

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Dengan berolahraga, jasmani dan rohani dapat menjadi sehat. Kesehatan jasmani dan rohani ini sangat penting dalam menghadapi tantangan hidup sepanjang kehidupan manusia.

Kegiatan pendidikan jasmani di sekolah dilaksanakan dan diasuh oleh guru olahraga yang telah ditetapkan di dalam kurikulum. Dalam kurikulum pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Atas (SMA) dimasukkan beberapa cabang olahraga yang bertujuan untuk pengenalan dan penguasaan teknik dasar. Sedangkan untuk pengembangan dalam mencapai prestasi harus mengikuti latihan ekstra kurikuler di sekolah atau memasuki klub olahraga.

Suatu realita yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari bahwasannya di dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) pada bidang studi Pendidikan Jasmani, masih banyak guru yang belum memberdayakan seluruh potensinya dalam mengelola pembelajaran baik dalam menguasai materi maupun dalam menggunakan media pembelajaran melainkan hanya menggunakan *talk and chalk* (berbicara dan kapur tulis), sementara materi-materi dalam Pendidikan Jasmani (Penjas) dilakukan tidak hanya di dalam ruangan saja (kelas) yang dalam arti teori melainkan juga praktek di lapangan.

Dalam praktek di lapangan sering sekali di dapati pembelajaran Penjas yang kurang efektif dan efisien. Dalam pengajaran materi, kebanyakan guru tidak menggunakan media atau alat bantu. Padahal jika dikaji lebih mendalam, dengan menggunakan alat bantu informasi atau pesan yang akan di sampaikan akan lebih mudah ditangkap dan dicerna oleh siswa sehingga proses pembelajaran lebih efektif dan efisien. Hal ini sering terjadi karena tidak tersedianya alat bantu tersebut dan kurangnya kreativitas para guru. Tidak tersedianya

media pembelajaran atau alat bantu di sekolah menjadi salah satu faktor penyebab guru malas dan kurang kreatif dalam mengelola pembelajaran sehingga hanya bermodalkan *talk and chalk*.

Hal ini sering kita jumpai dalam KBM bidang studi Penjas yang efeknya dapat mengkondisikan siswa dalam situasi duduk, diam, catat, hafal. Hal ini tentu bertentangan dengan tujuan pengajaran Pendidikan jasmani yang sangat kompleks yang seharusnya bertujuan untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, psikomotorik, dan sosial, melainkan hanya aspek kognitifnya.

Disamping itu, hal ini tentu bertentangan dengan harapan masyarakat (orang tua anak) yang menginginkan anak-anaknya tumbuh lebih kreatif, dapat menggunakan dan menerapkan ilmu pengetahuan yang diperolehnya secara efektif dalam pemecahan masalah-masalah sehari-hari yang kontekstual. Secara umum kegiatan pembelajaran penjas melibatkan aktivitas fisik.

Menurut pendapat Muhajir bahwa :”lari jarak pendek atau lari cepat (*sprint*) adalah suatu perlombaan lari suatu perlombaan lari dimana semua peserta berlari dengan kecepatan penuh yang menempuh jarak 100 meter, 200 meter, atau 400 meter.” (2007: 52). Lari *sprint* merupakan salah satu nomor yang mempunyai karakteristik gerak dan teknik tersendiri, untuk itu pelari harus diberi metode latihan yang spesifik dan dilatih secara intensif.

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah proses pembelajaran tidak menekankan pada siswa untuk bergerak aktif. Dalam arti aktivitas gerak yang di berikan hanya sebatas lari tanpa proses-proses pembelajaran yang mungkin akan menambah peningkatan hasil belajar dalam lari *sprint*, sehingga pada akhirnya siswa jadi kurang memahami gerakan lari yang baik dan efektif.

Namun kenyatannya pada pelajaran lari *sprint* ini justru siswa kurang memperoleh pembelajaran sehingga mereka hanya mengenal sekedar lari dengan kecepatan tanpa mendalami berbagai teknik-teknik seperti melakukan *start* dan gaya lari, sehingga hasil dari pada lari *sprint* kurang mencapai hasil yang diinginkan. Dikalangan pelajar, atletik khususnya pada nomor lari *sprint* belum dipelajari secara mendalam.

Salah satu faktor keberhasilan guru dalam menyampaikan materi yang diajarkan dipengaruhi oleh metode atau gaya mengajar. Metode mengajar adalah cara-cara pelaksanaan dari pada proses pengajaran, atau bagaimana teknisnya suatu bahan pelajaran diberikan ke pada murid-murid di sekolah.

Winarno dalam Suryosubroto, 2009:140. Bila guru Penjas menggunakan metode yang tepat dalam proses pembelajarannya tentu itu akan menarik minat serta perhatian siswa terhadap pembelajaran tersebut dan bila siswa mulai menaruh minat dalam pembelajaran tersebut maka siswa pasti akan lebih mudah memahami dan mengerti tentang pembelajaran tersebut. Selain metode mengajar, media juga bisa mempengaruhi hasil pembelajaran.

