

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha para pendidik yang menumbuhkan kembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka.

Pendidikan jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Dengan demikian pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Sesuai dengan pernyataan Toto Subroto (2000:4) "Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan". artinya bahwa melalui proses pendidikan jasmani yang kondusif siswa dibantu untuk mewujudkan dirinya sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal, sehingga ia mencapai suatu taraf kedewasaan tertentu.

Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan

kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Yoyo Bahagia, dkk (2000:1) mengemukakan bahwa Atletik merupakan salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani yang wajib diberikan kepada siswa Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas. Bahkan di beberapa perguruan tinggi, atletik sebagai salah satu Mata Kuliah Dasar (MKDU). Sedangkan bagi mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan merupakan mata kuliah wajib yang harus diambil.

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

Cabang olahraga atletik terdiri dari beberapa nomor lari seperti yang dikemukakan oleh Syarifuddin (1992:40) menjelaskan 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 menengah (*middle distance running*) 800 meter dikelompokkan sebagai lari nomor lintasan. Lari jarak menengah termasuk lari ketahanan. Olahraga ini termasuk olahraga *aerobik*. Oleh karena itu latihan yang dilakukan pun harus

dapat meningkatkan daya tahan, baik otot maupun jantung dan paru. Nomor lari jarak menengah yang sering diperlombakan dalam setiap perlombaan adalah 800m, 1.500m, dan 3.000 m.

Jaja Suharja dan Eli Maryani (2010:28) mengemukakan bahwa “Tujuan utama lari jarak menengah ialah berlari mencapai *finish* dalam waktu yang singkat”. Untuk meningkatkan hasil belajar siswa harus menguasai teknik dasar lari jarak menengah. Terdapat tiga teknik dasar dalam lari jarak menengah, yaitu teknik *start*, teknik lari, dan teknik melewati garis *finish*.

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

Pada tanggal 25 Februari s/d 10 Maret 2012 Peneliti melaksanakan observasi di Sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Balai. Dimana pada tanggal 25 Februari 2012 peneliti datang ke sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Balai untuk meminta izin melaksanakan observasi kepada kepala sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Balai Ibu Dra. Herawati. Setelah itu peneliti melaksanakan pengamatan serta konsultasi pada guru pendidikan jasmani yang mengajar di SMP Negeri 5 Tanjung Balai.

Dari observasi dan pengamatan peneliti serta konsultasi pada tanggal 25 Februari 2012 dengan guru pendidikan jasmani yang mengajar di SMP Negeri 5 Tanjung Balai Bapak Dian Arista, S.Pd, mengatakan bahwa memang minat siswa untuk mengikuti pelajaran atletik sangat rendah. khususnya pada materi lari jarak menengah 800 meter, hal ini berbanding terbalik dengan materi penjas olahraga permainan seperti bola kaki dan bola voli, yang siswanya semua antusias untuk mengikuti mata pelajaran tersebut.

Dan pada saat guru menyampaikan informasi bahwa pembelajaran pada hari ini adalah pelajaran atletik nomor lari jarak menengah 800 meter, maka reaksi siswa nampak enggan untuk mengikuti pembelajaran.

Pada tanggal 3 Maret peneliti melaksanakan pengambilan sampel pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai. Dimana jumlah populasi kelas VIII di SMP Negeri 5 Tanjung Balai terdiri dari 6 kelas sebanyak 207 siswa. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *Random Sampling*, dalam pelaksanaannya peneliti mengumpulkan masing-masing ketua kelas dari 6 kelas untuk menjadi perwakilan dari setiap kelas, kemudian diarahkan untuk mengambil gulungan kertas yang telah disediakan. Gulungan kertas tersebut berisi tulisan “ya” atau “tidak” dimana hanya ada satu gulungan kertas yang bertulisan kata “ya”. Apabila salah satu dari perwakilan kelas tersebut mendapatkan gulungan kertas yang bertuliskan “ya” maka kelas tersebut menjadi sampel dalam penelitian ini. Dan yang mendapat gulungan kertas bertuliskan kata “ya” adalah perwakilan dari kelas VIII-1, maka kelas VIII-1 yang berjumlah 30 siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini.

Dan pada tanggal 10 Maret 2012 peneliti menjumpai guru pendidikan jasmani Bapak Dian Arista, S.Pd untuk meminta data nilai tes hasil belajar lari jarak menengah 800 meter siswa kelas VIII-1 dan selanjutnya peneliti mengurus surat yang menyatakan telah melaksanakan observasi di SMP Negeri 5 Tanjung Balai pada pihak tata usaha SMP Negeri 5 Tanjung Balai.

