

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek 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 di Perguruan Tinggi.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan adalah atletik. Atletik adalah salah satu materi pokok yang wajib diajarkan dalam pendidikan jasmani. Nomor-nomor atletik yang diajarkan meliputi jalan, lari, lompat dan lempar.

Lari Menurut (Satyawan, n.d., 2018:60) adalah gerakan melangkah dengan kecepatan tinggi, akan tetapi lari sangatlah berbeda dengan melangkah dikarenakan ketika kita melakukan lari kaki tidak bersamaan menyentuh tanah seperti kita berjalan. Usia anak didik yang masih muda dan perkembangan fisik yang belum mencapai tingkat kemampuan yang memadai maka pelajaran lari di tingkat Sekolah Dasar diberikan dalam bentuk permainan yang bersifat gembira dan menyenangkan.

Sekolah Dasar merupakan pendidikan awal yang dapat digunakan untuk mengembangkan pertumbuhan fisik dan kemampuan gerak siswa. Pada masa ini pembinaan kemampuan fisik dapat dimulai. Siswa Sekolah Dasar tidak dapat dipisahkan dari aktifitas bermain. Hampir seluruh waktunya digunakan untuk bermain.

Berdasarkan karakteristik siswa Sekolah Dasar tersebut, maka pembelajaran gerak dasar lari di Sekolah Dasar harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang guru bahwa siswa Sekolah Dasar mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajaran gerak dasar lari hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan.

Dalam suatu pembelajaran diperlukan strategi yang tepat agar tujuan atau kompetensi yang diharapkan dapat tercapai, ada beberapa factor yang mempengaruhi pemilihan strategi belajar yaitu: 1. Karakteristik peserta didik, 2. Kompetensi dasar yang diharapkan, 3. Bahan ajar, 4. Waktu yang tersedia, 5. Sarana/prasarana belajar.

Peningkatan proses pembelajaran dan manajemen pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah tidak semulus apa yang diharapkan, hal ini dapat dilihat bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan terhadap teknik dasar olahraga, demikian juga guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan semangat dan kedisiplinan serta konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga pada peserta didik, sehingga berakibat pada rendahnya hasil belajar gerak dasar lari pada siswa kelas V SDI AL Farisi.

Dalam pengamatan penulis di SDI AL Farisi siswa – siswi pada saat pembelajaran atletik lari terlihat banyak siswa yang malas dan kurang berminat dalam melaksanakan kegiatan yang diberikan oleh guru karena dipandang bahwa lari adalah kegiatan yang melelahkan bagi anak dan kurang menarik. Karena pada umumnya siswa sekolah dasar lebih gemar olahraga yang berkaitan dengan bermain , karena anak-anak akan merasa

senang bila mendapatkan pelajaran yang telah diketahui mereka akan cepat dan terampil dalam melakukannya.

Berdasarkan masalah-masalah yang ada dilapangan tentang pembelajaran atletik gerak dasar lari tersebut saya sebagai peneliti melakukan penelitian yang berjudul : **“Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Berbasis *Kids Athletics* Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V SDI Al Farisi ”**

B. Identifikasi Masalah

- a. Apakah gerak dasar lari merupakan salah satu nomor di *Kids Athletics* ?
- b. Berapakah usia yang baik dalam *Kids Athletics* ?
- c. Apakah siswa Sekolah Dasar (SD) bisa diberikan *Kids Athletics* ?
- d. Apakah gerak dasar lari, lempar, lompat masuk dalam *Kids Athletics* ?

C. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk menjaga agar tidak timbul kesalahpahaman dan salah penafsiran, serta mempermudah dalam penelitian, adanya keterbatasan penelitian memperoleh gambaran serta hasil yang jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu pula hal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan. Batasan ruang lingkup penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Objek penelitian ini adalah siswa kelas V SDI Al Farisi.
- b. Ruang lingkup penelitian ini di SDI Al Farisi.
- c. Penelitian ini difokuskan pada gerak dasar lari berbasis *kids athletics*.

2. Rumusan Masalah

Dalam suatu penelitian tentunya mempunyai permasalahan yang perlu diteliti dan dianalisis untuk memecahkan permasalahan. Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah dan batasan masalah diatas, rumusan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : “Apakah terdapat peningkatan pada kegiatan belajar gerak dasar lari berbasis *kids athletics* pada siswa kelas V SDI Al Farisi ?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah dan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah : “Untuk mengetahui bagaimana kegiatan belajar gerak dasar lari berbasis *kids athletics* pada siswa kelas V SDI Al Farisi ”.

E. Manfaat Penelitian

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dan pendukung untuk penelitian sejenis dan usaha lebih lanjut di masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

1. Untuk Peneliti

Sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program sarjana, meningkatkan pengalaman dan kreativitas dalam penelitian.

2. Siswa

Meningkatkan hasil belajar siswa, siswa lebih aktif dan termotivasi dalam pembelajaran, meningkatkan kemampuan dalam lari, menumbuhkan rasa kebersamaan diantara siswa.

3. Bagi Sekolah

Meningkatkan kualitas pendidikan di SDI Al Farisi, perbaikan proses belajar mengajar dan hasil belajar siswa.

4. Bagi Guru

Sebagai masukan bahan evaluasi guru untuk mengetahui pendekatan mengajar reaksi yang tepat dalam lari berbasis *kids athletics*.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional dari skripsi tentang peningkatan gerakan dasar lari berbasis *kids athletics* pada siswa sekolah dasar kelas V SDI Al Farisi adalah :

1. Peningkatan

Menurut Salameto (2003: 13) dalam (Abdul Haris Fauzi, 2018:10) peningkatan belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sehingga hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

2. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan kemampuan yang diperoleh individu setelah proses belajar berlangsung, yang dapat memberikan perubahan tingkah laku baik pengetahuan, pemahaman, sikap dan keterampilan peserta didik sehingga menjadi lebih baik dari sebelumnya (Suminah, Imam Gunawan, 2018 :221).

3. Gerak Dasar

Gerak berpindah tempat. Contoh gerak dasar ialah jalan, lari, lompat dua kali , engklek, lompat kijang, berderap, meluncur, dan skiping.

4. Lari

Lari adalah gerak lari yang dapat dibedakan menjadi beberapa macam yaitu lari dengan gerakan pelan-pelan atau sering disebut dengan jogging, dan lari cepat atau sprint. (Wiarso, 2013: 09).

5. *Kids Athletics*

Kids Athletics ini adalah untuk memenuhi minat anak-anak usia dini dalam aktivitas gerak, mengenalkan dasar-dasar gerakan atletik dalam bentuk permainan, merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta memelihara kesehatan, menghindari rasa bosan pada anak-anak, dan memberikan solusi bagi anak-anak pecinta olahraga dalam mendapatkan peralatan yang tepat.