

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini merupakan bagian awal dari laporan penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai topik yang akan dikaji. Pada bab ini, dipaparkan secara sistematis tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta ruang lingkup dan batasan penelitian. Penyusunan bab ini dimaksudkan untuk menjelaskan alasan pentingnya penelitian dilakukan, memperjelas arah penelitian, serta menunjukkan kontribusi yang diharapkan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani. Melalui pemaparan pada Bab I ini, diharapkan pembaca dapat memahami konteks penelitian mengenai pengaruh penerapan permainan jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari *sprint*, sehingga keseluruhan isi penelitian menjadi lebih terarah dan bermakna.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Dalam pendidikan jasmani, siswa terlibat dalam berbagai aktivitas fisik dengan tujuan meningkatkan tingkat kemampuan fisik, kemampuan tubuh dalam mengoordinasikan gerakan otot untuk melakukan aktivitas fisik secara efektif dan terkontrol, pemahaman atau wawasan, dan sikap mereka terhadap kehidupan yang aktif dan sportivitas (Mulyadi, 2018). Merujuk (Indriwati & Nugroho, 2017) secara keseluruhan, pendidikan tidak akan lengkap tanpa pendidikan jasmani, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan melalui berbagai bentuk aktivitas fisik. Selain mendorong pertumbuhan fisik seseorang, tujuan ini juga mencakup pendewasaan psikologis, relasional, emosional, dan kognitif.

Dalam bentuknya yang paling dasar, pendidikan jasmani ialah pendekatan holistik untuk pengajaran dan pembelajaran yang menggunakan olahraga dan bentuk aktivitas fisik lainnya untuk mendorong pertumbuhan pribadi di berbagai bidang seperti kesehatan, kebugaran, ketajaman mental, regulasi emosi, kompetensi sosial, dan perilaku moral (Sudirjo, Encep; Alif, 2019). Maksud menyeluruh dari program

pembelajaran yang fokus pada aktivitas fisik, pengembangan keterampilan olahraga, serta peningkatan pemahaman tentang hidup sehat dan kebugaran ialah untuk membantu siswa menjadi bugar secara fisik, kuat secara mental, stabil secara emosional, kompeten secara sosial, bertanggung jawab secara etis, dan diperkenalkan pada pentingnya menjaga lingkungan yang bersih dan sehat (Hidayat Taufiq & Kurniawan Deddy, 2015).

Kebugaran jasmani hanyalah bagian dari tujuan-tujuan yang diupayakan dalam dunia pendidikan jasmani sebagai bagian dari sistem pendidikan yang lebih komprehensif (Panggraita dkk., 2020). Sepanjang sejarah manusia, pendidikan telah memainkan peran kunci. Sekarang terserah pada generasi berikutnya untuk menyerap kebijaksanaan pendidikan, menjadi ahli di bidangnya, serta menggunakan kemampuan tersebut untuk meningkatkan taraf hidup masyarakat melalui pengajaran (Pambudi dkk., 2019). Sebagai pelajaran pelengkap, sekolah memberikan pelajaran kesehatan, pendidikan jasmani, dan olahraga. Diyakini bahwa anak-anak dapat mengalami perubahan perilaku dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran melalui pendidikan jasmani (Taqwim dkk., 2020). Teori pembelajaran ialah faktor terpenting dalam menentukan efektivitas pendidikan, yang didefinisikan sebagai mengajar siswa dengan menggunakan konsep-konsep pendidikan.

Sebagai seorang pendidik, seseorang melakukan pekerjaan mengajar, sementara yang lain melakukan pekerjaan belajar. Pembelajaran adalah proses yang melibatkan guru dan murid (Ari Iswanto, 2021). Belajar bergerak dengan peralatan olahraga yang sesungguhnya telah lama dikaitkan dengan pendidikan jasmani. Dikarenakan tidak semua sekolah mempunyai peralatan yang memadai, penggunaan peralatan olahraga yang tidak sesuai standar sering kali menghalangi pelaksanaan pelajaran pendidikan jasmani yang efisien dan sukses (Budi, 2021). Sangatlah penting bagi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran mereka sendiri. Mengembangkan keterkaitan antara informasi baru dan pengetahuan yang sudah dimiliki siswa merupakan cara yang efektif untuk menarik perhatian mereka dan meningkatkan kemungkinan mereka untuk

mengingatnya. Segala sesuatu dalam pelajaran mengikuti logika atau pola yang ketat, mulai dari konsep yang paling dasar hingga konsep yang paling maju (Pahliwandari, 2016). Keberhasilan pembelajaran siswa sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu masing-masing, oleh karenanya penting untuk mempertimbangkan hal ini.

