

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Melalui pendidikan setiap orang dapat mengembangkan potensi dirinya untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya, meningkatkan pendidikan, proses pembelajaran merupakan inti yang harus di tingkatkan agar tercapai sebuah tujuan yang sudah di tentukan dalam bentuk terjadinya perubahan tingkah laku, pengetahuan dan keterampilan dalam diri siswa.

Tujuan pendidikan tidak akan tercapai bila proses pembelajaran yang diajarkan tidak sesuai rencana pembelajaran yang telah disusun. Berhasil tidaknya pembelajaran salah satu faktor penentunya adalah rencana pembelajaran yang di buat oleh guru, sebab di dalam rencana pembelajaran guru telah dapat menentukan model pembelajaran yang tepat di berlakukan untuk siswa.

Pendidikan jasmani dan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani dan olahraga memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang di lakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, kejujuran, kerjasama, dan lain-lain).

Akan tetapi pada pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan ada masalah umum yang menjadi hambatan tercapainya tujuan pendidikan jasmani, antara lain adalah menarik perhatian atau minat siswa terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan tersebut, siswa selalu malas atau tidak tertarik untuk bergerak atau beraktivitas fisik, minimnya media yang digunakan dalam pembelajaran. Sebagai seorang guru, khususnya guru pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan mampu mengelola kelas, guna mengatasi masalah-masalah yang terjadi.

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang wajib diberikan kepada siswa Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah atas. Bahkan di beberapa Perguruan Tinggi, Atletik merupakan salah satu Mata Kuliah Dasar Study (MKDS). Sedangkan bagi Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan merupakan mata kuliah wajib yang di ambil.

Dalam kegiatan olahraga atletik mencakup unsur gerak yang sangat kompleks dan gerakannya 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, lempar, tolak dan lompat.

Cabang olahraga atletik terdiri dari beberapa nomor lari seperti yang di kemukakan oleh syarifuddin (1992:40) bahwa nomor lari terdiri dari 3 (tiga) bagian besar yaitu : (1) Nomor lari jarak pendek (*sprint*), (2) Nomor lari jarak

menengah (*middle distance running*), dan (3) Nomor lari jarak jauh (*long distance running*).

Lari jarak pendek atau sering juga dikatakan dengan lari cepat (*sprint*) merupakan salah satu bagian dari nomor lari nomor lari yang harus di tingkatkan, sebab lari cepat (*sprint*) mempunyai teknik gerakan yang sangat kompleks. Pelaksanaan gerakannya mencakup gerakan start, gerakan lari cepat dan gerakan finish. Untuk memperoleh kualitas lari yang baik, seseorang harus memiliki teknik yang baik. Oleh sebab itu unsur teknik harus selalu di pelajari dan dilatih dengan sebaik-baiknya.

Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang belum memahami dan meminati atletik khususnya dalam cabang lari *sprint* bahkan tidak menyukainya. Hal ini menjadi suatu tantangan bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan untuk mencari jalan dan berupaya agar atletik menjadi kegiatan yang menyenangkan, membahagiakan, dan meningkatkan kebugaran jasmani serta dapat memperkaya pengalaman gerak atau motorik siswa sebagai dasar-dasar cabang olahraga lainnya.

Mempelajari lari *sprint* tidak dapat dipisahkan dari penguasaan teknologi informasi dan ilmu komunikasi. Trend global pada dunia pendidikan saat ini menjadi kajian pentingnya teknologi informasi khususnya bagi sekolah. Teknologi informasi telah memberikan dampak positif bagi siswa untuk menghadapi tantangan perkembangan teknologi informasi tersebut, serta mudah melakukan interaksi dalam konteks pemecahan masalah dalam pembelajaran. Dan juga untuk menunjang hasil belajar adalah kondisi individu dari siswa itu sendiri.

Kondisi siswa merupakan faktor yang sangat besar pengaruhnya terhadap keberhasilan belajar khususnya dalam mata pelajaran lari sprint. Walaupun proses belajar mengajar cukup baik dijalankan dari segala instrument, kondisi siswa harus bisa di pastikan dalam keadaan mendukung, bila kondisi siswa dalam keadaan yang tidak baik, maka proses belajar mengajar pun akan cenderung hasilnya kurang baik, hal ini disebabkan kemauan siswa dalam belajar lari sprint kurang.

Melihat hasil proses belajar mengajar yang telah di berikan guru kepada para siswanya, yang sering menjadi permasalahan dalam proses pembelajaran atletik terutama pada nomor lari sprint adalah kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan akselerasi dengan baik, karena kurangnya pemahaman tentang teknik dasar dalam melakukan gerakan lari sprint.

Hal ini sesuai dengan hasil Observasi dan pengamatan serta konsultasi yang dilakukan peneliti sesuai Surat keterangan Nomor : 3426/SMK-J/E.7/2014 pada tanggal 14 Maret 2014 s/d 15 Maret 2014 dengan guru pendidikan jasmani dan kesehatan di bidang mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang mengajar di SMK JOSUA MEDAN olahraga perorangan seperti olahraga atletik, yaitu bapak Azmi, S.Pd mengatakan bahwa kemauan siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik sangat rendah, khususnya pada materi lari sprint, hal ini berbanding terbalik dengan materi pendidikan jasmani dan kesehatan olahraga permainan seperti bola kaki mini, bola voli, dan bola kasti, masih banyak siswa

yang kurang mengerti dan salah dalam melakukan gerakan lari sprint. Kesalahan yang umum dilakukan siswa adalah pada saat sikap start dan sikap finish. Siswa sering melakukan kesalahan pada saat melakukan gerakan awal dalam melakukan aba-aba sehingga kekuatan pada saat berlari tidak maksimal. Demikian juga posisi badan pada saat di garis finish sering salah dilakukan, sehingga hasilnya kurang maksimal.

