruan Tinggi, atletik merupakan salah satu Mata Kuliah Dasar Umum(MKDU) dalam kegiatannya olahraga atletik mencakup unsur gerak yang sangat kompleks dan geraknya pun semakin lama semakin bervariasi. Selaras dengan perkembangan ilmu pengetahuan. Gerakan-gerakan yang ada dalam olahraga atletik merupakan

gerak gerak dasar pada semua cabang olahraga yang lain. Karena dalam olahraga atletik terdapat unsur-unsur jalan, lari, lompat, lempar, dan tolak.

Lari jarak pendek atau sering juga dikatan dengan lari cepat(*sprint*) merupakan salah satu bagian dari nomor lari yang harus ditingkatkan, sebab lari sprint mempunyai tehnik gerakan yang sangat kompleks. Pelaksanaan gerakannya mencakup gerakan start, gerakan lari cepat dan gerakan finish. Untuk memperoleh kualitas lari yang baik seseorang harus memiliki tehnik yang baik. Oleh sebab itu unsur tehnik harus selalu dipelajari dan dilatih dengan sebaik baiknya. Dalam hal ini peranan guru sangat diharapkan dalam proses melatih maupun pembelajarannya dalam pelaksanaan kegiatan atletik khususnya lari sprint.

Namun pada kenyataanya setelah peneliti melakukan observasi, masih banyak siswa kelas V SD 105361 Lubuk Cemara Kecamatan Perbaungan yang selama ini hanya memahami tehnik dasar secara teori saja sementara guru pendidikan jasmani kurang melatih siswa dalam pelaksanaan rangkaian gerakan tehnik start, gerakan lari cepat, dan gerakan memasuki garis finish tidak dilaksanakan dengan baik, guru pendidikan jasmani kurang berperan dalam proses pembelajaran atletik nomor lari, hal ini terlihat pada saat proses pembelajaran berlangsung guru pendidikan jasmani tidak dapat memberikan konsep pembelajaran yang sebenarnya, melainkan dengan cara pengajaran yang kurang menarik dan terkesan asal saja.

Selain itu faktor lain yang berasal dari siswa adalah kemampuan serta fisik siswa tidak sesuai dengan jarak tempuh antara garis start hingga ke finish pada tiap tiap nomor lari serta peraturannya. Sementara itu untuk mencapai lari 40 M dengan waktu yang secepat mungkin bagi siswa kelas V bukanlah hal yang mudah. Peraturan-peraturan pada tiap-tiap materi lari yang pada umumnya sangat monoton dan kaku yang diberikan oleh guru pendidikan jasmani membuat anak merasa jenuh dan cepat bosan. Sehingga apabila kegiatan itu dilakukan secara terus menerus akan membuat siswa jenuh dan enggan melaksanakannya. Hal ini tentunya akan menjadi tantangan besar bagi siswa kelas V SD 105361 karena kegiatan ini sangat mempengaruhi terhadap hasil belajar atletik nomor lari sprint siswa kelas V SD 105361 Lubuk Cemara dimana hasil belajar mereka dikategorikan masih rendah.

Oleh sebab itu, ini menjadi salah satu tantangan bagi guru pendidikan jasmani untuk berupaya mencari pemecahan masalah melalui pengembangan metode pengajaran agar atletik menjadi kegiatan yang menyenangkan, menenangkan pikiran siswa, membangkitkan semangat siswa dalam proses pembelajaran, meningkatkan kebugaran jasmani serta dapat memperkaya pengalaman gerak atau motorik siswa. Salah satu alternatif pemecahan masalah yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani adalah dengan menciptakan pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya untuk atletik nomor lari sprint yaitu dengan menggunakan pendekatan bermain.

Bermain merupakan salah satu aktivitas gerak yang menjadi wadah untuk pembentukan watak kepribadian anak, dan salah satu usaha yang ditempuh untuk merangsang pertumbuhan anak, perkembangan fisik, dan sistem berpikir anak. Dengan kegiatan bermain diharapkan mampu menunjang sistem pembelajaran siswa khususnya pendidikan jasmani di SD pada materi atletik yaitu lari sprint. Hal ini diperkuat dengan karakteristik siswa SD yang sistem pembelajarannya lebih ditekankan ke arah belajar sambil bermain. Oleh karena itu pendekatan bermain dijadikan alternative pilihan metode yang diharapkan dapat menjadi media pengembangan gerak anak terutama nomor atletik lari, karena pada umumnya melalui pendekatan bermain yang dilakukan pada saat proses pembelajaran dengan berkelompok akan melatih siswa dalam memupuk sikap kebersamaan, meningkatkan kreativitas, menciptakan kedisiplinan, dan menunjukkan sikap kerjasama yang baik dalam satu tim ataupun kelompok.

Selain itu, melalui pendekatan bermain yang akan diberikan oleh guru pendidikan jasmani pada proses pembelajaran atletik nomor lari di SD sangat berperan dalam perkembangan aktivitas gerak dasar anak dan memberikan rasa senang, serta kepuasan maupun semangat yang tinggi bagi siswa dalam pelaksanaan aktivitas gerak fisik siswa saat proses pembelajaran lari sprint sehingga hasil belajar mereka dapat meningkat sesuai yang diharapkan.

Berdasarkan alasan-alasan di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari

Sprint Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara T.A 2017/2018.”

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi berbagai masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya hasil belajar lari sprint pada siswa kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara
2. Kurangnya latihan yang diberikan guru dalam proses pembelajaran lari sprint pada siswa kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara
3. Kurangnya keterampilan maupun kemampuan siswa dalam lari sprint
4. Pendekatan pembelajaran yang monoton (kurang variasi)

### **C. Batasan Masalah**

Mengingat luasnya cakupan masalah dan keterlibatan yang ada pada peneliti, maka masalah dalam penelitian dibatasi pada upaya meningkatkan hasil belajar lari sprint melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara T.A 2017/2018.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada batasan masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

“Bagaimana peningkatan hasil belajar lari sprint melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara T.A 2017/2018?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran peningkatan hasil belajar lari sprint melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V SD Negeri 105361 Lubuk Cemara T.A 2017/2018.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Meningkatkan hasil belajar dan menambah wawasan pada siswa untuk belajar aktif, kreatif dan efektif dalam pembelajaran Atletik khususnya lari sprint.
2. Sebagai suatu inovasi baru dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan kualitas mengajar.
3. Sebagai informasi bagi sekolah bahwa peningkatan partisipasi belajar siswa adalah faktor yang utama agar proses belajar dapat berjalan dengan lancar dan baik.
4. Sebagai bahan referensi bagi peneliti lainnya