

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia. Karena itu, upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta didik melalui pendidikan jasmani dan olahraga perlu terus dilakukan untuk itu pembentukan sikap dan pembangkitan motivasi dan dilakukan pada setiap jenjang pendidikan formal.

Tinggi rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani bergantung pada proses pembelajaran yang dihadapi oleh siswa. Dalam pembelajaran penjas guru harus menguasai materi yang diajarkan dan cara menyampaikannya. Cara penyampaian pelajaran sering disebut metode pembelajaran merupakan faktor yang penting diperhatikan oleh seorang guru. Cara penyampaian pelajaran dengan cara satu arah akan membingungkan siswa, karena siswa akan menjadi pasif (bersifat menerima saja) tentang apa yang dipelajarinya, materi abstrak tidak bermakna, sehingga proses belajar penjas membosankan.

Guru merupakan pelaksana pembelajaran dan sumber utama bagi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang harus bisa menciptakan kondisi belajar yang dapat merangsang siswa agar belajar efektif. Guru pendidikan jasmani secara sadar akan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan kurikulum dan harus mengetahui tujuan yang ingin dicapai. Agar tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai dengan baik, maka guru harus mampu menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan variatif serta menyenangkan.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bidang studi yang cukup penting dalam rangka peningkatan kesegaran jasmani siswa di sekolah. Tujuan pendidikan jasmani di

sekolah adalah membantu siswa dalam peningkatan kondisi fisik dan mental melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dari berbagai aktivitas jasmani.

Pendidikan pada dasarnya berperan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah peningkatan kualitas manusia Indonesia baik itu sosial, spiritual dan intelektual, serta kemampuan yang profesional. Untuk itu pembangunan di bidang keolahragaan perlu dikembangkan dan ditingkatkan diseluruh tanah air terutama di sekolah-sekolah yang nantinya dapat menunjang proses belajar siswa .

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, kemampuan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistimatis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Salah satu aktifitas fisik dalam program pendidikan jasmani yang telah cukup dikenal adalah kegiatan atletik. Salah satu bagian dari olahraga atletik yang diajarkan di sekolah dasar adalah nomor lari sprint. Lari adalah gerakan berpindah tempat dengan maju kedepan yang dilakukan lebih cepat dari berjalan. Lari merupakan salah satu bagian nomor yang terdapat di atletik, salah satu diantaranya adalah nomor lari jarak pendek (cepat), lari *cepat* adalah salah satu lari jarak yang membutuhkan kecepatan penuh.

Untuk dapat melakukan lari sprint hal yang harus diperhatikan adalah kemampuan lari dengan secepat-cepatnya dari garis start sampai garis finish. Sajoto (1980:58), mengemukakan bahwa Kecepatan atau *speed* adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan yang berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang

sesingkat–singkatnya. Lari sprint adalah semua perlombaan lari dimana peserta lari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh.

Prestasi olahraga, khususnya lari sprint di tingkat sekolah dasar penting diperhatikan dengan serius. Hal ini sehubungan dengan program pengembangan/peningkatan prestasi lari sprint. Pemerintah telah mengadakan kegiatan dalam bentuk lomba atau pertandingan yang kompetitif sebagai upaya untuk menumbuhkan motivasi dan kecintaan terhadap olahraga sedini mungkin serta mengembangkan potensi siswa kedalam bentuk prestasi melalui kegiatan Olimpiade Olahraga Siswa dan Seni SD (O2SN) Tingkat Gugus yang berorientasi kepada kegiatan Olimpiade Olahraga Siswa Nasional SD/MI (O2SN). Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak siswa SD dalam bidang Olahraga dan seni sebagai bagian dari Pendidikan Jasmani dan Kesenian melalui persaingan yang sehat dan sportif, serta melahirkan bibit olahragawan potensial yang dapat dibanggakan dimasa depan. Adapun cabang olah raga yang di tandingkan adalah: **Atletik** (peserta 2 orang terdiri dari 1 Putra dan 1 Putri). Lari jarak pendek (sprint) untuk Putra : 80 meter dan Putri : 60 meter

Sehubungan dengan uraian tersebut Oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk meneliti bagaimana pengaruh permainan berangkai 5 pos terhadap peningkatan kecepatan lari sprint siswa kelas IV SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Ajaran 2012/2013.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

Faktor - faktor apa saja yang mempengaruhi kecepatan lari sprint ? Bagaimanakah bentuk aktivitas yang dapat mempengaruhi kecepatan lari sprint ? Apakah permainan berangkai 5 pos dapat meningkatkan kecepatan lari sprint ? Apakah faktor lingkungan dapat mempengaruhi kecepatan lari sprint ? Apakah dengan program latihan yang baik sudah dapat meningkatkan kecepatan lari sprint? Bagaimanakah pengaruh permainan berangkai 5 pos terhadap tingkat kecepatan lari sprint siswa kelas IV SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Ajaran 2012/2013.

C. Pembatasan Masalah

Beranjak dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan serta untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda, maka isi penelitian ini dibatasi pada pengaruh permainan berangkai 5 pos terhadap peningkatan kecepatan lari sprint siswa kelas IV SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Ajaran 2012/2013. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah permainan berangkai 5 pos dan yang menjadi variabel terikat adalah kecepatan lari sprint Siswa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut : " Apakah permainan berangkai 5 pos berpengaruh terhadap peningkatan kecepatan lari sprint siswa kelas IV SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Ajaran 2012/2013?.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : untuk mengetahui "Pengaruh permainan berangkai 5 pos terhadap peningkatan kecepatan lari sprint siswa kelas IV SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Ajaran 2012/2013.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan:

1. Sebagai bahan informasi bagi sekolah - sekolah khususnya SD Negeri 173131 Tarutung Kabupaten Tapanuli Utara dalam membina dan meningkatkan kecepatan lari sprint siswa.
2. Sebagai bahan masukan bagi instansi - instansi terkait dalam membina dan meningkatkan kecepatan lari sprint khususnya siswa Sekolah Dasar (SD).
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi masyarakat Indonesia dalam membina dan meningkatkan prestasi atletik siswa..