Hal tersebut menyebabkan nilai rata-rata yang diperoleh siswa kelas X berjumlah 20 orang pada mata pelajaran lari *sprint* rendah. Dari nilai rata-rata kelas menunjukkan 8 siswa (40%) siswa yang sudah mencapai ketuntasan belajar lari sprint dan 12 siswa (60%) siswa belum mencapai ketuntasan belajar lari sprint. Besar rata-rata nilai siswa yang mendapat nilai di bawah 75 menjadi bukti bahwa hasil belajar siswa-siswi di kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 75.

Menyikapi masalah itu, diperlukan suatu strategi dalam penggunaan model pembelajaran yang dapat menyajikan lari sprint. Salah satu model pembelajaran yang akan diterapkan adalah model pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction*.

Pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction* adalah proses pembelajaran untuk menggunakan kemajuan teknologi dalam peningkatan mutu pendidikan. Adapun pembelajaran berbasis komputer CBI (*computer based*

instruction) mempunyai fungsi lebih luas. Perangkat lunak dalam CBI di samping bisa dimanfaatkan dengan fungsi sebagai sistem pembelajaran individual (*individual learning*). Karena dia berfungsi sebagai sistem pembelajaran individu, maka perangkat lunak CBI bisa memfasilitasi belajar kepada individu yang memamfaatkannya. Oleh karena itu, pengembangan perangkat lunak CBI harus mempertimbangkan prinsis-prinsip belajar, prinsip-prinsip perencanaan sistem pembelajaran, dan prinsip-prinsip pembelajaran individual (*individual learning*). Yakni pembelajaran lari sprint dengan terlebih dahulu memahami seluruh tahapan gerakan secara bertahap yang memanfaatkan fasilitas teknologi computer, melalui perangkat-perangkat lunaknya. Seperti upaya persentase power point oleh guru pendidikan jasmani dan kesehatan di dalam ruangan kelas, kemudian praktek secara langsung di lapangan.

Hal diataslah yang melatarbelakangi peneliti mengangkat sebuah judul penelitian yaitu "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Pembelajaran Berbasis Komputer Gaya Explicit Instruction Pada Siswa Kelas X SMK JOSUA MEDAN Tahun Ajaran 2013/2014.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas ada beberapa masalah yang berkaitan dengan kemampuan siswa. Adapun masalah tersebut dapat di identifikasikan sebagai berikut : (1) Kurang berhasilnya pembelajaran lari sprint pada siswa kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN. (2) Siswa belum menguasai tata cara dalam lari sprint. (3) Kemamapuan guru yang kurang dalam

penyampaian proses pembelajaran. (4) Kurangnya minat siswa dalam memahami pelajaran. (5) Minimnya media pembelajaran. (6) Kondisi kelas yang kurang kondusif dalam kegiatan belajar mengajar.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih jelas dan terarah, perlu dilakukan pembatasan masalah sehingga hasil yang di capai sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang dan identifikasi masalah, maka penelitian tindakan ini dibatasi hanya pada "Upaya meningkatkan hasil belajar lari sprint melalui pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction* di kelas X SMK SWASTA JOSHUA MEDAN".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat di rumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu : "Apakah melalui pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction* dapat meningkatkan hasil belajar lari sprint pada siswa kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN ?"

E. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar lari sprint siswa Kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN, yang selama ini pembelajaran yang diterapkan belum menggunakan

model yang menarik. Sehingga hasil belajar rendah. Penelitian ini dilakukan agar dapat memberikan solusi pada pengajar dalam memodifikasi pembelajaran lari sprint menjadi lebih menarik dan menyenangkan bagi siswa. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lari sprint melalui penerapan pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction* pada siswa kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi banyak pihak, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis yang dapat diterapkan dalam pembelajaran dan juga penelitian lanjutan.

1. Manfaat Teoritis

- a. Mengoptimalkan penggunaan model yang ada dalam pembelajaran lari sprint.
- b. Sebagai informasi keefektifan pembelajaran berbasis komputer gaya *explicit instruction* dalam meningkatkan hasil belajar lari sprint pada siswa kelas X SMK SWASTA JOSUA MEDAN.
- c. Sebagai alternatif dalam pemilihan model pembelajaran.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, penguasaan lari sprint siswa meningkat menjadi lebih baik, dan proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan lebih menarik.
- b. Bagi guru, diharapkan hasil penelitian tindakan ini merupakan sebuah solusi dan juga masukan dalam permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran penguasaan lari sprint.
- c. Bagi pihak sekolah penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah sumbangan pemikiran dalam meningkatkan proses pembelajaran penjaskes siswa terutama dalam pembelajaran lari sprint dengan menggunakan pembelajaran.
- d. Sebagai rujukan dan gambaran bagi peneliti lain untuk penelitian selanjutnya.