

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam membentuk kebugaran pada siswa. Pembelajaran olahraga dan kesehatan ini diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk dapat beraktivitas olahraga agar tercipta generasi yang sehat dan kuat.

Gerak yang dilakukan manusia bermacam-macam jenisnya, dari gerak yang paling sederhana seperti gerak yang dilakukan bayi dalam kandungan dan setelah lahir ke dunia, gerak dasar seperti gerak lokomotor, gerak non lokomotor serta gerak manipulatif yang dilakukan anak-anak sampai usia sekolah dasar, dan gerak sempurna yang dilakukan manusia dewasa.

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan merupakan mata pelajaran yang tidak dapat dipisahkan dari kurikulum. Karena melalui Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan gerak dasar yang mendukung sikap (*affective*) dan perilaku (*behavioral*) hidup sehat dan bersih dalam kesegaran jasmani. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan disesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan sehingga bahan pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan khususnya di SD, memuat pengenalan dasar-dasar kesehatan dan keselamatan, dan kegiatan bermain dalam rangka pembentukan kebiasaan hidup sehat dan segar serta membantu peserta didik mencapai pertumbuhan ke arah yang optimal.

Secara logika anak yang sering melakukan aktivitas fisik dalam bermain akan berpengaruh positif terhadap kekuatan, kelentukan, kelincahan, bahkan daya tahan tubuhnya lebih baik dibanding dengan anak yang malas bermain. Ketika anak-anak bermain maka kemampuan gerak dasar anak sangatlah berperan.

Adapun gerak dasar yang dimaksud adalah gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Gerak lokomotor adalah gerak yang berpindah dari tempat semula ketempat yang lain. Contohnya jalan, lari dan lompat dan lain sebagainya. Gerak non lokomotor merupakan gerakan yang berporos pada suatu tempat. Contohnya menekuk, merentangan tangan, jongkok dan lain sebagainya. Sedangkan gerakan manipulatif merupakan kemampuan mengkombinasikan gerakan lokomotor dan non lokomotor. Perlu diketahui bahwa kemampuan gerak dasar setiap individu berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena pertumbuhan dan perkembangan setiap individu berbeda.

Dari hasil observasi dan wawancara penulis bahwa aktivitas gerak siswa sehari-hari di sekolah tersebut menurut penulis kurang aktif. Ini dikarenakan ruang gerak bermain anak di lingkungan sekolah sempit dan yang mengakibatkan perkembangan gerak dasar siswa masih rendah. melihat kondisi di atas, penulis tertarik untuk meneliti dengan pembelajaran di luar kelas sekolah seperti Pendapat Suryadi Damanik (2010:39) dalam Bukunya Olahraga Rekreasi mengatakan Pendidikan Aktivitas Luar Kelas (*outdoor activity*) merupakan kegiatan di luar ruangan atau alam terbuka yang menyenangkan yang penuh tantangan. Bentuk kegiatannya berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan (*games*) yang kreatif, rekreatif dan edukatif, baik secara individual maupun kelompok, dengan tujuan untuk mengembangkan diri (*personal development*) maupun

kelompok (*team development*). Dari kegiatan ini diharapkan lahir pribadi-pribadi anak yang baru yang penuh motivasi, berani, percaya diri, berfikir kreatif, memiliki rasa kebersamaan, tanggung jawab, rasa saling percaya, dan lain-lain.

Untuk itu maka haruslah dipilih materi yang dapat membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan produktif. Diharapkan dengan pembelajaran *outdoor activity* yang dilakukan akan membantu siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga kemampuan gerak dasar siswa dapat meningkat secara signifikan.

Harapan penulis dengan mengadakan pembelajaran di luar lingkungan tersebut bisa lebih meningkatkan aktivitas dan variasi gerak siswa dalam bermain dan belajar siswa yang bertujuan untuk meminimalisir kejenuhan anak dalam pembelajaran yang dirasa monoton (*rutinitas*), memberikan suasana lingkungan belajar yang baru, mengenal lingkungan di sekitar atau di luar sekolah dan untuk lebih mencintai alam sekitarnya seperti menjaga dan melestarikan alam.

Dari uraian di atas penulis tertarik melihat bagaimana dan seberapa besar Pengaruh Pembelajaran *outdoor activity* terhadap Kemampuan Gerak Dasar Siswa Kelas V SD Negeri 020618 Binjai Tahun Ajaran 2012/2013.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas dalam latar belakang masalah, maka masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kemampuan gerak dasar ?
2. Apakah faktor bermain dan permainan mempengaruhi kemampuan gerak dasar ?
3. Bagaimana kemampuan gerak dasar dikembangkan di sekolah dasar ?

4. Apakah bermain dalam aktivitas pembelajaran *outdoor activity* mempengaruhi perkembangan gerak dasar ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat masalah yang akan diteliti cukup seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka penulis membatasi penelitian ini pada dua variabel saja yang terdiri dari satu variabel terikat antara lain pengaruh gerak dasar terhadap siswa kelas V SD Negeri 020618 Binjai Tahun Ajaran 2012/2013 dan variabel bebas yaitu pembelajaran "*outdoor activity*".

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah "Apakah Terdapat Pengaruh Pembelajaran *outdoor activity* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Siswa Kelas V SD Negeri 020618 Binjai Tahun Ajaran 2012/2013"?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah : "Untuk Mengetahui Pengaruh Pembelajaran *outdoor activity* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Siswa Kelas V SD Negeri 020618 Binjai Tahun Ajaran 2012/2013".

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Sebagai bahan masukan bagi guru Sekolah Dasar bahwa dalam pengajaran pendidikan jasmani sangat efektif melalui pendekatan pembelajaran *outdoor activity* karena akan memberikan efek psikomotorik terhadap gerak dasarnya.

2. Memiliki pandangan yang luas serta keterampilan yang mendasar bagi guru sekolah dasar bidang studi pendidikan jasmani tentang pembelajaran *outdoor activity*.
3. Bahwa anak yang bermain dalam aktivitas pembelajaran dapat menyeimbangkan fisik, mental dan moral, juga dapat mendorong imajinasi anak, menambah daya ingat dan kesempatan menalar serta menyalurkan hasrat dorongan untuk bergerak.
4. Bagi para guru pendidikan jasmani sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan pembelajaran *outdoor activity* terhadap kemampuan siswa di sekolah.
5. Sebagai informasi bagi orang tua peserta didik tentang pentingnya memberi waktu bermain bagi anak untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar.