

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan dan bertujuan untuk mengembangkan berbagai aspek seperti kesehatan, kebugaran jasmani, kestabilan mental, keterampilan sosial, pemikiran logis dan perilaku moral melalui kegiatan olahraga jasmani. Melalui aktivitas fisik, anak memperoleh berbagai pengalaman penting, antara lain intelektual, emosional, perhatian, kerja sama, dan keterampilan.

Pendidikan jasmani memainkan peranan penting dalam perkembangan manusia sepanjang hayat dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas fisik, bermain, dan gerakan terstruktur. Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas hidup Anda adalah melalui pendidikan jasmani.

Capaian pembelajaran gerak motorik untuk siswa kelas 3C dalam konteks Pendidikan Jasmani mencakup berbagai keterampilan dan pemahaman yang sesuai dengan perkembangan usia mereka. Berikut adalah beberapa capaian pembelajaran yang umum untuk gerak motorik di kelas 3-C Keterampilan Motorik Dasar Siswa mampu melakukan berbagai gerakan dasar seperti berlari, melompat, memanjat, dan melempar dengan baik.

Siswa dapat menunjukkan keterampilan keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan melalui aktivitas seperti berjalan di atas balok keseimbangan atau permainan yang memerlukan perubahan arah cepat. Koordinasi dan Kontrol Tubuh Siswa dapat mengontrol gerakan tubuh mereka dalam berbagai aktivitas fisik, seperti menangkap dan melempar bola dengan presisi. Siswa mampu mengoordinasikan gerakan tubuh atas dan bawah secara harmonis selama aktivitas seperti lompat tali atau permainan bola.

Keterampilan Manipulatif Siswa mampu menggunakan alat atau benda dalam aktivitas fisik, seperti dribbling bola, memukul dengan raket, atau menendang bola dengan tepat. Siswa dapat menunjukkan keterampilan manipulatif dalam permainan yang memerlukan penggunaan tangan dan kaki secara bersamaan.

Pengembangan Kekuatan dan Daya Tahan Siswa menunjukkan peningkatan dalam kekuatan otot dan daya tahan fisik melalui latihan sederhana seperti sit-up, push-up, atau berlari jarak pendek. Siswa dapat mengikuti aktivitas fisik dalam durasi yang lebih lama tanpa kelelahan berlebihan, menunjukkan peningkatan dalam daya tahan kardiorespirasi.

Kesadaran Ruang dan Waktu Siswa memahami konsep ruang dan dapat bergerak dengan efisien dalam area yang terbatas, seperti saat bermain permainan yang memerlukan perpindahan cepat dalam ruang sempit. Siswa dapat menyesuaikan kecepatan gerakan mereka sesuai dengan situasi, misalnya berlari cepat untuk menghindari tangkapan atau memperlambat gerakan untuk menjaga keseimbangan.

Partisipasi dalam Aktivitas Kelompok Siswa mampu berpartisipasi dalam permainan tim, menunjukkan kerjasama dan koordinasi dengan teman sebaya. Siswa menunjukkan sikap sportif, menghormati peraturan permainan, dan menghargai teman serta lawan dalam berbagai aktivitas fisik. Dengan mencapai capaian pembelajaran ini, siswa diharapkan dapat mengembangkan keterampilan motorik yang lebih baik, memahami pentingnya aktivitas fisik untuk kesehatan, dan membangun sikap positif terhadap olahraga dan aktivitas fisik secara umum.

Klasifikasi keterampilan motorik berdasarkan ketepatan gerakannya dapat dibagi menjadi dua kategori: (a) keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) dan (b) keterampilan motorik halus. (a) Keterampilan motorik kasar. Keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan motorik yang melibatkan otot-otot besar sebagai mesin penggerak utama. Keterampilan motorik kasar bergantung pada jumlah dan derajat penggunaan otot-otot tubuh. Misalnya berlari, melompat, memukul, dan lain-lain. Keterampilan motorik kasar berkaitan dengan jumlah pembelajaran motorik dan jangkauan penggunaan otot-otot tubuh. Hampir semua keterampilan motorik dapat dianggap sebagai keterampilan motorik kasar karena keterampilan ini biasanya melibatkan seluruh otot dalam tubuh. Berdasarkan kenyataan lapangan, beberapa kegiatan olah raga yang memerlukan keterampilan motorik kasar juga mencakup keterampilan motorik halus, seperti: Waktu pergerakan yang tepat. Meskipun gerakan-gerakan halus tersebut bersifat terus-menerus dan juga memfasilitasi keterampilan motorik kasar, namun ciri-ciri khusus keterampilan

motorik kasar yang berhubungan dengan otot besar masih mendominasi aktivitas ini.

(b) Keterampilan motorik halus. Keterampilan motorik halus merupakan keterampilan motorik yang melibatkan otot-otot kecil sebagai gerakan utamanya. Misalnya saja kemampuan menarik pelatuk senapan atau menembakkan anak panah dalam olahraga memanah. Keterampilan motorik halus menunjukkan kualitas gerakan yang lebih lembut. Gerakan ini semakin membatasi aktivitas tubuh pada respons yang tepat terhadap berbagai rangsangan. Salah satu kunci keberhasilan motorik halus adalah koordinasi neuromuskular, terutama pada gerakan yang memerlukan ketelitian dan seringkali melibatkan koordinasi tangan-mata.

Keterampilan motorik halus ini juga dapat terjadi secara murni dalam bentuk keterampilan motorik halus, seperti bermain gitar atau mengetik. Namun tidak jarang juga terjadi pada saat keterampilan motorik kasar seperti menyelam atau senam ritmik.

Permainan tradisional kini banyak dikesampingkan dan digantikan oleh permainan modern dengan alat yang modern. Hal ini terutama disebabkan oleh pesatnya perkembangan teknologi yang mendukung dan menciptakan berbagai jenis permainan anak. Padahal, permainan tradisional yang diwariskan secara turun temurun memiliki banyak keunggulan. Selain untuk melestarikan kebudayaan bangsa, bermanfaat baik untuk perkembangan psikis dan meningkatkan kreativitas, juga bermanfaat untuk meningkatkan ketahanan fisik dan meningkatkan prestasi atletik seseorang, khususnya pada cabang olahraga lainnya.

Lari balok merupakan permainan tradisional yang dimainkan pada saat perayaan kemerdekaan Republik Indonesia. Format permainannya terdiri dari perlombaan kecepatan yang tujuannya adalah menempuh jarak tertentu dengan empat balok kecil berbentuk batu bata. Setiap kali pemain berdiri atau berjalan, ia harus memindahkan balok-balok tersebut sebagai sebuah lapangan dari belakang ke depan. Permainan ini memerlukan keterampilan, keseimbangan, kecepatan, koordinasi dan konsentrasi yang baik (Wijaya & Rachman, 2017).

Peneliti berusaha mencari metode yang tepat yang sesuai dengan karakteristik siswa dan memungkinkan mereka mencapai potensi maksimalnya, terutama guna mencapai hasil belajar dalam segala aspek. Terdapat aspek pendidikan jasmani yang mewakili evaluasi dan tujuan pendidikan jasmani. kebugaran kognitif, emosional, psikomotorik, dan fisik. Aspek penilaian olahraga ini merupakan hasil belajar yang harus dicapai siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Tugas guru pendidikan jasmani adalah membantu siswa melakukan gerak secara akurat dan sempurna, dengan cara menanamkan nilai-nilai pendidikan. Namun, tidak semua siswa dapat melakukan apa yang diinginkannya. Gagal menerapkan suatu perilaku dan terus menerapkannya dapat menyebabkan perilaku otomatis dan pada akhirnya menyulitkan untuk melakukan perilaku yang benar. Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan menentukan metode pengajaran yang tepat untuk meningkatkan motivasi siswa dan meningkatkan keterampilannya. Sekolah Dasar merupakan pendidikan dasar bagi anak yang berumur antara 7 dan 13 tahun sebelum memasuki pendidikan menengah yang biasa disebut sekolah

menengah pertama. SDN Pulo Gebang 02 merupakan sekolah yang strategis dan tepat untuk anak-anak di kawasan Pulo Gebang.