Sebab media juga memiliki peranan penting dalam proses belajar mengajar, karena media merupakan alat bantu untuk mempermudah dan memperlancar proses komunikasi antara pendidik dan anak didik. Pada materi pembelajaran lari *sprint* masih banyak siswa yang kurang paham tentang teknik dasar lari *sprint*.

Dari hasil wawancara yang dilakukan calon peneliti dengan Bp. Pestanta Sembiring S,Pd. salah seorang guru Penjas di SMA Karya Pembangunan Deli Tua pada jam pelajaran penjaskes dan pada pokok bahasan lari *sprint*, tidak semua siswa bisa melakukan gerakan lari *sprint* dan masih banyak siswa yang salah pada saat melakukan gerakan lari *sprint* dan belum menguasai sepenuhnya teknik-teknik dasar lari *sprint*.

”Dari 25 siswa yang ada dikelas XI hanya ada 11 siswa yang paham tentang teknik Lari *sprint*. Berarti dari data tersebut sekurangnya hanya sekitar 44 % dari jumlah siswa yang ada dan yang berhasil memahami mengenai tentang teknik pada materi lari *sprint*. Namun nilai itu belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal secara klasikal yang ditetapkan sekolah yaitu sekitar 85 % dari keseluruhan siswa”.

Penyebab dari ketidak tuntas siswa dikarnakan pada saat proses pembelajaran berlangsung aktifitas gerak yang di berikan hanya sebatas lari tanpa proses-proses pembelajaran yang mungkin akan menambah peningkatan hasil belajar dalam lari *sprint* sehingga siswa malas untuk melaksanakan pembelajaran, pada akhirnya siswa jadi kurang memahami gerakan lari yang baik dan efektif.

Untuk mengatasi kendala yang ada guru dituntut untuk dapat mengoptimalkan pembelajaran. Guru juga dituntut kreatifitasnya untuk menciptakan suatu bentuk sarana yang baru dengan tujuan memberi variasi pembelajaran dari media rintangan.

Saputra (2001:125 ) menyatakan : ”semua rintangan atau penghalang menjadi daya tarik tersendiri bagi siswa. Siswa akan terangsang untuk mencoba melakukan gerakan lari *sprint*. Dalam konteks ini, upaya memanipulasi lingkungan sekitarnya membangkitkan daya tarik bagi siswa”.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang :”OPTIMALISASI PEMBELAJARAN LARI SPRINT DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA RINTANGAN PADA SISWA KELAS X SMA KARYA PEMBANGUNAN DELI TUA TAHUN AJARAN 2012/2013.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapatlah dibuat suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi, dalam penelitian ini masalah yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Faktor-faktor apa sajakah yang membuat siswa kesulitan pada saat akan melakukan lari *sprint*?
2. Adakah pengaruh media belajar terhadap hasil lari *sprint* ?
3. Seberapa besar pengaruh media belajar terhadap hasil belajar lari *sprint* ?
4. Apakah melalui media pembelajaran dapat memperbaiki hasil belajar lari *sprint* ?

## **C. Pembatasan Masalah**

Dari beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, peneliti membatasi pada Optimalisasi Pembelajaran Lari *sprint* dengan menggunakan media rintangan Pada Siswa Kelas X SMA Karya Pembangunan Deli Tua Tahun Ajaran 2012-2013. Dimana pembelajaran menggunakan media rintangan adalah variabel bebas dan lari *sprint* adalah variabel terikat.

## **D. Rumusan Masalah.**

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah pengaruh optimalisasi pembelajaran lari *sprint* dengan menggunakan media rintangan untuk meningkatkan hasil belajar Pada Siswa Kelas X SMA Karya Pembangunan Deli Tua Tahun Ajaran 2012-2013”.

## **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah peningkatan hasil belajar lari *sprint* melalui optimalisasi pembelajaran lari *sprint* dengan menggunakan media

rintangan untuk meningkatkan hasil belajar Pada Siswa Kelas X SMA Karya Pembangunan Deli Tua Tahun Ajaran 2012-2013.

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

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya yang berhubungan langsung dengan penjas dengan menggunakan media rintangan.
2. Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam menerapkan pengetahuan yang diperoleh dibangku kuliah terhadap masalah-masalah yang dihadapi di dunia pendidikan secara nyata.
3. Diharapkan dengan adanya hasil dari penelitian ini dapat menjadi masukan yang berharga bagi pihak sekolah dan upaya sosialisasi perlunya penggunaan media rintangan terhadap pembelajaran pendidikan jasmani.
4. Sebagai masukan bagi peneliti lain bila meneliti tentang optimalisasi pembelajaran yang menggunakan media rintangan.
5. Untuk memberikan penjelasan tentang pengoptimalisasian penggunaan media rintangan dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran.