

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Permendiknas No 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi, 2006).

Olahraga atletik termasuk dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan pada siswa di Sekolah Dasar (SD) sesuai dengan materi Kurikulum 2013. Dalam pembelajaran atletik di Sekolah Dasar yang dipelajari adalah gerakan dasar manusia di dalam kehidupan sehari-hari, yaitu berjalan, berlari, melompat dan melempar. Atletik merupakan sarana untuk pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi (Eddy Purnomo & Dapan, 2011).

Manfaat materi atletik (A. Widya, 2004) adalah untuk : pemenuhan minat untuk bergerak, pengenalan dasar-dasar gerak atletik dalam bentuk permainan, merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani (bertambahnya tinggi dan

berat badan yang harmonis) serta perkembangan gerak, memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani, membantu merehabilitasi kelainan gerak pada usia dini, menghindari rasa kebosanan, membantu menanamkan rasa disiplin, kerjasama, kejujuran, mengenal akan peraturan dan norma-norma lainnya, menangkal pengaruh buruk yang datangnya dari luar.

Dalam Kurikulum 2013 untuk kelas III terdapat Kompetensi Dasar (KD) Mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional. Hasil pengamatan di SDN Warakas 01 Tanjung Priok, ditemukan dalam KD tersebut siswa siswi SD kelas III secara umum kurang minat belajar gerak dasar lari. Data yang diperoleh dari 30 siswa kelas III tahun pelajaran 2021/2022 pada saat penilaian kemampuan gerak dasar lari diperoleh nilai rata-rata nilai siswa sebesar 70 hal ini menggambarkan nilai rata-rata siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal sebesar 75. Hal ini dapat digambarkan dengan kondisi demikian: 1) saat melakukan gerakan lari siswa masih asal-asalam, 2) posisi tangan siswa yang belum membentuk sudut yang sesuai, dan 3) gerakan tangang dan kaki tidak terkoordinasi dengan baik. Hal ini dinilai bagi anak jika proses pembelajaran tersebut sangat menjemukan dengan kemungkinan penyebabnya adalah pendekatan yang diterapkan dalam pembelajaran tidak menarik.

Dalam pembelajaran Penjasorkes di SDN Warakas 01 Tanjung Priok, untuk pembelajaran atletik khususnya gerak dasar lari, perlu dilakukan peningkatan proses pembelajaran yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam

pembelajaran. Pendekatan tersebut semestinya disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa pada usia tersebut. Kemungkinan perbaikan yang dipakai yaitu dengan pendekatan bermain. Pendekatan bermain ini adalah suatu pendekatan pembelajaran dengan menggunakan kegiatan kerja sama dalam bentuk bermain dengan menggunakan alat bola kasti, bola plastic kecil, kardus, simpai, tongkat, bangku dan tali.

Dari uraian di atas penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Upaya Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Lari Melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas III SDN Warakas 01 Tanjung Priok”.

B. Batasan Masalah

Batasan masalah penelitian pada perumusan upaya peningkatan pembelajaran gerak dasar lari melalui pendekatan bermain pada siswa kelas III SDN Warakas 01 Tanjung Priok.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang seperti yang telah diuraikan di atas, masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah

1. Apakah melalui permainan dapat meningkatkan gerak dasar pada siswa kelas III SDN Warakas 01 Tanjung Priok?
2. Bagaimana penerapan metode permainan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar pada siswa kelas III SDN Warakas 01 Tanjung Priok?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan masalah, hasil penelitian bertujuan :

1. Bagi siswa:

Dapat meningkatkan aktivitas dan kemampuannya dalam gerak dasar lari.

2. Bagi Guru:

Memberikan pilihan pemecahan masalah dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa terhadap pembelajaran gerak dasar lari.

3. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi untuk mengembangkan proses pembelajaran penjasorkes guna meningkatkan hasil belajar siswa.

E. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah pengertian pada istilah yang ada dalam proposal ini, maka perlu diberikan penjelasan pada istilah tersebut, yaitu sebagai berikut :

1. Upaya

Upaya adalah usaha seseorang dalam mencapai atau meraih sesuatu (Muhammad Hasbillah, 2020). Dalam penelitian ini upaya yang dimaksud adalah upaya pembelajaran menendang dengan kaki bagian dalam pada sepakbola

2. Gerak Dasar Lari

Gerak dasar lari adalah gerakan tubuh yang melibatkan keseluruhan bagian seperti kaki, tangan, dan kepala yang memiliki tiga teknik didalamnya:

1) posisi kaki, 2) gerakan badan, dan 3) gerakan lengan (Aryadi & Daulay, 2019).

3. Pendekatan Bermain

Pembelajaran dengan pendekatan bermain erat kaitannya dengan perkembangan imajinasi perilaku yang sedang bermain, karena melalui daya imajinasi, maka permainan yang akan berlangsung akan jauh lebih meriah. Oleh karena itu, sebelum melakukan kegiatan, maka guru pendidikan jasmani sebaiknya memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswanya imajinasi mengenai permainan yang akan dilakukan, adapun permainan yang akan dilakukan dalam penelitian ini yaitu: 1) permainan menapaki lingkaran, 2) permainan lomba start, 3) permainan kejar mengejar, 4) permainan hitam dan hijau, 5) permainan ayunan tongkat, dan 6) permainan memindahkan bola kecil.