Oleh karna itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Motorik Melalui Permainan Pada Siswa Kelas 3C Di SDN Pulo Gebang 02.”

## **B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Dari latar belakang masalah maka penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai

berikut :

- (a) Pada saat Olahraga banyak siswa yang masih kurang gerak Motoriknya.
- (b) Permainan yang di ambil adalah Olahraga Tradisional Lari Balok.

### **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah yang disebutkan sebelumnya maka permasalahan dapat di rumuskan sebagai berikut : Apakah Hasil Belajar Gerak Motorik Melalui Permainan dapat Meningkatkan Gerak Motorik Siswa Kelas 3-C?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk “Meningkatkan Hasil Belajar gerak motorik Melalui Permainan Pada siswa kelas III-C SDN PULOGEBANG 02”.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat bagi para pembaca berupa :

1. Untuk Peneliti

Mendapatkan tambahan pengalaman dan kreatifitas dalam proses pelatihan bagi para peneliti.

2. Untuk Guru

Hasil Pembelajaran ini diharapkan dapat dijadikan acuan dan masukan dalam pemberian materi gerak motorik.

3. Untuk Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa dalam meningkatkan Motorik dirinya sendiri.

4. Untuk Institusi

Hasil peneltian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi institusi yang bersangkutan dalam pengembangan siswa dalam meningkatkan kemampuan Motorik.

#### **E. Defenisi Operasional**

Penulis mungkin perlu menetapkan batasan waktu untuk menghindari kebingungan dan perbedaan pendapat yang dapat mengakibatkan kesalahan penafsiran atau pemahaman terhadap masalah yang diteliti. Istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut:

a. Peningkatan

“Penguatan” berasal dari kata “bidang” yang berarti lapisan-lapisan benda yang disusun membentuk suatu susunan yang ideal. Sedangkan perbaikan adalah kemajuan dari keadaan tidak tahu ke keadaan mengerti, dan dari keadaan tidak mampu melakukan sesuatu ke keadaan mampu melakukan sesuatu.

b. Permainan Olahraga Tradisional

Permainan olahraga tradisional merupakan permainan yang lahir dari budaya masyarakat. Untuk memahaminya, anda perlu memahami konsep permainannya. Oleh karena itu, permainan dapat digunakan dalam konteks pendidikan untuk memberikan informasi tentang pentingnya aktivitas fisik dalam kesehatan, kebugaran jasmani, hubungan sosial, pengendalian emosi, dan meningkatkan semangat kerja. (Yunita, 2021).

c. Gerak Motorik

Kemampuan motorik adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan gerak. Umama kemudian mengatakan bahwa keterampilan motorik merupakan proses kemampuan anak dalam bergerak. dalam satu gerakan. Biologi atau mekanika yang menyebabkan pergerakan.(Putra, 2017)

d. Permainan Tradisional

Permainan tradisional adalah permainan yang dimiliki oleh suatu kelompok masyarakat. Permainan tradisional berpegang teguh pada norma dan adat kebiasaan yang diwariskan dari generasi ke generasi berikutnya secara lisan.



e. Permainan Lari Balok

Lari balok merupakan permainan tradisional yang sering dimainkan pada perayaan kemerdekaan Republik Indonesia. Format permainan terdiri dari perlombaan kecepatan yang tujuannya adalah menempuh jarak tertentu pada empat blok kecil yang menyerupai batu bata. Pemain harus memindahkan balok ke belakang ke depan sebagai spasi setiap kali dia berdiri dan berjalan. Olahraga tradisional ini bersifat menghibur dan mendidik karena mengharuskan pemainnya bergerak dengan seluruh tubuh serta menggunakan ketangkasan, kekuatan, dan ketelitian pikiran dalam menyusun strategi dalam setiap gerakannya.