

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang berhubungan dengan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan fisik, kecerdasan intelektual, sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial. Pembelajaran pendidikan jasmani mendorong siswa untuk lebih kreatif, inovatif, terampil, dapat memahami dan menguasai materi serta mempraktikkan apa yang akan dipelajari.

Pendidikan jasmani merupakan bagian terpenting dari proses pendidikan. Melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, siswa akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, serta berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu siswa agar tumbuh dan berkembang secara baik dan sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadikan manusia Indonesia seutuhnya. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani,

kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Melalui pendidikan jasmani di harapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman dan merangsang peserta didik untuk inovatif,kreatif,terampil serta paham tentang menjaga tubuh tetap bugar dan paham akan gerak manusia.banyak faktor terhambatnya dalam program pembelajaran salah satu faktornya adalah strategi seorang guru penjas yang kurang baik,kurang kreatif dalam memberikan pembelajaran sehingga peserta didik kurang menguasai apa yang di berikan guru,cepat bosan,tidak bersemangat dalam mengikuti pembelajaran khususnya dalam pembelajaran lari jarak pendek.

Atletik merupakan induk dari seluruh cabang olahraga, karena semua cabang olahraga akan melibatkan aktivitas yang ada pada nomor atletik. Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang pasti diajarkan dari tingkat sekolah paling rendah (SD) sampai ke Perguruan Tinggi (PT). Seorang guru penjas, untuk mencapai tujuan pembelajaran atletik harus memperhatikan perkembangan anak, karakteristik anak, kemampuan anak serta tujuan yang harus dicapai. Cabang olahraga atletik terdiri dari 4 nomor utama yaitu jalan, lari, lompat dan lempar atau tolak. Untuk nomor lari terdiri atas :lari jarak pendek, jarak menengah, jarak jauh atau marathon, lari gawang, lari sambung, dan lari *cross country*. Untuk nomor lompat meliputi: lompat jauh, lompat tinggi, dan lompat jangkit. Nomor lempir atau tolak meliputi: lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru dan lontar martil. Berkaitan dengan nomor-nomor atletik yang ada. Penelitian ini akan menggali dan meneliti tentang pembelajaran pada nomor lari,

khususnya lari jarak pendek. Pembelajaran jarak pendek pada siswa tingkat SD perlu diterapkan cara mengajar atau metode mengajar yang baik dan tepat. Metode mengajar atau gaya mengajar menjadi salah satu faktor keberhasilan guru dalam menyampaikan materi yang diajarkan. Seorang guru harus mampu memilih metode mengajar yang tepat untuk berinteraksi dengan peserta didik agar materi yang di sampaikan bisa diterima dengan baik. Pemilihan metode mengajar yang tepat akan membantu peserta didik dalam menguasai materi yang diajarkan, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Namun dalam kenyataan di lapangan, hasil pembelajaran jasmani di SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara, khususnya nomor lari jarak pendek (*sprint*) masih dibawah harapan guru yaitu siswa dapat mengetahui, mempraktikkan teknik lari jarak pendek dan mendapatkan nilai di atas KKM yang ditentukan yaitu 75. Dari 32 siswa kelas V.C di SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara, ada 4 siswa yang memperoleh nilai kurang dari 75, 5 siswa memperoleh nilai 75, dan 5 siswa nilai lebih dari 75, dari data tersebut arti siswa yang mencapai KKM 14 dari 32 orang atau 48.27%. Data ini diperoleh berdasarkan evaluasi tahun sebelumnya yang di didik oleh teman sejawat penulis. Selanjutya penulis mengamati pembelajaran khususnya ketika materi lari jarak pendek masih memiliki beberapa kelemahan, seperti tidak adanya kisi-kisi unjuk kerja peserta didik untuk lari jarak pendek, pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang belum benar, dan metode mengajar yang masih monoton, sehingga hasil yang didapat juga kurang maksimal. Maka dari itu penulis sebagai peneliti sekaligus guru di SD Negeri

Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara mencoba untuk mengupayakan peningkatan hasil belajar lari jarak pendek melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V.C SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara. Pada penelitian ini penulis membuat kisi-kisi unjuk kerja peserta didik yang di dalamnya terdapat beberapa indikator yang nantinya akan menentukan nilai siswa. Nilai KKM pembelajaran lari jarak *sprint* didapat dengan beberapa kriteria penilaian yaitu penguasaan teknik gerakan, semangat dan keserasian dalam mempraktikkan lari jarak pendek, sedangkan untuk aspek yang dinilai yaitu sikap awalan (*start*), sikap badan saat berlari, ayunan lengan, sikap badan saat *finish* dan nilai prestasi (waktu). Untuk mendapatkan nilai di atas KKM, maka dalam proses pembelajaran guru harus bisa memaksimalkan faktor-faktor yang mendukung tercapainya pembelajaran tersebut. Langkah berikutnya penulis membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) lari jarak pendek untuk kelas V.C, setelah itu kisi-kisi unjuk kerja peserta didik dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta memberi sedikit referensi tentang metode mengajar yang pernah didapat oleh penulis ketika kuliah. Sehingga, harapannya akan membantu proses dan hasil pembelajaran lari jarak pendek.

