

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan merupakan pemegang peranan terpenting dalam membentuk SDM (sumber daya manusia) yang berkualitas. Sumber daya manusia yang berkualitas akan membawa kemajuan bagi individu, masyarakat, bahkan negara. Dalam Undang- Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sidiknas pada pasal 1 menyatakan bahwa Pendidikan adalah usaha sadar yang terencana untuk menciptakan proses belajar agar peserta didik dapat mengembangkan potensi yang terdapat pada dirinya dan untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya. Menurut Awaluddin (*Journal Educational Research and Social Studies* Volume 2, Nomor 2, 2021) menyatakan bahwa “pendidikan merupakan sebuah sistem yang terdiri dari komponen- komponen yang saling berkaitan untuk mencapai pendidikan yang bermutu”. Untuk menghasilkan SDM yang bermutu dapat dicapai dengan pendidikan jasmani.

Nugraha (*Jurnal Pendidikan Anak*, 2015) Pendidikan jasmani adalah bagian keseluruhan dari pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas gerak yang menunjang pada kemampuan tubuh, keterampilan gerak, perkembangan kognitif, perkembangan sosial, perkembangan emosional dan spiritual. Melalui Proses Pendidikan jasmani yang efektif akan mempercepat pada tujuan yang telah dirancang seperti pengembangan tubuh, pengembangan motorik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif dan afektif, perkembangan sosial dan emosional. Pendidikan gerak merupakan salah satu bagian terpenting dari tujuan dalam pelaksanaan Pendidikan jasmani. Dengan hal itu aktivitas gerak sangat penting untuk tumbuh kembang anak. kematangan gerak yang efisien tidak dapat terjadi dengan sendiri, untuk mencapai kematangan gerak dibutuhkan aktivitas gerak yang bermakna. Kemampuan dan kematangan gerak ditentukan oleh banyaknya kesempatan yang diberikan pada anak untuk melakukan sebanyak mungkin melakukan aktivitas gerak. Abduljabar (2011, hlm. 1) menyatakan bahwa “Pendidikan jasmani bertujuan pada semua aspek perkembangan kependidikan,

termasuk pertumbuhan mental, sosial siswa. Manakala tubuh sedang ditingkatkan secara fisik, pikiran (mental) harus dibelajarkan dan dikembangkan, dan selain itu perlu pula berdampak pada perkembangan sosial, seperti belajar bekerjasama dengan siswa lain”. Dengan demikian melalui pendidikan jasmani dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

Lengkana (2021, hlm. 4) mengungkapkan bahwa “Kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas sehari- hari dengan aman dan efektif tanpa merasakan Lelah yang berarti”. Dengan memiliki kebugaran jasmani yang baik akan mempermudah melakukan aktivitas sehari- hari dengan mudah. Seperti yang diungkapkan Colley (dalam Lengkana, 2019, hlm. 4) “kebugaran fisik bukanlah faktor yang statis dan beragam dari setiap manusia ke manusia dan pada individu yang sama dari masa ke masa tergantung pada faktor tertentu”. Kebugaran jasmani tidak terus menurun pada kondisi yang menetap.

Kebugaran jasmani memiliki beberapa unsur salah satunya ialah kelincahan. Kelincahan merupakan salah satu unsur kebugaran jasmani yang tidak kalah penting dari unsur kebugaran yang lain. Seperti yang diungkapkan Twist dan Benickly ( dalam Rahman, 2015, hlm. 44) menyatakan bahwa “ kelincahan merupakan kemampuan untuk mengontrol posisi tubuh ketika merubah arah dengan cepat selama melakukan gerakan” dengan demikian apabila seorang individu memiliki kelincahan yang baik maka akan mempermudah dalam melakukan aktivitas sehari- hari.

Ketika peneliti melakukan observasi disebuah Sekolah Dasar. Peneliti menemukan sebuah permasalahan yaitu rendahnya tingkat kelincahan siswa yang dapat dilihat dari hasil tes kelincahan melalui tes *T test*.

Dari permasalahan tersebut peneliti berinisiatif untuk memperbaiki tingkat kelincahan menggunakan sebuah permainan. Seperti yang diungkapkan Nurhayati & Putro (Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Volume 4, Nomor 1, 2021) menyatakan bahwa “ kegiatan yang sangat penting dilakukan oleh anak ialah bermain, karena bermain sama halnya dengan berkerja dan belajar seperti orang dewasa”. Pembelajaran yang baik ialah pembelajaran yang berkualitas dan menyenangkan, maka dengan itu guru merancang pembelajaran semenarik mungkin. Salah satu metode yang dapat digunakan dalam pembelajaran Pendidikan

jasmani ialah dengan menggunakan sebuah permainan. Bermain merupakan suatu hal yang tidak dapat di pisahkan dari kehidupan anak- anak. Seperti yang diungkapkan Hurlock (1993) bermain merupakan sebuah aktivitas yang dilakukan untuk mendapatkan kebahagiaan ketika melakukannya, tanpa memperhitungkan hasil akhir. Sama yang diungkapkan Goldstein (2012) mengemukakan bahwa bermain adalah sebuah kegiatan yang dimainkan oleh anak- anak tanpa adanya paksaan atau sukarela, dan ketika melakukannya anak akan merasa senang.

Sebagai tujuan dari permainan adalah untuk mendapatkan kebahagiaan, kepuasan, dan kebebasan. Salah satu permainan yang dapat dilakukan untuk anak-anak ialah permainan dodgeball. Pada permainan dodgeball ini dapat membantu anak untuk meningkatkan kemampuan melempar, menangkap, dan reflek. Seperti yang diungkapkan vail dan Kathleen (2001, hlm 66) menyatakan bahwa “permainan dodgeball adalah salah satu permainan yang menyenangkan dan pada permainan ini menggabungkan beberapa unsur pendidikan gerak dan mengajarkan anak untuk belajar sesuatu yang besar”. Pada permainan dodgeball terdapat gerakan melempar, berlari, menangkap dan mengelak atau menghindar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Upaya Peningkatan Kelincahan Melalui Permainan Dodgeball”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut: “Apakah dengan penerapan metode bermain melalui permainan dodge ball dapat meningkatkan kelincahan siswa?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui peningkatkan kelincahan siswa melalui permainan dodgeball.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Bagi Peneliti

- 1) Untuk memenuhi salah satu tugas akhir mahasiswa program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

2) sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan pada program Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani.

## 2. Bagi Lembaga

Sebagai sumbangan karya tulis ilmiah dalam keilmuan Pendidikan jasmani khususnya yang berkaitan dengan media pembelajaran yang dapat mempengaruhi Pendidikan jasmani

## 3. Bagi pengembangan ilmu

Sebagai sumbangan pemikiran atau bahan kajian dalam keilmuan Pendidikan jasmani khususnya yang berkaitan dengan media pembelajaran yang dapat mempengaruhi Pendidikan jasmani.

### **1.5 Struktur Organisasi**

Bab I : Pendahuluan. yang terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi.

Bab II : Kajian Pustaka. didalamnya berisikan tentang landasan teoritis yang terkait dengan topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini.

Bab III : Metode penelitian. yang terdiri dari desain penelitian, subjek penelitian, lokasi penelitian, Teknik pengumpulan data, dan Teknik analisis data.

Bab IV : Temuan dan pembahasan. Dalam bagian ini berisikan tentang temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

Bab V : Simpulan. Dalam bagian ini menyajikan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan penelitian ini sekaligus mengajukan hal- hal penting yang dapat di manfaatkan dari hasil penelitian tersebut