

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Melalui pendidikan jasmani siswa dapat secara langsung berpartisipasi dalam berbagai kesempatan belajar. Untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang, termasuk mengembangkan keterampilan motorik dan fisik, belajar dan mengeksplorasi hal-hal baru, menghargai nilai-nilai (Ari Iswanto, 2021). Dalam pendidikan jasmani siswa dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan fisik, belajar menjadi menyenangkan, kreatif, imajinatif, dan terampil, serta membantu mereka memahami gerakan manusia dengan lebih baik, pada pendidikan jasmani harus menyediakan berbagai pengalaman untuk siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Salah satu pelajaran umum dalam pendidikan jasmani adalah belajar lari sprint. Hal ini diajarkan sebagai bagian dari pelaksanaan kurikulum dari berbagai cabang olahraga. Lari sprint adalah salah satu kegiatan aktivitas atletik yang berhubungan dengan olahraga yang termasuk dalam kurikulum pendidikan jasmani (Supriatno, 2022). Keterampilan fisik, psikomotorik, kognitif, afektif, sosial, dan emosional siswa semuanya dimaksudkan untuk dikembangkan melalui pembelajaran lari sprint. Lari sprint yaitu salah satu aktivitas yang harus ditempuh dengan jarak 30, 50, 60, 100, bahkan hingga 400 meter a, yang juga dikenal sebagai lari jarak pendek. Dalam jenis lari ini, kekuatan otot kaki, teknik, dan kecepatan sangat penting (Henjilito, 2017). Proses pembelajaran yang sempurna akan mencakup pelari sprint yang memahami dasar-dasar lari sprint, termasuk fase dorongan atau reaksi, fase akselerasi, fase transisi atau perubahan, fase kecepatan maksimum, fase pemeliharaan kecepatan, dan fase finish (Alejos, 2017). Dengan memahami dan melaksanakan teknik dasar lari sprint dengan tepat, siswa dapat meningkatkan kecepatan dan kekuatan, serta mengoptimalkan performanya, karena dengan teknik dasar dan kecepatan sangat menentukan proses dari keberhasilan hasil dari lari jarak pendek. Adapun menurut Yuwono (2019) beberapa hal yang dapat mempengaruhi seberapa baik seorang guru mengajarkan lari sprint adalah sarana dan prasarana, serta waktu reaksi awal, kekuatan, kecepatan, dan daya ledak otot kaki murid-muridnya. Kekuatan yang dibahas di sini adalah kekuatan otot lengan, yang sangat penting dalam berlari karena lengan yang kuat dapat membantu

anda melaju lebih cepat. Otot kaki seharusnya memiliki peran penting dalam akselerasi dan memberikan dorongan yang kuat, selain mendukung kecepatan reaksi saat lepas landas ketika berlari, maka dengan itu sebabnya mengapa daya ledak otot kaki dianggap signifikan. Selain itu, keseimbangan juga penting karena seorang pelari harus dapat menjaga keseimbangan tubuh mereka agar dapat berlari secara optimal saat berlari dengan kecepatan maksimal dan mencondongkan tubuh ke depan.

Menurut Nurzaman, (2017) terlepas dari kenyataan bahwa program pendidikan jasmani, terutama di sekolah dasar, sering kali menghambat kemampuan siswa untuk memperoleh dasar-dasar lari cepat, banyak yang masih menggunakan strategi pembelajaran yang umum, atau cara-cara konvensional. Seperti pada saat pembelajaran gerak dasar lari sprint guru hanya memberikan pembahasan atau instruksi terhadap materi lari sprint yang akan dipelajari. Ketidak tertarikan siswa dalam proses pembelajaran adalah elemen lain yang sering menghambat proses pembelajaran lari sprint. Karena itu, ketika siswa melakukan gerakan dasar lari sprint, mereka menjadi bosan dan tidak antusias, sehingga sulit untuk mengkomunikasikan hasil pembelajaran dari proses tersebut dan membuatnya membosankan dan tidak efektif (Rokhayati, 2016). Penelitian ini sejalan dengan Aryati, (2020) hasil belajar, baik dalam bentuk data kualitatif maupun kuantitatif adalah hasil yang diambil siswa dari pembelajaran mereka terhadap suatu mata pelajaran. Evaluasi terhadap siswa dilakukan untuk melihat hasil belajar dan memastikan apakah mereka telah menguasai materi atau belum. Lembaga pendidikan menggunakan penilaian sebagai cara metode untuk memastikan bahwa keterampilan siswa sesuai dengan tujuan yang ditetapkan dan bahwa proses pendidikan berkualitas tinggi. Oleh karena itu pentingnya seorang guru untuk mengambil langkah untuk melakukan metode pembelajaran dengan cara lebih kreatif dalam mengemas atau memodifikasi pembelajaran supaya terlaksana dengan baik kepada siswa, dengan cara memadukan bermain sambil belajar.

Menurut Lubis, (2019) bermain adalah cara terbaik bagi anak-anak untuk mempelajari kemampuan baru. Selain itu, bermain adalah cara terbaik bagi anak-anak untuk belajar tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan mereka. Anak-anak memfokuskan energi mereka pada kegiatan yang mereka pilih untuk

dimainkan untuk memajukan perkembangan mereka. Menggunakan atau mengajarkan permainan tradisional adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan. Permainan tradisional adalah salah satu elemen budaya yang membentuk budaya suatu bangsa, sehingga memainkannya dapat membantu mengembangkan karakter sejak usia muda (Asih & El-Yunusi, 2024). Dalam pembelajaran lari sprint peneliti ingin memadukan permainan tradisional kedalam proses pembelajaran lari sprint. Permainan yang dipilih merupakan permainan yang memiliki unsur berlari dalam proses bermainnya. Karena tujuan dari proses lari sprint adalah kecepatan, maka pembelajaran mengenai lari jarak pendek akan ditingkatkan atau diubah menjadi sebuah permainan yang membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan lari mereka. Permainan ini yaitu permainan tradisional kucing dan tikus karena memiliki unsur berlari yang membantu siswa meningkatkan keterampilan mereka dalam hasil belajar lari sprint siswa.

Dalam permainan kucing dan tikus para siswa harus berlari atau bergerak secepat mungkin dalam permainan kucing dan tikus ini. Para siswa tidak menyadari bahwa mereka sedang melakukan latihan lari dasar ketika mereka menggabungkan latihan ini ke dalam permainan kucing dan tikus, namun ada beberapa aspek dari permainan ini yang membutuhkan aktivitas lari dasar. Menurut Kusmiran, (2022) Dalam permainan tradisional kucing dan tikus, satu anak mewakili kucing dan yang lainnya mewakili tikus. Tujuan dari permainan ini adalah agar kucing mengejar tikus. Ini adalah permainan yang sangat meriah karena selalu ada banyak teriakan. Permainan ini juga mendorong aktivitas fisik yaitu kemampuan motorik kasar anak, seperti kecepatan berlari, waktu respon, dan teknik, dapat dilatih dengan permainan kucing dan tikus ini (Asrima dkk., 2022). Dengan bantuan permainan ini, siswa dapat melatih tubuh mereka secara tidak langsung untuk berjalan lebih cepat dan lebih produktif, yang akan membantu mereka belajar dengan lebih antusias dan menghindari rasa bosan dan lelah lebih cepat. Selain itu, hal ini akan meningkatkan antusias siswa terhadap pembelajaran berbasis pengalaman sehingga pembelajaran dapat disampaikan dengan efektif dan struktur. Permainan tradisional seperti kucing dan tikus harus dimasukkan ke dalam proses pembelajaran karena ini adalah metode yang dapat digunakan guru untuk memastikan bahwa tujuan pembelajaran

dapat tercapai dengan baik atau tidak dan memudahkan siswa dalam proses pembelajaran.

Mengingat isu-isu yang disebutkan di atas, peneliti berharap dapat mengembangkan keterampilan fisik yang diperlukan untuk meningkatkan kecepatan lari sprint dengan memadukan permainan tradisional kucing dan tikus dengan pendidikan dalam gerakan dasar olahraga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan pengetahuan tambahan tentang pengembangan keterampilan motorik kasar secara bertahap yang dapat diberikan oleh permainan tradisional ini kepada anak-anak, terutama untuk siswa di kelas V sekolah dasar yang berusia antara 10 dan 11 tahun. Sehubungan dengan hal ini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh permainan Kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint”.

1.2 Rumusan Masalah

Mengingat hal tersebut di atas, sebuah masalah yang harus dipecahkan. Dengan demikian, adanya kesempatan untuk menyelidiki dampak penggunaan permainan tradisional kucing dan tikus terhadap keterlibatan siswa dalam hasil belajar lari sprint.

- 1) Apakah permainan tradisional kucing dan tikus dapat berpengaruh terhadap hasil belajar lari sprint siswa?
- 2) Seberapa besar pengaruh permainan tradisional kucing dan tikus terhadap siswa dalam mengikuti pembelajaran lari sprint?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah siswa yang mengikuti program pembelajaran lari sprint mendapatkan manfaat dari permainan kucing dan tikus. Di bawah ini adalah penjelasan lebih rinci tentang tujuan penelitian.

- 1) Untuk mengetahui apakah bermain permainan tradisional kucing dan tikus dapat mempengaruhi siswa yang ikut serta dalam pembelajaran lari cepat.
- 2) Untuk mengetahui ada seberapa besar pengaruh permainan tradisional terhadap siswa yang mengikuti pembelajaran lari sprint.

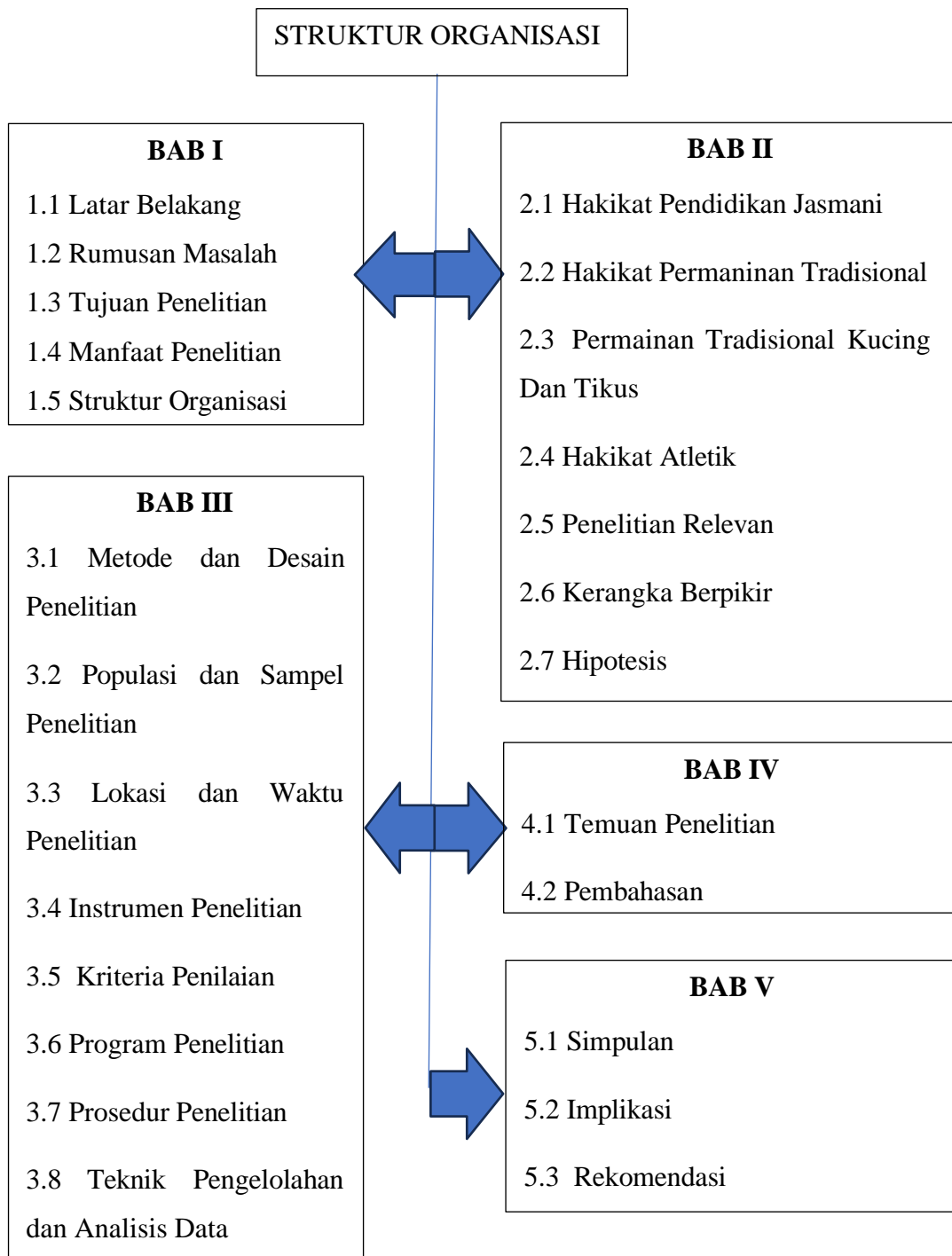
1.4 Manfaat Penelitian

Setelah penelitian ini selesai semua pihak yang berkepentingan dapat mengambil manfaat dari temuan-temuan yang ada pada penelitian ini. Adapun pihak-pihak yang terkait adalah.

- 1) Untuk memperoleh manfaat secara teoritis mengenai permainan kucing dan tikus, apakah berdampak pada pembelajaran lari sprint, sebagai acuan, sebuah pengetahuan dan rujukan bagi tenaga pengajar khususnya guru sekolah dasar.
- 2) Manfaat secara praktis yaitu para atlet dapat memberikan wawasan atau referensi untuk metode pelatihan dan pihak-pihak terkait. Temuan-temuan dari penelitian ini juga dapat digunakan sebagai panduan untuk proses pembelajaran di sekolah dasar, yang dapat memberikan variasi dalam proses pembelajaran lari cepat untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi acuan dasar untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

1.5 Struktur Organisasi

Penelitian ini berpegang pada pedoman sistematika yang dituangkan dalam Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2021. Struktur penulisan ini terdiri dari bagian pendahuluan yang memaparkan latar belakang penelitian dan turunannya, dilanjutkan dengan tinjauan pustaka yang menyajikan pernyataan, teori, atau materi yang relevan dengan penelitian, dan bagian metodologi. Penelitian mencakup strategi dan pendekatan yang digunakan, beserta temuan, pembahasan, dan kesimpulan akhir serta saran.



Gambar 1.1 Struktur Organisasi

Dirujuk dari gambar 1.1 dapat dijelaskan struktur organisasi skripsi diantaranya, sebagai berikut:

Latar belakang, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat dari penelitian ini semuanya termasuk dalam Bab I, yang juga dikenal sebagai bab pertama dari tesis ini. Masalah yang dihadapi siswa kelas V SDN Dahniar terkait dengan tujuan pembelajaran mereka dibahas dalam bab ini. Informasi latar belakang ini bertujuan untuk menentukan apakah permainan tradisional kucing dan tikus memiliki pengaruh, serta sejauh mana pengaruh tersebut.

Bab II berisikan tentang berbagai kajian teori-teori menurut para ahli dan studi literatur yang menjelaskan dan mendukung dalam penelitian ini. Dalam bab II ini peneliti membahas mengenai masalah yang berkaitan dengan model permainan tradisional kucing dan tikus pada tujuan hasil pembelajaran siswa lari sprint. Selain itu juga isi dalam bab ini yaitu menjelaskan tentang informasi penelitian terdahulu, kerangka berfikir dan hipotesis.

Bab III berisikan metodologi penelitian, khususnya metode penelitian kuantitatif yang diterapkan dalam penelitian ini pada siswa kelas V SDN Dahniar, dijelaskan dalam Bab III. Bab ini juga menjelaskan metode pengumpulan data, alat yang digunakan dalam penelitian, dan metode analisis temuan.

Bab IV pada bab ini membahas hubungan antara hasil temuan dan memberikan penjelasan rinci mengenai pembahasan. Temuan penelitian disajikan dalam bab ini oleh penulis, yang membahasnya secara panjang lebar dan dimulai dengan perumusan masalah-masalah yang telah disebutkan sebelumnya. Penulis kemudian menjelaskan temuan-temuan tersebut sesuai dengan urutan penemuannya dan pembahasan yang telah ditemukan. Temuan dan diskusi penelitian ini memberikan konteks untuk memahami pengaruh permainan tradisional kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint serta sejauh mana pengaruhnya.

Pembahasan terakhir di bagian ini, yang terdapat di Bab V, mencakup simpulan peneliti berdasarkan temuan penelitian. Rekomendasi, konsekuensi, dan simpulan juga dibahas dalam bab ini.