

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan adalah suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan sangat penting dan harus dilaksanakan sebaik mungkin. Pendidikan merupakan wahana yang menentukan masa depan bangsa. Seperti halnya Suherman (2011, hlm. 1) yang menyatakan bahwa “Pendidikan merupakan wahana utama dalam pembangunan mutu sumber daya manusia yang pada gilirannya akan menentukan masa depan bangsa”.

Pendidikan Jasmani merupakan mata pelajaran yang berperan penting dalam pengembangan pendidikan di Indonesia, karena pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dalam proses pendidikan secara keseluruhan. Seperti halnya Mulyanto (2014, hlm.25) mengemukakan “Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan”.

Tujuan umum Pendidikan Jasmani selaras dengan tujuan umum pendidikan. Menurut Depdiknas (dalam Suherman, 2011, hlm. 7) ‘Mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah dasar berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dasar yang mendukung pada sikap dan perilaku hidup sehat serta kebugaran jasmani yang disesuaikan dengan kebutuhan lingkungan’.

Sedangkan Lutan (dalam Suherman 2011, hlm. 8) mengemukakan bahwa ‘Tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah dasar adalah untuk membantu anak didik agar meningkatkan kemampuan gerak di samping merasa senang dan berpartisipasi dalam beraktivitas’. Selaras dengan itu Mulyanto (2014, hlm. 25) mengemukakan bahwa “Secara sederhana pendidikan jasmani itu tidak lain adalah proses belajar untuk bergerak, belajar melalui gerak untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Lebih lengkap lagi tujuan Pendidikan Jasmani dalam kurikulum sekolah dasar (dalam Suherman 2011, hlm. 8) adalah :

Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani, mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai

aktivitas jasmani, mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaraan jasmani dan pola hidup sehat, mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani membantu proses siswa menuju kearah kedewasaan, selain itu, dalam prosesnya juga menanamkan dan mengembangkan nilai-nilai positif bagi pertumbuhan fisik, mental, sosial dan emosional. Oleh karena itu untuk mengelola pembelajaran Pendidikan Jasmani yang baik, guru Pendidikan Jasmani harus memahami konsep dan makna tujuan pendidikan jasmani khususnya di sekolah dasar. Dengan demikian proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya mengarah kepada kemampuan dan keterampilan fisik saja melainkan memenuhi kebutuhan siswa sekolah dasar yang bersifat rekreatif.

Begitu pentingnya peranan pendidikan jasmani ini harus didukung dengan sebaik mungkin. Sekolah sebagai lembaga formal, hendaknya mampu menyelenggarakan pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga ini dengan memperhatikan tingkat perkembangan kemampuan peserta didik. Hal tersebut dimaksudkan agar tujuan Pendidikan Jasmani dan Olahraga di sekolah dasar dapat tercapai seutuhnya.

Pada dasarnya Pendidikan Jasmani di sekolah dasar (SD) menuntut agar siswa bisa mengembangkan gerak dasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar yang semuanya terangkum dalam pembelajaran atletik. Muhtar (2011, hlm. 1) mengemukakan “Pada hakekatnya setiap ketangkasan yang dipertunjukkan dalam olahraga atletik seperti lari, lempar dan lompat adalah bagian dari gerak atau perbuatan dasar manusia yang terjadi semenjak manusia itu ada”. Adapun (Sidik dan Komarudin, 2008, hlm. iii) mengungkapkan “Kemampuan atletik merupakan gerakan dasar dari setiap aktivitas olahraga pada umumnya yang penting untuk dikuasai.

Salah satu cabang atletik ini adalah lari jarak pendek (*sprint*). Lari Jarak Pendek (*sprint*) adalah semua peserta perlombaan berlari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh. (Warsidi, 2010), Sejalan dengan hal tersebut, Simon dan Saputra (2007, hlm. 71), menyatakan bahwa “Lari jarak pendek (*sprint*) adalah suatu kemampuan seseorang dalam memindahkan posisi

tubuhnya dari satu tempat ke tempat lainya secara cepat melebihi gerak dasar pada keterampilan lari santai (*jogging*)”.

Dalam pelaksanaan pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek di SD berdasarkan hasil observasi dan wawancara langsung, masih banyak terdapat kekurangan. Seperti yang terjadi pada hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri Citraresmi, hasil belajar siswa mengenai gerak dasar lari jarak pendek 40 meter ternyata belum sesuai dengan yang diharapkan, nilai siswa masih di bawah nilai rata-rata KKM 70 yang telah ditentukan guru.

Kekurangan tersebut disebabkan oleh beberapa factor yang mempengaruhi, yaitu kurangnya kreatifitas guru untuk memunculkan pembelajaran yang menarik, misalnya menciptakan alat atau media pembelajaran yang dapat membantu siswa dalam proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran terlihat monoton dan kurang menarik minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Ditambah dengan kurangnya sarana prasarana fasilitas yang tersedia untuk mendukung kegiatan pembelajaran, seperti luas lapangan yang terbatas yang terdapat lapangan voli. Sehingga proses pembelajaran kurang maksimal dan gerak siswa ketika pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung menjadi kurang karena lapangan yang terbatas.

Akibatnya ketika dilaksanakan tes banyak siswa yang tidak bisa memenuhi aspek yang dinilai, diantaranya gerakan langkah kaki, gerakan ayunan tangan, dan posisi tubuh. Kesalahan gerakan langkah kaki terletak pada tumpuan kaki ketika berlari tumpuannya tidak selalu pada ujung kaki kebanyakan siswa hanya melakukan tes dengan berlari secepat mungkin dan tidak memperhatikan aspek lain yang menjadi penilaian. Kesalahan dalam gerakan ayunan tangan koordinasi antara tangan dengan gerakan kaki, sehingga ketika saat berlari tidak maksimal. Kesalahan dalam gerakan posisi tubuh yaitu banyak siswa pada saat berlari posisi tubuhnya tidak condong ke depan dan pandangan tidak lurus ke depan lintasan. Padahal terdapat empat skor penilaian untuk siswa mencapainya dari tiga aspek yang dinilai.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 1.1 :

**Tabel 1.1**  
**Data Awal Siswa**

No	Nama	L/P	Aspek Yang Dinilai												Skor	Nilai	Ket.	
			Gerakan Langkah Kaki				Gerakan Ayunan Tangan				Posisi Tubuh						T	TT
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Eka Ramadhan	L			√				√				√		9	75	√	
2	Fertiyanti Arga	P	√				√						√		4	33		√
3	Dika Apriadi	L		√				√					√		6	50		√
4	Aditya Ramadhan	L		√				√					√		6	50		√
5	Ahmad Ubaidillah	L		√				√					√		6	50		√
6	Alya Zulfana R.	P	√					√					√		4	33		√
7	Anisa Maulidin	P		√				√					√		5	42		√
8	Deden Ruspendi	L		√				√					√		5	42		√
9	Erika Ayu Devina	P		√				√					√		5	42		√
10	Fatmaghita S.	P	√					√					√		4	33		√
11	Fitri Puspitasari	P	√					√					√		3	25		√
12	Fitri Sawitri	P	√					√					√		4	33		√
13	Gesta Alfarizki	L			√				√				√		9	75	√	
14	Ina Maulinda	P	√					√					√		3	25		√
15	Intan Komala	P		√				√					√		5	42		√
16	Muhamad Farizal	L			√				√				√		9	75	√	
17	Muhammad Raihan	L			√				√				√		8	67		√
18	Nabila Wulandari S.	P			√				√				√		7	58		√
19	Nandang Kurniawan	L		√					√				√		6	50		√
20	Rita	P	√					√					√		3	25		√
21	R. Adam Surya Aidil	L			√				√				√		9	75	√	
22	Reqi Ervina	L		√					√				√		8	67		√
23	Sandy Darmawan	L	√						√				√		4	33		√
24	Sely Erdiyanti	P		√					√				√		5	42		√
25	Siti Fauziah R.	P	√						√				√		3	25		√
26	Sintia Fadilah	P	√						√				√		4	33		√
27	Siti Meliyani	P		√					√				√		4	33		√
28	Tevi Feronika	L		√					√				√		6	50		√
29	Suci Nurani	P	√						√				√		3	25		√
30	Neng Silvy Nur R.	P	√						√				√		3	25		√
31	Mareta Elyah Revani	P		√					√				√		5	42		√
Jumlah		31	12	13	6		11	15	5		15	10	6		165	1375	4	27
Persentase %			44,35%														13 %	87 %
Rata-rata			44,35															

Dari data di atas, terdapat 4 siswa atau 13% siswa yang tuntas, dan sisanya 27 siswa atau 87% siswa dinyatakan tidak tuntas. Dengan demikian berdasarkan data awal siswa kelas IV SDN Citraresmi dapat disimpulkan bahwa pada kemampuan gerak dasar lari jarak pendek hasil belajar siswa masih rendah.