Pada nomor lari terdapat unsur kejenuhan dan kelelahan yang menyebabkan siswa menjadi malas untuk melakukan kegiatan tersebut berulang kembali. Hal ini ternyata sebagai akibat dari kurang inovatifnya guru penjas dalam mengemas model serta strategi pembelajaran sehingga membuat siswa kurang senang belajar penjas khususnya pelajaran atletik pada nomor lari jarak menengah 800 meter. Siswa juga kurang mengetahui teknik-teknik lari jarak menengah yang benar seperti saat melakukan *start* jongkok, teknik lari dan teknik melewati garis *finish*.

Hal tersebut menyebabkan nilai rata-rata yang diperoleh siswa kelas VIII-1 yang jumlah siswanya 30 orang pada mata pelajaran lari jarak menengah rendah. Dari nilai rata-rata kelas menunjukkan 6 siswa (20%) yang sudah mencapai ketuntasan belajar lari jarak menengah dan 24 siswa (80%) yang belum mencapai ketuntasan belajar lari jarak menengah. Besar rata-rata nilai siswa yang mendapat nilai dibawah 78 menjadi bukti konkrit bahwa hasil belajar siswa-siswi di kelas VIII-1 SMP Negeri 5 Tanjung Balai belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 78.

Berdasarkan hal diatas, maka peneliti berusaha mencari formula bagaimana mengatasi kesenjangan ini agar pelajaran atletik khususnya pada nomor

lari jarak menengah 800 meter diminati siswa, dengan harapan bahwa keterampilan dasar atletik dapat dikuasai oleh siswa sebagai bekal dasar untuk melakukan kegiatan olahraga lainnya.

Agar standart kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana sesuai dengan pedoman, maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dalam kurikulum, maka guru pendidikan jasmani harus mampu membuat pembelajaran yang efektif dan menyenangkan sehingga memunculkan minat untuk melakukannya. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi, maupun modifikasi dalam pembelajaran. Metode mengajar diartikan sebagai cara yang dipilih guru untuk berinteraksi dengan siswa dalam proses pembelajaran, sehingga materi yang diajarkan dapat dikuasi anak dengan baik.

Banyak metode atau gaya mengajar yang dapat digunakan dalam pembelajaran penjas, metode yang digunakan sebaiknya metode pendekatan atau disesuaikan dengan materi pelajaran yang akan disampaikan. Beberapa metode mengajar dapat diterapkan selama pembelajaran berlangsung, tergantung dari keadaan siswa.

Pendekatan bermain merupakan salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appornate Practice*(DAP) artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.

Yoyo Bahagia,dkk (2000:57), mengemukakan bahwa “Untuk bermain dalam atletik tidak dikenal batas usia”. Dalam arti kata dari usia SD sampai dengan usia Perguruan Tinggi permainan atletik haruslah merupakan pilihan

terbaik untuk proses pembelajarannya. Yang membedakan hanya saja jenis permainan, berat-rintangannya suatu permainan dilihat dari lamanya bermain, bobot permainan, serta kemampuan pemahaman anak untuk melakukannya, dan lain-lain.

Melalui model pembelajaran pendekatan bermain ini para siswa diajak belajar dengan suasana hati yang gembira sehingga siswa merasa tidak dalam kondisi belajar tetapi seolah-olah para siswa berada dalam kondisi bermain yang sengaja diciptakan suasana pembelajaran dalam bentuk yang menyenangkan tanpa mengabaikan materi pokok dari lari 800 meter tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 meter Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011 /2012.

B. Identifikasi Masalah

Beberapa latar belakang yang dikemukakan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut : Mengapa hasil belajar siswa dalam melakukan lari 800 meter masih rendah? Faktor-faktor apa sajakah yang menyebabkan hasil belajar siswa dalam melakukan lari 800 meter menjadi rendah?Apakah pengetahuan dasar siswa rendah dalam mempelajari lari jarak menengah 800 meter? Apakah cara mengajar guru berpengaruh terhadap hasil belajar lari jarak menengah 800 meter siswa? Apakah dengan menggunakan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter siswa?

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini memiliki beberapa batasan yang perlu dikembangkan agar substansi penelitian ini tidak melebar, mengingat luasnya ruang lingkup masalah serta keterbatasan waktu, dana dan kemampuan penulis maka perlu adanya pembatasan masalah. Adapun pembatasan masalah yang dibahas dalam Penelitian ini adalah Penelitian ini menerapkan model pembelajaran dengan pendekatan bermain pada pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut : “bagaimana upaya peningkatan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012?”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah : “untuk meningkatkan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter yang didapat siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012 melalui pembelajaran pendekatan bermain”.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diambil atau diperoleh pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi para siswa bermanfaat dalam pengetahuan mengenai pendekatan bermain dalam peningkatan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter.
2. Peneliti sendiri agar dapat mengembangkan ilmu dan keterampilan lebih baik lagi terutama dalam hal pendekatan bermain.
3. Sebagai salah satu usaha untuk meningkatkan hasil belajar siswa.
4. Sebagai bahan masukan bagi seluruh guru pendidikan jasmani olahraga untuk dapat meningkatkan kemampuan mengajarnya.