

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Undang – undang No. 11 Tahun 2022 Sistem Keolahragaan Nasional “Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk melakukan kegiatan olahraga memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga memilih dan mengikuti jenis dan cabang yang sesuai bakat dan minatnya memperoleh pengarahan dukungan, bimbingan, pembinaan dan pengembangan dalam keolahragaan menjadi pelaku olahraga mengembangkan industri olahraga”.

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang berperan penting dalam mengembangkan potensi fisik, psikis, dan sosial peserta didik. Melalui pendidikan jasmani, siswa diajak untuk bergerak aktif, mengenal kemampuan tubuhnya, serta belajar bekerja sama dengan orang lain. Salah satu aspek utama yang menjadi fokus dalam dunia pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah pengembangan keterampilan gerak dasar, khususnya gerak kasar (*gross motor skills*). (Natas Pasaribu & Daulay, 2019, h. 9)

Keterampilan gerak kasar ialah kemampuan anak untuk mengerjakan bermacam aktivitas fisik yang melibatkan penggunaan otot-otot besar, seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, menendang, serta menjaga keseimbangan tubuh. Keterampilan ini berperan penting sebagai fondasi dalam perkembangan motorik secara menyeluruh, karena melalui gerak kasar anak

belajar mengendalikan gerakan tubuhnya, sekaligus meningkatkan koordinasi, kekuatan, dan kelincahan. Perkembangan gerak kasar yang berkembang secara optimal akan menunjang kemampuan anak dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari serta menjadi dasar bagi penguasaan keterampilan gerak yang lebih spesifik pada tahap perkembangan selanjutnya. (Gallahue & Ozmun., 2018, h. 17).

Pada tingkatan usia sekolah dasar, khususnya pada siswa kelas IV pada rentang usia 9–10 tahun, anak diharapkan telah mampu mengendalikan gerakan tubuh secara baik, seperti melakukan aktivitas lari dengan koordinasi yang tepat, melompat secara seimbang, serta melempar dengan tingkat ketepatan yang memadai. Namun, pada kenyataannya masih ditemukan sejumlah siswa yang memiliki kemampuan gerak kasar yang rendah. Kondisi tersebut terlihat dari kurangnya kelincahan saat berlari, koordinasi tubuh yang belum optimal, serta kesulitan dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani yang menuntut kekuatan dan ketepatan gerakan. (Sujarwo., 2020, h. 42)

Permainan lari estafet merupakan salah satu bentuk aktivitas yang memiliki potensi untuk meningkatkan kemampuan gerak kasar peserta didik. Permainan ini melibatkan unsur lari cepat, kerja sama antarpeserta dalam satu kelompok, serta kemampuan mengoordinasikan dan mengendalikan gerakan tubuh secara dinamis. Melalui pelaksanaan permainan lari estafet, diharapkan dapat memberikan rangsangan yang optimal terhadap perkembangan motorik kasar siswa, khususnya pada kemampuan berlari, menjaga keseimbangan, dan koordinasi gerak. (Ghina, Dkk., 2017, h. 43).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Bapak Syahrin Purba, S.Pd. selaku guru PJOK di SDN 105388 Kuala Bali, diperoleh informasi bahwa permainan lari estafet sering digunakan sebagai salah satu bentuk pembelajaran buat tingkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Guru menyampaikan bahwa penerapan permainan lari estafet dapat membantu siswa dalam meningkatkan koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, serta kecepatan respons. Selain itu, melalui latihan yang dilakukan secara berulang, siswa menunjukkan peningkatan dalam kecepatan berlari serta ketepatan dalam menerima dan mengoper tongkat estafet.

Hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar lari estafet siswa kelas IV masih tergolong rendah. Dari 18 siswa yang diamati, hanya 6 siswa (33,33%) yang telah mencapai ketuntasan dalam melaksanakan keterampilan gerak dasar, khususnya teknik berlari cepat dan cara mengoper tongkat estafet dengan benar. Sementara itu, sebanyak 12 siswa (66,67%) belum mencapai ketuntasan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pembelajaran yang berkaitan dengan permainan lari estafet belum dilaksanakan secara optimal sehingga diperlukan upaya perbaikan melalui pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dan bervariasi buat tingkatkan keterampilan gerak dasar siswa.

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan data yang didapat dari tes keterampilan gerak dasar. Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar siswa sesudah dibagikan perlakuan berupa penerapan permainan lari estafet secara terstruktur dan berkelanjutan. Pengukuran dilakukan menggunakan instrumen tes keterampilan gerak dasar yang meliputi

aspek keseimbangan, kecepatan respons, koordinasi gerak, serta ketepatan mengoper tongkat estafet.

Hal ini menjadi dasar penting untuk meneliti pengaruh permainan lari estafet terhadap keterampilan gerak dasar siswa agar hasil belajar dapat meningkat secara signifikan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini mempunyai tujuan buat menganalisis secara lebih mendalam bagaimana **“Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Pada Siswa Kelas IV SDN 105388 Kuala Bali”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat di identifikasikan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya variasi dan metode pembelajaran yang menarik menyebabkan siswa cepat jenuh dan bosan saat pelajaran lari estafet. Guru cenderung menggunakan metode mengajar yang monoton dan kurang kreatif, sehingga kurangnya variasi aktivitas siswa dalam permainan.
2. Kemampuan gerak dasar siswa yang masih rendah sehingga banyak siswa yang belum lulus kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran (KKTP) dalam penilaian lari estafet.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini hanya berfokus pada siswa kelas IV SDN 105388 Kuala Bali :

1. Pembelajaran yang diamati terbatas pada penerapan metode pembelajaran tertentu, misalnya metode bermain estafet dan media pembelajaran yang digunakan disekolah yang masih sederhana dan minim variasi.
2. Kemampuan gerak dasar lari estafet yang meliputi teknik berlari, koordinasi menyerahkan dan menerima tongkat estafet, serta kecepatan berlari siswa kelas IV SDN 105388 Kuala Bali dalam proses pembelajaran lari estafet.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah terdapat Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Pada Siswa Kelas IV SDN 105388 Kuala Bali”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui “Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Pada Siswa Kelas IV SDN 105388 Kuala Bali”

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pendidikan jasmani, khususnya dalam bidang pembelajaran keterampilan gerak dasar melalui permainan lari estafet.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi

penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh permainan terhadap keterampilan gerak siswa di jenjang pendidikan dasar.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Guru: Penelitian ini memberikan alternatif metode pembelajaran yang efektif dan menyenangkan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Dapat membantu guru dalam merancang kegiatan pembelajaran yang lebih variatif dan menarik melalui permainan lari estafet.
2. Bagi Siswa: Penelitian ini membantu siswa lebih aktif dalam kegiatan fisik, sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan mereka. Dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa, seperti koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan melalui aktivitas yang menyenangkan. Melalui keterampilan gerak dasar siswa dapat mengembangkan kerjasama tim, sportivitas, dan rasa percaya diri saat bermain lari estafet bersama teman-teman.
3. Bagi Sekolah: Penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan program pendidikan jasmani yang berbasis permainan untuk meningkatkan keterampilan gerak siswa.
4. Bagi Peneliti Lain: Penelitian ini dapat menjadi referensi atau inspirasi bagi peneliti lain agar Memberikan data dan temuan bagi peneliti yang digunakan untuk memperdalam kajian terkait efektivitas permainan lari estafet dalam meningkatkan keterampilan motorik dasar.