Dalam proses pembelajaran lari jarak pendek di sekolah, yang sering digunakan oleh guru yaitu metode demonstrasi. Guru hanya menekankan pada pencapaian hasil, tanpa berusaha memperbaiki metode pembelajaran yang digunakan. Hal ini terlihat dalam proses pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara dalam melakukan pembelajaran lari jarak pendek, guru hanya memberikan materi dan disuruh untuk melakukan berulang-ulang

kemudian mengevaluasinya. Metode pembelajaran yang mengutamakan hasil ternyata kurang menarik dan membosankan bagi siswa, dikarenakan gerakan lari merupakan aktivitas yang sering dilakukan siswa saat jam istirahat, sehingga pada saat pembelajaran siswa malas untuk melakukan gerakan lari yang pada akhirnya hasil belajar kurang optimal. Pembelajaran lari jarak pendek yang membosankan akan berakibat pada menurunnya gairah belajar siswa, apabila gairah belajar siswa menurun, harapan untuk meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek akan berkurang, karena pada prinsipnya kemampuan gerak dapat dicapai dengan cara mengulang-ulang gerakan. Selain itu, metode pembelajaran yang kurang tepat berdampak pada menurunkannya aktivitas dan sikap siswa dalam mengikuti proses pembelajaran lari jarak pendek.

Proses pembelajaran lari jarak pendek dapat berjalan dengan optimal, juga harus di dukung dengan sarana dan prasarana yang memadai untuk menunjang tercapainya tujuan pembelajaran. Sarana dan prasaran yang ada di SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara sudah sangat baik, sekolahan sudah memiliki lapangan sendiri untuk kegiatan pembelajaran penjas dan alat-alat yang diperlukan sebagai penunjang proses pembelajaran penjas, hanya saja dalam pembelajaran atletik nomor lari jarak pendek, guru penjas kurang bisa memaksimalkan sarana dan prasaran yang ada, karena menganggap catatan waktu lari menjadi hal yang paling utama dalam pembelajaran lari jarak pendek dan megesampingkan faktor penunjangnya, yaitu sarana dan prasarana. Untuk itu, guru penjas perlu memperkenalkan sarana dan prasarana yang digunakan ketika

pembelajaran lari jarak pendek, seperti lintasan lari, start block, tiang finish, stopwatch, dan bendera start, sehingga siswa memiliki gambaran ketika pembelajaran lari jarak pendek dan proses pembelajaran lari jarak pendek dapat berjalan secara optimal. Memperhatikan uraian diatas, maka untuk meningkatkan hasil pembelajaran lari jarak pendek, guru harus berinovasi dan mencari suatu pendekatan pembelajaran yang dapat mendukung pencapaian tujuan pendidikan jasmani, yaitu dengan pendekatan bermain dan juga memanfaatkan saran prasarana sebagai penunjang pembelajaran lari jarak pendek, sehingga nilai yang akan didapatkan oleh siswa bisa maksimal.

Berdasarkan paparan di atas, maka penulis bermaksud untuk mengadakan penelitian pada siswa SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara, dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas V.C SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara”. Diharapkan dengan memberikan inovasi pendekatan pengajara tersebut dapat meningkatkan hasil pembelajaran

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapatlah dibuat suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi. Dalam penelitian ini, masalah yang dapat diteliti dan diidentifikasi adalah:

1. Guru dalam penyampaian materi yang monoton.
2. Rendahnya pemahaman siswa dalam melakukan gerakan teknik lari jarak pendek.
3. Siswa kurang terlibat dalam pembelajaran.

4. Kurangnya perhatian guru dalam memilih pendekatan yang cocok pada suatu materi pembelajaran.
5. Kurangnya guru memvariasikan pembelajaran.
6. Rendahnya hasil belajar siswa terutama dalam pembelajaran lari jarak pendek pada Kelas V.C di SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Penelitian ini membahas tentang upaya peningkatan hasil belajar lari jarak pendek melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V.C SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara. Yang dimaksud dengan pendekatan bermain disini adalah dimana dalam proses pembelajaran menggunakan pendekatan bermain, yang dapat memotivasi siswa untuk belajar.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan batasan masalah di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah dengan pendekatan bermain dapat hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas V.C SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara?”

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah dengan pendekatan bermain dapat hasil belajar lari jarak

pendek pada siswa kelas V.C SD Negeri Warakas 01 Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara”.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung antara lain:

1. Sebagai bahan acuan peneliti dalam mengajarkan pendidikan jasmani terutama dalam memberikan materi lari jarak pendek.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru khususnya guru-guru bidang studi penjas tentang pentingnya pendekatan bermain dalam pengajaran.
3. Bagi penulis untuk memperluas wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya pendekatan bermain dalam meningkatkan hasil belajar.
4. Menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti lain, yang sedang melakukan penelitian yang sama.