Keberhasilan atau kegagalan suatu pelajaran bergantung pada keterampilan guru dalam memilih strategi instruksional yang tepat. Lari cepat, yang sering dikenal sebagai lari sprint, ialah teknik untuk menempuh jarak dengan cepat dan efisien (Nurhaeni, 2021). Masalah yang melatar belakangi penelitian ini yakni dampak yang sering kali timbul pada saat proses pembelajaran lari spint dengan menggunakan metode pembelajaran konvensional pada siswa sekolah dasar adalah (a) siswa terlihat mudah bosan, (b) siswa terlihat mudah lelah, (c) kurang minatnya siswa dalam mengikuti pembelajaran, (d) gerakan lari sprint yang mendasar masih belum dilakukan dengan baik oleh banyak siswa. Proses pembelajaran tidak dapat berlangsung sebagaimana mestinya, serta hal ini mempunyai dampak yang signifikan terhadap nilai akhir siswa.

Proses pembelajaran gerak dasar lari sprint disekolah dasar masih banyak yang menggunakan teknik mengajar konvensional. Dimana pada saat melaksanakan proses model pembelajaran yang digunakan masih menitikberatkan pada peran guru sebagai pusat informasi, sehingga keterlibatan siswa kurang optimal, tidak diberikan kebebasan dalam mengeksplorasi dan mengekspresikan gerakanya, dan guru hanya memberikan pengulangan terhadap materi yang sesungguhnya (Budi dkk., 2021). Dalam pembelajaran lari sprint disini siswa hanya diinstruksikan untuk melaksanakan lari sprint sesuai dengan pembelajaran yang sesungguhnya. Akan tetapi, hal ini menimbulkan permasalahan-permasalahan pada saat melaksanakan proses pembelajaran. Sasaran pendidikan jasmani di sekolah dasar ialah guna membantu siswa menjadi lebih mahir dalam bergerak. Tujuannya ialah guna meningkatkan keterampilan gerak, pemahaman kognitif, dan sikap terhadap latihan fisik, serta membuatnya menyenangkan serta mengundang partisipasi.

Dalam satu kelas pada saat melaksanakan proses pembelajaran gerak dasar lari *sprint*, pelajaran yang kurang menarik serta menghibur dapat membuat siswa kehilangan minat dan antusiasme untuk belajar, yang pada gilirannya menyebabkan kinerja di kelas di bawah standar dan ketidakmampuan agar melaksanakan upaya-upaya yang diperlukan untuk menjamin keberhasilan, (Hanafiah dkk., 2021). Sasaran pendidikan jasmani di sekolah dasar ialah untuk membantu siswa menjadi lebih mahir dalam bergerak. (Anggraeni & Sutiarsih, 2018)

Sebagai sebuah metode untuk menerapkan pembelajaran, bermain sambil belajar membantu memastikan bahwa proses belajar berlangsung secara efektif dan sasaran pembelajaran dapat direalisasikan. Siswa di kelas olahraga sekolah tidak selalu termotivasi untuk belajar karena guru mereka tidak selalu menemukan cara-cara kreatif untuk menarik minat mereka (Mudzakir, 2020). Hal ini memastikan bahwa siswa akan terus tidak menyukai dan kesulitan dengan materi pelajaran, sehingga belajar menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan secara keseluruhan. Mengajarkan anak-anak permainan tradisional Indonesia ialah salah satu cara untuk bermain, (Syamsurrijal, 2020). Meskipun permainan tradisional mempunyai jenis, fungsi, dan manfaat yang berbeda-beda, namun semuanya mempunyai kesamaan yaitu menyenangkan serta bisa menjadi pendorong bagi anak-anak untuk terlibat dalam pendidikan jasmani (Arifin, 2017). Para pemilik olahraga tradisional memberikan pelajaran yang luar biasa melalui aktivitas tersebut. Selain itu, olahraga tradisional memberikan manfaat fisik seperti menjaga berat badan yang sehat dan manfaat mental seperti mempelajari pelajaran hidup yang berharga dari para pemilik permainan ini (Handoko, Dwi; Gumantan, 2021). Anak-anak dapat mengambil manfaat dari permainan tradisional dalam banyak hal, membantu tubuh menjadi bugar, bermain dengan orang lain, mempelajari pelajaran hidup yang penting, dan mengembangkan karakter penting seperti kejujuran, kerja sama, sportivitas, serta membantu orang lain (Ayu dkk., 2021).

