

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani adalah proses belajar yang lebih memusatkan pada anak didik, menekankan pada aspek pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan karakteristik fisik, mental dan sosial secara efektif menuju pembentukan manusia seutuhnya. Pendidikan jasmani harus dapat memenuhi kebutuhan anak yang berbeda-beda. Karena setiap anak mempunyai karakteristik fisik, mental dan sosial yang berbeda-beda.

Pendidikan jasmani, sangat memungkinkan untuk sepadan dengan istilah gerak insani, karena menggunakan aktifitas jasmani sebagai alat untuk mendapatkan perkembangan yang menyeluruh dalam hal kualitas fisik, mental dan emosional seseorang.

Pendidikan jasmani memperlakukan seseorang sebagai individu yang utuh dan menyeluruh mencakup kesejahteraan total manusia, dan tidak memisahkan dimensi fisik dan kualitas mental, yang selama ini di anggap tidak memiliki hubungan kuat terpisah satu sama lain.

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani (penjas) yang wajib diberikan kepada siswa Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal ini sesuai dengan SK Mendikbud No. 0413/U/87. Bahkan bagi Mahasiswa Fakultas Pendidikan

Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu Mata Kuliah Dasar Umum (MKDU).

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.

Lari jarak pendek atau sering juga dikatakan dengan lari cepat (*sprint*) merupakan salah satu bagian dari 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 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.

Melihat proses belajar mengajar yang telah di berikan guru kepada para siswanya, 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*.

Berdasarkan hasil observasi dan pengamatan serta wawancara peneliti dengan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 1 Galang, pada tanggal 1 September 2016, peneliti melihat bahwa kemauan siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik sangat rendah. 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. Dapat dilihat dari hasil nilai yang diperoleh tidak sesuai dengan KKM yang harus dicapai. Dimana nilai ketuntasan minimum (KKM) yang harus dicapai siswa tersebut adalah 75, sementara dalam melakukan praktek lari *sprint* tersebut pada siswa kelas VII-5 yang berjumlah 34 orang terdapat 10 siswa yang sudah mencapai ketuntasan, sementara 24 siswa belum mencapai ketuntasan.

Hal ini terjadi dikarenakan penerapan proses belajar mengajar yang dilakukan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 1 Galang cenderung tidak bervariasi dan tidak memberikan waktu bagi siswa untuk melakukan pengulangan dan bentuk-bentuk latihan. Hal lain yang menjadi faktor penghambat keberhasilan

pembelajaran datang dari siswa itu sendiri seperti kurangnya kesadaran serta minat dan keseriusan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar yang dilakukan guru.

Kebanyakan siswa cenderung merasa bosan dan malas ketika melakukan gerakan lari *sprint*, dikarenakan tidak adanya latihan yang diterapkan oleh guru. Ditambah lagi guru terus melanjutkan ke tahap selanjutnya dalam pembelajaran lari *sprint* tanpa melihat keadaan siswa. Walaupun guru Pendidikan Jasmani di SMPN 1 Galang sudah memberikan contoh teladan yang baik, dengan gaya mengajar komando yang membuat siswa disiplin dalam kegiatan pembelajaran berlangsung. Tetapi hal tersebut menjadikan siswa kurang mampu dalam melakukan teknik lari *sprint*.

Ada banyak gaya mengajar yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, gaya mengajar latihan salah satunya. Gaya mengajar latihan merupakan gaya mengajar berpusat pada siswa, siswa diberi tugas individu atau bisa membuat kelompok kecil, dengan adanya tugas dari guru siswa dapat bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugasnya. Dari bentuk gaya ini diharapkan menjadi alternatif dalam penggunaan dan penerapan gaya mengajar pendidikan jasmani materi lari *sprint*, sehingga pelaksanaan belajar mengajar itu sendiri lebih bervariasi serta mampu menumbuhkan minat dan motivasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Gaya

Mengajar Latihan Pada Siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada masalah latar belakang diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yaitu :

1. Kurangnya minat belajar siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.
2. Kurangnya variasi gaya mengajar guru penjas pada siswa di kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.
3. Kurang disiplinnya siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.
4. Hasil belajar lari *sprint* yang kurang baik pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.
5. Siswa banyak bermain - main pada saat guru menjelaskan materi di kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.

## **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 gaya mengajar latihan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang".

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu : "Apakah melalui gaya mengajar latihan dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang?".

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lari *sprint* melalui gaya mengajar latihan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang Tahun Ajaran 2016/2017.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Sebagai bahan pertimbangan untuk guru dalam memperbaiki proses pembelajaran terutama pada pembelajaran lari *sprint*.
2. Sebagai bahan pertimbangan bagi pihak sekolah SMP Negeri 1 Galang menggunakan gaya latihan dalam penerapan pembelajaran praktek lapangan.
3. Sebagai bahan masukan bagi siswa untuk mengatasi belajar lari *sprint*.
4. Sebagai masukan bagi peneliti lain bila meneliti tentang gaya mengajar latihan di sekolah.