

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar yang menumbuhkan, mengembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Pendidikan adalah salah satu hal yang sangat penting untuk membekali siswa menghadapi masa depan. Untuk itu proses pembelajaran sangat menentukan terwujudnya pendidikan yang berkualitas, guru pendidikan jasmani dan kesehatan harus dapat menggunakan pembelajaran yang sesuai, yakni berdasarkan tahapan perkembangan peserta didik.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional sosial) serta pembiasaan hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik menjadi seimbang. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap, sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin di capai melalui pendidikan jasmani mencakup perkembangan individu secara menyeluruh. Artinya cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek

mental, emosional, sosial dan spiritual. Pendidikan jasmani diajarkan dari tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) bahkan sampai jenjang Perguruan Tinggi.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum pendidikan jasmani. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan di sekolah-sekolah adalah cabang olahraga atletik. Atletik merupakan salah satu materi pokok pendidikan jasmani yang terdapat di Kurikulum yang wajib diajarkan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Ada beberapa nomor-nomor atletik yang diajarkan yaitu meliputi jalan, lari, lompat, lempar dan tolak. Lari jarak pendek merupakan salah satu nomor lari jarak pendek cabang olahraga atletik yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak. Pengetian dari lari jarak pendek adalah lari yang menempuh 50 meter sampai 400 meter. Oleh karena itu untuk melakukan lari jarak pendek memerlukan kecepatan dalam berlari, kecepatan ketika melakukan lari jarak pendek adalah hasil dari kontraksi yang kuat serta cepat dari otot-otot yang diubah menjadi suatu gerakan halus dan efisien dan ini sangat dibutuhkan bagi atlet lari untuk meningkatkan lari jarak pendek untuk meningkatkan kecepatan. Lari jarak pendek bila dilihat dari beberapa tahap tersebut antara lainnya tahap pada reaksi dan dorongan, tahap pada percepatan, tahap pada perubahan, tahap pada kecepatan tahap mempertahankan kecepatan dan akhir dari lari jarak pendek adalah untuk mengoptimalkan kecepatan

horizontal yang dihasilkan oleh dorongan badan ke arah depan. Kecepatan lari jarak pendek ditentukan oleh panjangnya langkah dan frekuensi langkah.

Siswa Sekolah Menengah Pertama masih aktif dalam aktivitas bermain, sebagian waktunya digunakan untuk bermain. Sifat bermain merupakan bawaan biologis dalam perkembangan motorik anak. Melalui bermain anak-anak dapat merasakan kesenangan dan kepuasan, bahkan dapat menimbulkan rasa saling menghargai sesama teman. Berdasarkan karakteristik siswa Sekolah Menengah, maka pembelajaran atletik di Sekolah Menengah Pertama harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang pendidik bahwa siswa Sekolah Menengah Pertama mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajaran lari jarak pendek hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan. Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk-bentuk pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Seorang pengajar harus mampu menerapkan pendekatan yang baik dan tepat kepada siswa, karena pendekatan pembelajaran yang tepat akan menimbulkan respon yang baik dari siswa, siswa akan mudah menerima materi pembelajaran dan hasilnya juga akan memuaskan.

Salah satu pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dari siswa Sekolah Menengah Pertama adalah dengan melalui pendekatan bermain. Sebab dunia anak lebih dekat dengan situasi bermain daripada yang serius, didalam pembelajaran disajikan banyak variasi antar siswa tidak mudah jenuh dan bosan dalam kegiatan pembelajaran, siswa mudah kali jenuh dan bosan

dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran yang hanya monoton saja. Pendekatan bermain adalah salah satu cara belajar yang dalam pelaksanaannya dilakukan melalui bentuk permainan. Dalam pendekatan bermain siswa diberikan kebebasan untuk mengekspresikan kemampuannya terhadap tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan cara bermain yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui bermain dikembangkan juga unsur kompetitif, sehingga siswa saling berlomba menunjukkan kemampuannya.