Dengan demikian peneliti tertarik untuk menyandingkan permainan dengan pembelajaran pendidikan jasmani, peneliti akan menggunakan permainan tradisional

jala ikan dengan mengaitkan kepada pembelajaran lari *sprint*. Karena didalam permainan tradisional jala ikan memiliki karakteristik yang sama dengan pembelajaran gerak dasar lari *sprint* yaitu berlari.

Permainan jala ikan yakni permainan yang dimainkan secara beregu, Jala Ikan ialah salah satu permainan tradisional Indonesia. Minimal ada sepuluh anak yang memainkannya, dan biasanya, anak-anak akan menentukan ukuran lapangan untuk bermain. Ukuran lapangan harus proporsional dengan jumlah anak yang berpartisipasi. Ada dua tim dalam permainan ini (Ayu dkk., 2021). Setiap pemain atau kelompok dalam permainan ini mengambil salah satu dari dua peran utama, yakni sebagai penjala serta ikan. Ketika para pemain berperan sebagai ikan, mereka harus bekerja sama untuk menghindari jarring atau yang menjadi jala yang berusaha menangkap mereka. Penjala bertugas seperti jaring yang menangkap ikan di kolam, sedangkan ikan bertugas menghindari tangkapan kepungan dari penjala dengan cara berlari didalam lapangan. Bisa dibilang kegiatan menjala ikan ini adalah sebuah permainan kecil (Cendhani, 2018).

Bagi anak-anak yang cenderung cepat lelah atau bosan, permainan tradisional jala ikan dapat berfungsi sebagai sarana tidak langsung untuk melatih karakteristik fisik yang diperlukan untuk meningkatkan kecepatan lari. Guna mentransfer konten pembelajaran yang diberikan secara efektif, mendorong motivasi keterlibatan aktif peserta didik selama proses belajar mengajar akan meningkat. Dikarenakan anak-anak dapat berlarian dan bermain dengan bebas saat menjala ikan, kegiatan ini juga membantu mereka mengembangkan kemampuan motorik mereka. Selain itu, karena anak-anak dapat mengobrol dengan teman-temannya saat sedang bermain, hal ini membantu mereka mengembangkan kecerdasan sosial. Agar dapat menangkap lebih banyak ikan atau menambah jumlah jala, anak-anak yang berperan sebagai jala harus berkomunikasi membuat rencana terlebih dahulu (Widiyanti dkk., 2023)

Di dalam kelas, anak-anak biasanya senang berlari, berjalan, dan melompat-lompat. Keterampilan motorik kasar lebih penting dalam hal ini daripada dalam tugas-tugas

gerakan yang lebih mendasar, yang merupakan sesuatu yang tidak disadari oleh banyak orang. Dengan memainkan permainan tradisional jala ikan ini, anak-anak dapat membentuk kebutuhan tubuh yang mereka butuhkan untuk menjadi pelari yang lebih baik. Ketika anak-anak memainkan permainan yang mereka sukai, hal ini membantu tubuh mereka mengembangkan keterampilan yang akan mereka sukai, (Yosinta dkk., 2016). Ketika anak-anak memainkan permainan tradisional jala ikan dan mencoba menangkap satu sama lain, mudah untuk melihat perilaku ini. Anak-anak mungkin bukan pelari yang baik pada awalnya, tetapi mereka dengan cepat mempelajari olahraga ini melalui permainan kejar-kejaran. Jika guru ingin pelajaran berjalan lebih lancar dan murid-murid lebih mudah mengingat apa yang diajarkan, cobalah memasukkan permainan tradisional seperti jala ikan ke dalam pelajaran. Hal ini akan memberikan kesan kepada mereka bahwa mereka benar-benar bermain sambil belajar

Penelitian sebelumnya tentang penerapan permainan jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari sprint, terdapat penelitian yang relevan yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Widiyanti dkk., 2023) menemukan bahwa permainan tradisional jaring ikan (jala ikan) ialah yang terbaik untuk kegiatan belajar karena membantu anak-anak memperkuat kemampuan motorik kasar mereka, yang meliputi kelincahan, keseimbangan, dan perkembangan otot-otot kaki. Kemudian penelitian dari (Prabowo dkk., 2022) bahwasanya dengan melakukan beberapa penyesuaian pada permainan tradisional jala ikan, siswa kelas empat di sekolah dasar dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang keterampilan dasar sepak bola, dan studi yang dilaksanakan oleh (Ruswan dkk., 2020) anak-anak dalam kelompok tersebut mempunyai nilai rata-rata 5,85 sebelum bermain permainan menjala ikan, sehingga bisa dikatakan bahwa permainan ini dapat meningkatkan kemampuan gerakan fisik, kemudian setelah dilakukannya treatment Kemampuan gerak jasmani siswa naik perolehan skor menjadi rata-rata sebesar 12,183.

Penelitian ini bertujuan untuk efektivitas efektivitas penerapan permainan jala ikan dalam meningkatkan kemampuan siswa sekolah dasar pada pembelajaran lari sprint,

serta membandingkannya dengan metode pembelajaran konvensional. Melalui penerapan permainan jala ikan, diharapkan dapat mengatasi berbagai permasalahan yang teridentifikasi dalam hasil prasurvey, sekaligus memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas proses pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam penguasaan keterampilan lari sprint di tingkat dasar sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Dengan Merujuk pada penjelasan latar belakang sebelumnya, muncul hal yang menjadi permasalahan yang harus diselesaikan. Untuk itu cara mengetahui apakah pengaruh penerapan permainan tradisional jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari *Sprint*, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu :

- 1) Apakah terdapat pengaruh penerapan permainan tradisional jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari *Sprint* pada siswa kelas V sekolah dasar?
- 2) Seberapa besar pengaruh penerapan permainan tradisional jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari *Sprint* pada siswa kelas V sekolah dasar?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan jala ikan tradisional terhadap kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran lari sprint. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keberadaan pengaruh penerapan permainan jala ikan tradisional terhadap kemampuan pembelajaran lari sprint pada siswa kelas V sekolah dasar. Selain itu, penelitian ini juga fokus pada pengukuran besarnya pengaruh tersebut, sehingga dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai efektivitas metode pembelajaran berbasis permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lari sprint di lingkungan pendidikan dasar.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat teoritis dan praktis yang penting. Secara teoritis, penelitian ini dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan Jasmani, khususnya terkait dengan penerapan strategi pembelajaran berbasis

permainan untuk meningkatkan motivasi serta keterampilan siswa. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memberikan landasan teoritis mengenai efektivitas penggunaan permainan dalam pembelajaran olahraga, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji metode kreatif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga.

Secara praktis, manfaat penelitian ini dapat dirasakan oleh berbagai pihak. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat membantu dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih inovatif, menarik, dan efektif. Guru dapat mengadaptasi permainan "Jala Ikan" sebagai variasi dalam pembelajaran lari sprint, sehingga dapat menciptakan suasana belajar yang lebih dinamis dan menghindari kejenuhan siswa. Bagi siswa, penerapan permainan "Jala Ikan" diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan menarik, sehingga siswa lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran, memahami konsep lari sprint dengan lebih baik, serta mengembangkan keterampilan motorik mereka secara optimal.

Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan kurikulum pendidikan yang lebih dinamis dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Melalui pendekatan pembelajaran berbasis permainan, sekolah dapat meningkatkan kualitas program olahraga dan membentuk budaya olahraga yang lebih positif di lingkungan sekolah. Sementara itu, bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk pengembangan penelitian serupa di bidang pendidikan jasmani, khususnya yang berkaitan dengan penerapan permainan sebagai metode pembelajaran. Secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas pembelajaran lari sprint melalui pendekatan permainan, serta membantu siswa berkembang secara optimal dalam aspek fisik maupun mental.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berfokus pada pengaruh penerapan permainan jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari sprint pada siswa kelas V di SDN Sekarwangi,

Kecamatan Soreang, Kabupaten Bandung. Variabel yang dikaji meliputi penerapan permainan jala ikan sebagai variabel independen (bebas) dan kemampuan pembelajaran lari sprint sebagai variabel dependen (terikat). Penelitian ini tidak membahas faktor-faktor eksternal lain seperti kondisi fisik siswa di luar jam pelajaran atau dukungan dari lingkungan keluarga. Ruang lingkup wilayah penelitian mencakup satu kelas V yang berjumlah 30 siswa sebagai subjek penelitian. Penelitian ini dilaksanakan selama dua bulan, dimulai pada bulan januari sampai februari 2025. Seluruh siswa diberikan perlakuan berupa pembelajaran lari sprint dengan menggunakan permainan jala ikan, dan hasilnya dianalisis melalui perbandingan antara nilai pre-test dan post-test.