

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada hakekatnya pendidikan adalah suatu proses interaksi yang bersifat manusiawi, upaya untuk menyiapkan peserta didik, upaya untuk meningkatkan kualitas hidup, serta upaya dengan senantiasa menerapkan prinsip-prinsip ilmu pengetahuan dan teknologi.

Dalam upaya untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia, Pendidikan Nasional memiliki seperangkat mata pelajaran yang diajarkan kepada siswa disuatu lembaga pendidikan ataupun disekolah. Seperangkat mata pelajaran yang diatur dalam kurikulum pendidikan nasional yang diajarkan di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA), memiliki berbagai jenis mata pelajaran, salah satu diantaranya adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukkan manusia seutuhnya. Pendidikan jasmani harus memenuhi kebutuhan anak yang berbeda-beda. Sebab setiap anak mempunyai karakteristik fisik, mental dan sosial yang berbeda-beda (Supandi 1992 ; 1-2).

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan merupakan mata pelajaran yang tak dapat dipisahkan dengan kurikulum, yang bertujuan agar siswa menjadi terampil dalam melakukan aktivitas fisik dan meningkatkan kesegaran jasmani siswa. Karena

melalui Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan gerak dasar yang mendukung sikap (*affective*) dan perilaku (*behavioral*) hidup bersih dan sehat serta kesegaran jasmani. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan disesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan sehingga bahan pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 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.

Atletik merupakan cabang olahraga yang di dalamnya mencakup semua aspek gerak manusia, seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Gerakan-gerakan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik merupakan dasar dari cabang olahraga lainnya. Oleh sebab itu, Aip Syarifudin (1992: 1) menyatakan bahwa atletik adalah ibu dari semua cabang olahraga. Dalam kegiatannya, olahraga atletik mempunyai nomor-nomor yang diperlombakan pada umumnya adalah jalan, lari, lompat dan lempar. Setiap nomor yang diperlombakan memiliki ciri gerak yang berbeda. Perbedaan itu disesuaikan dengan gerakan yang dilakukan. Gerakannya pun semakin lama semakin baik dan efisien seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang mendukung prestasi maksimal. Nomor-nomor yang diperlombakan mempunyai bagian-bagian. Khususnya pada lari dibedakan menjadi 3, yaitu: lari jarak pendek (*sprint*), lari jarak menengah (*middle distance running*), lari jarak jauh (*long distance running*).

Lari jarak pendek atau sering juga disebut dengan lari cepat (*sprint*) merupakan salah satu bagian dari nomor lari yang harus ditingkatkan, 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 dipelajari dan dilatih dengan sebaik-baiknya. Perlunya suatu cara yang tepat dalam meningkatkan hasil lari *sprint* siswa karena pelaksanaannya bukan melalui pengajaran di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual.

Proses belajar mengajar adalah bagian dari kegiatan pendidikan yang dilaksanakan untuk mencapai tujuan instruksional, tujuan kurikulum, maupun tujuan pendidikan nasional. Tugas guru harus mengajarkan materi dengan baik agar siswa dapat menerima pelajaran dengan baik, khususnya dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Seorang guru juga harus memahami teknik yang sebenarnya dengan baik, sehingga siswa dapat menerima ilmu dengan maksimal.

Keberhasilan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, khususnya nomor lari jarak pendek atau disebut juga dengan lari *sprint*, dapat diukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman penguasaan materi dan hasil belajar lari *sprint* siswa. Semakin tinggi pemahaman dan penguasaan siswa terhadap materi lari *sprint*, maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran yang dilaksanakan.

Salah satu unsur yang dapat mempengaruhi peningkatan hasil belajar siswa dalam melakukan lari *sprint* adalah motivasi, minat, bakat, kondisi fisik, sarana

atau media pembelajaran yang dibuat seorang guru untuk menyampaikan materi, dengan begitu peserta didik dapat melakukan teknik tersebut dengan baik dan merasa senang. Penggunaan metode yang tepat sesuai dengan materi pembelajaran serta dengan melakukan modifikasi permainan diharapkan akan meningkatkan hasil belajar siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar, masih banyak siswa yang belum memahami teknik dasar dalam lari *sprint*. Siswa sering salah pada saat melakukan posisi start, gerakan lari, dan gerakan finish. Hal ini disebabkan kurang efisiennya proses pembelajaran lari sprint, dimana sering di jumpai banyak siswa yang tidak berperan aktif, dimana siswa lebih banyak menonton temannya dari pada melakukannya. Hal ini disebabkan kurangnya minat siswa untuk berperan aktif dalam mengikuti pembelajaran dan proses pembelajaran kurang memenuhi persyaratan untuk seorang anak mendapatkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental, maupun intelektual.