Berdasarkan uraian pendekatan pembelajaran bermain yang telah diungkapkan diatas menggambarkan bahwa, pendekatan bermain merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lari jarak pendek. Namun pencapaian hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran saja, masih ada faktor lain seperti kemampuan fisik siswa, motivasi, sarana dan prasarana dan sebagainya.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan guru masih menggunakan cara yang lama yaitu terpaku dalam aturan dibuku tanpa melihat kemampuan dasar siswa yang cepat merasa jenuh, kurangnya penjelasan terhadap siswa tentang teknik dasar lari jarak pendek. Didalam materilari jarak pendek guru memberikan penjelasan kepada siswa dan siswa langsung mengaplikasikan pembelajaran lari jarak pendek, sehingga menimbulkan kejenuhan dari siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran dan tidak menghasilkan hasil lari jarak pendek.

Dari hasil observasi dengan guru penjas di SMP N 5 Percut Sei Tuan , maka informasi yang diperoleh dari guru penjas dengan jumlah siswa 34 orang

yang dikelas VII-4 hanya ada 10 atau (29,41%) siswa yang tuntas dalam pembelajaran lari jarak pendek dengan ketentuan KKM > 75, sedangkan 24 atau (70,58 %) siswa tidak tuntas dalam melaksanakan pembelajaran lari jarak pendek, berarti data tersebut hanya ada sekitar 65% yang tuntas dari jumlah keseluruhan siswa yang berhasil memahami mengenai tendangan lari jarak pendek pada materi atletik .

Beranjak dari kenyataan tersebut, maka penulis menganggap itu merupakan suatu dilema dalam pembelajaran sekolah tersebut. Ditambah lagi dengan minimnya kreativitas dan minimnya pengetahuan pada siswa untuk menerapkan pola pendekatan bermain yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa tersebut.

Pada pendekatan ini anak tidak hanya belajar dan duduk mendengarkan guru memberi materi, tetapi siswa terlibat langsung dalam berbagai pelajaran yang membawa aktivitas tertentu dengan hasrat bergerak semua potensi yang ada disekitarnya atau dilingkungannya dioptimalkan sehingga anak benar-benar menikmati suasana belajar yang menyenangkan dan gembira sehingga tingkat keterlibatan dan intensitas gerak anak dapat dioptimalkan. Disamping itu pola pendekatan bermain dapat menjadi alternatif bagi guru tersebut, karena pola pendekatan ini tidak memerlukan biaya yang mahal dan tempat yang luas, aktifitas permainan dibuat sedemikian rupa sehingga cocok dimainkan oleh anak SMP Kelas VII sehingga mampu meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian sebagai upaya dalam mengatasi permasalahan diatas dengan judul “Penerapan

Gaya Mengajar Latihan Melalui Pendekatan Bermain Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017 / 2018.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan dari uraian di atas ada beberapa yang dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Siswa belum mampu mengikuti gaya mengajar yang diterapkan oleh guru
2. Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek
3. Kemampuan siswa dalam melakukan lari jarak pendek tergolong rendah
4. Siswa menganggap lari jarak pendek mudah sehingga siswa kurang serius dalam pembelajaran
5. Guru belum menggunakan pendekatan bermain pada siswa kelas VII – 4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017 / 2018.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah serta keterbatasan waktu, dana dan penulis maka perlu pembatasan masalah yaitu : Penerapan Gaya Mengajar Latihan Melalui Pendekatan Bermain Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017 / 2018.

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

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut: apakah dengan menggunakan gaya mengajar latihan melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek pada siswa VII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017/ 2018 ?

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

Berdasarkan permasalahan yang telah disampaikan diatas, peneliti ini bertujuan untuk mengetahui “Meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek melalui gaya mengajar latihan dan pendekatan bermain pada siswa kelas VII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017 / 2018.

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

Adapun manfaat yang diharapkan adalah :

1. Bagi siswa agar lebih mudah menciptakan tujuan pembelajaran yang diberikan oleh guru dalam menerima materi yang diajarkan disekolah dan dapat menyenangkan cabang olahraga khususnya atletik (lari jarak pendek)
2. Bagi guru pendidikan jasmani, dapat dijadikan pedoman untuk menentukan dan memilih pendekatan pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek untuk siswa.
3. Untuk peneliti adalah menambah kemampuan peneliti dalam keterkaitan dengan menggunakan gaya mengajar latihan melalui pendekatan bermain.
4. Bagi pembaca untuk menambah wawasan tentang ilmu keolahragaan.