Berangkat dari permasalahan di atas, maka dipandang perlu untuk melakukan sebuah variasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu penggunaan media pembelajaran agar proses pembelajar lebih menarik dan menyenangkan bagi siswa. Media pembelajaran disini merupakan cara atau sarana guru dalam menyampaikan materi ajarnya dengan menciptakan suasana yang berbeda. Selain itu kelebihan pembelajaran menggunakan media juga agar siswa merasa senang, sehingga timbul rasa semangat untuk mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya atletik.

Penggunaan media diharapkan dapat menjadikan sebuah solusi dari permasalahan yang dihadapi, walaupun sarana dan fasilitas kurang tidak menutup kemungkinan untuk siswa belajar secara maksimal. Dengan memanfaatkan barang-barang bekas yang tersedia disekitar lingkungan, seperti ban bekas. Media ban merupakan salah satu media yang dapat membuat siswa tertarik dalam pembelajaran, karena ban disini digunakan untuk media latihan siswa yang baru dalam meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek.

Berdasarkan latar belakang masalah peneliti memfokuskan masalah mengenai perencanaan pembelajaran, kinerja guru ketika proses pembelajaran, aktivitas siswa dalam proses pembelajaran, dan hasil belajar siswa. Dengan menggunakan media ban pada lari jarak pendek untuk meningkatkan gerak dasar lari.

## **B. Rumusan dan Pemechan Masalah**

### **1. Perumusan Masalah**

Deskripsi rumusan masalah akan peneliti tuangkan ke dalam pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai berikut :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek dengan menggunakan media ban?

- b. Bagaimana pelaksanaan kinerja guru dalam pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek dengan menggunakan media ban?
- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek dengan menggunakan media ban?
- d. Bagaimana penggunaan media ban terhadap peningkatan hasil belajar gerak dasar lari jarak pendek?

## 2. Pemecahan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul pada PTK ini, maka peneliti mengajukan pemecahan masalah dengan menerapkan pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek melalui penggunaan media ban. Langkah-langkahnya dapat dilakukan sesuai dengan 4 pertanyaan rumusan masalah di atas sebagai berikut:

### 1) Tahap Perencanaan (Kinerja Guru)

- a) Guru menjelaskan kepada siswa mengenai indikator, tujuan, pokok-pokok kegiatan dan hasil belajar yang diharapkan yang tertuang pada Rencana Pelaksanaan Pembelajarannya (RPP) tentang gerak dasar lari jarak pendek melalui penggunaan media ban pada siswa kelas IV SDN Citraresmi.
- b) Guru mempersiapkan media ban dalam praktik lari jarak pendek sebagai tindakan utama alat bantu siswa.

### 2) Tahap Pelaksanaan (Kinerja Guru)

Guru mendemonstrasikan kepada siswa dalam praktik gerak dasar lari jarak pendek melalui penggunaan media ban dengan tidak langsung mengajarkan teknik dasar lari jarak pendek, melainkan harus secara berurutan sesuai dengan pengelompokkan elemen gerak menuju pelaksanaan praktik gerak dasar lari jarak pendek mulai dari gerakan langkah kaki, gerakan ayunan tangan, posisi tubuh. Serta memberikan motivasi kepada siswa agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek. Alur pembelajaran harus sistematis sesuai alur KBM yaitu apresepsi (pra pembelajaran), eksplorasi, elaborasi dan konfirmasi serta evaluasi di akhir pembelajaran.

### 3) Tahap Aktivitas Siswa

Pada tahapan ini siswa melakukan gerak dasar lari jarak pendek sesuai dengan perencanaan yang sudah disusun oleh guru. Siswa tidak langsung melakukan lari jarak pendek, melainkan terlebih dahulu melakukan aktivitas

gerakan langkah kaki. Pada saat melakukan gerakan lari jarak pendek, siswa dibantu dengan media ban untuk kelancaran proses pembelajaran. Pada sela-sela pembelajaran, siswa melakukan aktivitas permainan agar menciptakan suasana yang menyenangkan serta dapat membiasakan diri bersikap disiplin, semangat dan bekerjasama.

#### 4) Tahap Peningkatan Hasil Belajar

Pada tahapan ini guru menganalisis hasil belajar melalui test. Dengan test tersebut, dapat dilihat peningkatan hasil belajar gerak dasar lari jarak pendek siswa melalui penggunaan media ban. Apabila siswa tersebut telah mampu melakukan gerak dasar lari jarak pendek dengan baik, maka hal tersebut merupakan sebuah peningkatan kemampuan dalam suatu pembelajaran lari.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek siswa. Secara rinci dapat ditulis sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran yang dilakukan melalui penggunaan media Ban mampu meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas IV SDN Citraresmi, Kecamatan Sumedang Selatan, Kabupaten Sumedang.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan melalui penggunaan media Ban mampu meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas IV SDN Citraresmi, Kecamatan Sumedang Selatan, Kabupaten Sumedang.
3. Untuk mengetahui hasil pembelajaran yang dilakukan melalui penggunaan media Ban mampu meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas IV SDN Citraresmi, Kecamatan Sumedang Selatan, Kabupaten Sumedang.
4. Memperoleh gambaran tentang peningkatan hasil pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek melalui penggunaan media Ban pada siswa kelas IV SDN Citraresmi, Kecamatan Sumedang Selatan, Kabupaten Sumedang.

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

Penulis merasa yakin bahwa masalah di atas penting untuk diteliti terutama ditinjau dari segi kegunaannya, yang akan berpengaruh terhadap peningkatan gerak dasar lari gawang. Maka manfaat penelitian yang dapat di ambil adalah sebagai berikut :

##### **1. Ditinjau dari segi teori**

Dapat memperkaya penelitian dalam bidang olahraga umumnya dan atletik: lari jarak pendek. Dapat memperoleh pengetahuan, pemahaman dalam ilmu keolahragaan dan pengalaman dalam menyusun karya ilmiah.

##### **2. Ditinjau dari segi praktik**

Memberikan informasi kepada pihak-pihak terkait dalam upaya meningkatkan gerak dasar lari jarak pendek melalui media ban. Bagi siswa dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa tidak lagi mengalami kesulitan dalam melakukan lari jarak pendek. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa dapat memiliki kemampuan gerak dasar yang baik, siswa bisa lebih termotivasi dalam melaksanakan pembelajaran, diharapkan rasa percaya diri siswa dapat meningkat dalam melaksanakan pembelajaran lari jarak pendek saat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani.

Bagi guru dengan adanya penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani lebih kreatif dalam penggunaan media pembelajaran untuk berjalannya proses kegiatan belajar mengajar. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani bisa lebih memahami akan pentingnya penggunaan media pada pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada pembelajaran lari jarak pendek.

##### **3. Ditinjau dari segi kebijakan**

Dapat dijadikan sebagai tolak ukur dalam peningkatan hasil belajar siswa, khususnya dalam pembelajaran lari jarak pendek. Dapat dijadikan bahan evaluasi tentang keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar .Dapat memperoleh data dan informasi yang transparan tentang permasalahan-permasalahan di dalam proses kegiatan belajar mengajar pada siswa kelas IV (empat) dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Dapat memberikan

pengetahuan baru tentang karakteristik-karakteristik siswa kelas IV (empat) dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani.

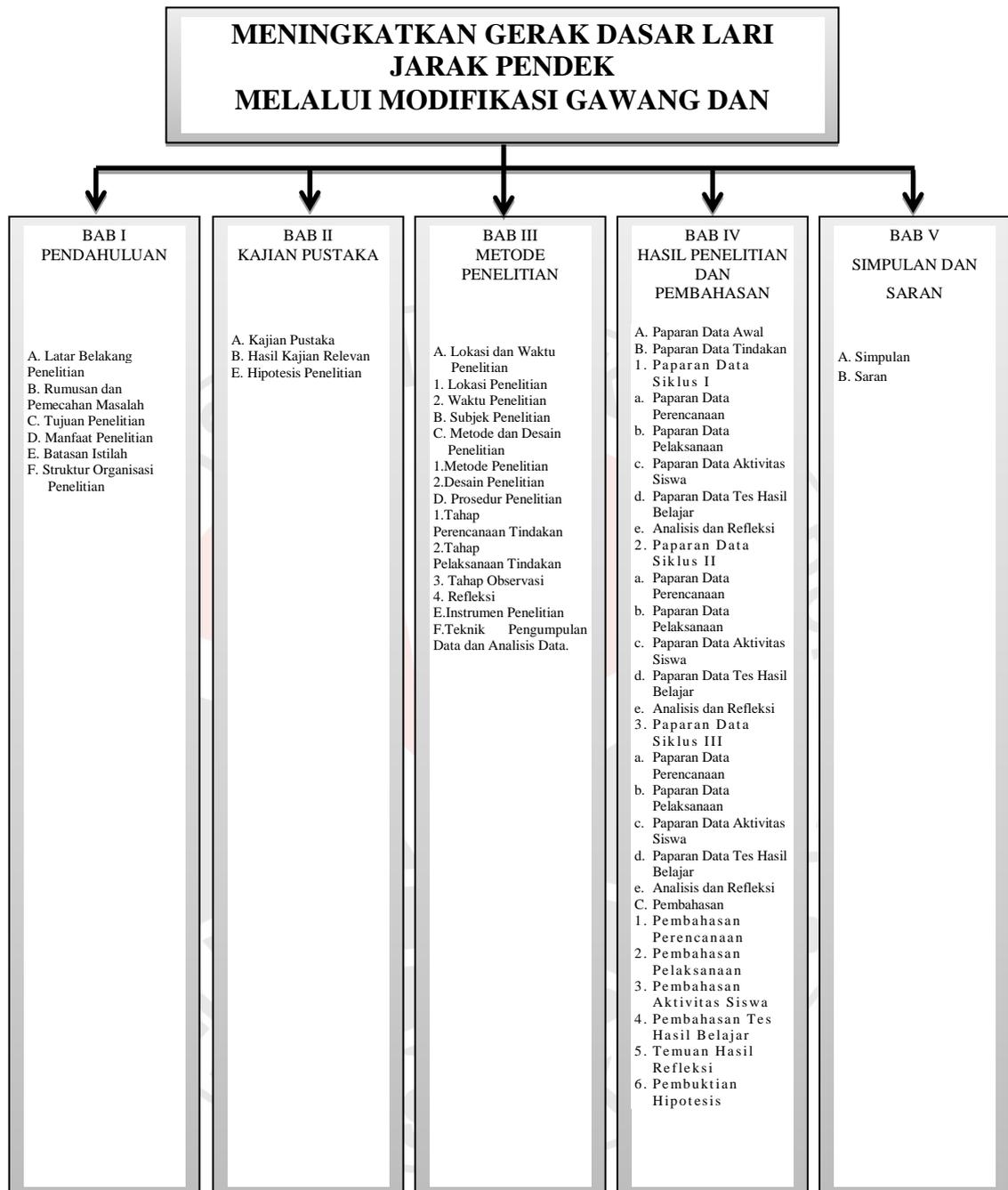
#### 4. Ditinjau dari segi isu serta aksi sosial

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk dapat memberikan suntikan motivasi untuk menciptakan tenaga pengajar yang berkualitas di masa yang akan datang. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber atau referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya.

### **E. Batasan Istilah**

1. Gerak dasar manusia terdiri atas tiga macam yaitu gerak dasar lokomotor atau gerakan yang dilakukan mengakibatkan seseorang berpindah tempat. Gerak dasar non lokomotor yang artinya seseorang bergerak dengan tidak berpindah tempat dan yang terakhir adalah gerak dasar manipulatif artinya gerakan yang dilakukan dengan memainkan benda. Mulyanto (2014, hlm. 28)
2. Atletik merupakan berasal dari bahasa Yunani yaitu athlon atau athlum yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, atau perjuangan sedangkan orang yang melakukannya disebut athleta. Muhtar (2011, hlm. 1).
3. Lari Jarak Pendek (*sprint*) adalah semua peserta perlombaan berlari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh. Warsidi, (2010, hlm. 65).
4. Media Pembelajaran adalah penyalur atau penghubung pesan ajar yang diadakan dan atau diciptakan secara terencana oleh para guru atau pendidik Munadi (2013, hlm. 5)
5. Ban adalah piranti dari karet yang menutupi velg.

## F. Struktur Organisasi Skripsi





## DAFTAR PUSTAKA

- Muhtar, Tatang. 2011. *Atletik*. Bandung: CV. Warli Artika.
- Mulyanto, Respaty. 2014. *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung.
- Rohani Ahmad. 1997. *Media Intruksional Edukatif*. Jakarta: PT Rineka Cipata
- Sadiman, S, Arief. 2006. *Media Pendidikan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada..
- Suherman, Ayi. 2011. *Kurikulum Pembelajaran*. Bandung.
- Warsidi, Edi. 2012. *Mengenal Gerak Dasar Jalan, Lari, dan Lompat Dalam Permainan Sederhana*. Quadra.