Adapun cara guru dalam melaksanakan proses pembelajaran disekolah tersebut setelah peneliti melakukan observasi adalah guru tersebut masih menggunakan cara yang lama yaitu, siswa hanya dijelaskan teknik lari sprint dan dipraktekkan oleh guru, kemudian siswa melakukan gerakan tersebut. Ternyata dengan cara tersebut siswa belum memahami teknik gerakan lari sprint dan dengan guru mengajarkan seperti itu membuat siswa merasa bosan . Sehingga dengan cara proses pembelajaran seperti itu sebagian besar siswa tidak mendapatkan nilai kelulusan yang maksimal yang dilihat dari hasil tes belajar lari

sprint yang berpedoman pada nilai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Dilihat dari proses pembelajaran yang terlaksana dan juga gejala-gejala yang terjadi pada proses pembelajaran lari sprint tersebut, dominan siswabelum dapat memahami sepenuhnya gerakan start, gerakan saat lari, dan gerakan saat mencapai garis finish, bahkan dalam proses pembelajaran mereka sering mengalami kesalahan. Seharusnya guru Pendidikan Jasmani melakukan variasi pemberian materi pembelajaran yang disenangi oleh siswa tanpa menghilangkan tujuan utama dalam kurikulum tentang nomor cabang atletik yaitu lari sprint. Akibat kelemahan dalam pembelajaran yang telah ada, siswa kurang memiliki daya tarik dan semangat untuk melaksanakan materi pembelajaran tersebut karena yang mereka lakukan kurang bervariasi.

Data yang diperoleh dari guru pendidikan jasmani dari 32 siswa yang ada di kelas X-5 hanya ada 8 orang siswa yang paham tentang teknik lari *sprint*, jadi hanya sekitar 25% dari jumlah siswa yang ada, yang berhasil memahami langkah-langkah lari *sprint* yang benar, namun dengan nilai itu belum bisa memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) secara klasikal yang ditetapkan di sekolah yaitu 85% dari keseluruhan siswa.

Disekolah tersebut bidang studi pendidikan jasmani sangat digemari oleh siswa akan tetapi melihat bentuk pembelajaran yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani tersebut masih membuat siswa kurang tertarik terhadap pelajaran yang diberikan oleh guru tersebut sehingga membuat siswa jenuh dan bosan, sehingga hasil yang diinginkan oleh guru tersebut tidak maksimal. Tetapi

di saat guru memberikan kebebasan waktu untuk siswa bermain siswa begitu senang dan antusias.

Dengan kurang berminatnya siswa dalam melakukan gerakan lari *sprint* ini cenderung mengalami kejenuhan, untuk itu peneliti tertarik menyampaikan materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dengan cara atau pola modifikasi permainan. Karena tingkat SMA yang mempunyai rasa ingin tahu, dan menyukai permainan sehingga dalam pembelajaran materi tersebut, siswa dapat menghilangkan rasa jenuh sehingga siswa tetap aktif dalam proses pembelajaran, selain itu juga dapat memotivasi siswa melakukan kegiatan yang serius dan penuh kegembiraan, seperti halnya siswa dibawa ke alam yang kondisinya senang bermain dan berlomba yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa tersebut dan siswa tidak merasa jenuh ataupun bosan dalam mengikuti materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, khususnya materi pelajaran lari *sprint* dengan modifikasi permainan.

Berdasarkan permasalahan di atas dan untuk mempermudah serta menambah penjelasan khusus dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa, maka peneliti melakukan penelitian yang berjudul: “ *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Modifikasi Permainan Lari Bolak-balik pada Siswa Kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015*”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Rendahnya minat belajar siswa dalam materi lari sprint yang berbanding terbalik dengan materi penjas olahraga permainan seperti bola kaki mini, bola voli dan bola kasti,
2. Guru tidak pernah menerapkan modifikasi permainan dalam proses pembelajarannya
3. Gaya mengajar guru yang masih bersifat “*Theacher Centered*” anak tidak diberikan kebebasan untuk berkreasi sesuai dengan keinginannya, peran guru lebih mendominasi dalam proses pembelajaran, semua berdasarkan perintah guru, sehingga anak hampir tidak pernah melakukan keinginannya sesuai dengan inisiatifnya sendiri. Akibatnya, proses pembelajaran cenderung membosankan dan menjadikan siswa malas belajar sehingga siswa menjadi pasif dalam proses pembelajaran.

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat masalah yang akan diteliti cukup luas, maka ditentukan pembatasan masalah, yaitu: untuk meningkatkan hasil belajar lari *sprint* melalui modifikasi permainan, seperti permainan lari bolak-balik memindahkan bola kasti dari tempat A ke tempat B, pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015.

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

Yang mejadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah melalui modifikasi permainan lari bolak- balik dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015?

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

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar lari sprint melalui modifikasi permainan lari bolak- balik pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015.

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

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Memberi informasi bagi guru Pendidikan Jasmani untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran lari sprint.
2. Sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti kembali dan melengkapinya demi mengurangi kelemahan dalam penelitian ini.
3. Sebagai bahan untuk menambah wawasan peneliti sebagai calon guru dalam memperoleh pengetahuan yang lebih spesifik dari cabang olahraga khususnya lari sprint.
4. Sebagai sumbangan dalam dunia pendidikan guna kemajuan pembelajaran pada umumnya dan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya.