

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani dikemas dalam pengalaman belajar atau tugas-tugas gerak, ada beberapa aspek tujuan pendidikan jasmani, yaitu aspek psikomotor, kognitif, dan afektif psikomotor mencakup tentang kemampuan gerak seorang siswa, kognitif didalamnya tentang pengetahuan siswa dan kemampuan siswa dalam memecahkan masalah sedangkan afektif lebih kepada sikap siswa, bagaimana cara siswa bersosialisasi, dan konsep diri siswa tersebut. Biasanya ke 3 aspek ini muncul saat kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di tuangkan dalam sebuah model permainan yang mencakup psikomotor, kognitif, dan afektif. Maka jelas pembelajaran pendidikan jasmani sangat berkontribusi penting dalam pencapaian tujuan pendidikan, karena pendidikan jasmani mencakup aspek yang menyeluruh. Disini peran guru merupakan hal yang penting dalam membangun perkembangan dan pertumbuhan siswa, guru harus mempunyai kemampuan dalam mengembangkan keterampilan motorik anak. Guru yang cerdas akan memberikan pembelajaran pendidikan jasmani yang didalamnya mencakup aspek-aspek penting tentang bagaimana anak memelihara kebugaran jasmaninya, mengembangkan pemahaman tentang prinsip-prinsip dan aneka pengalaman gerak dan membantu anak dalam memperoleh standar sosial tentang bagaimana anak itu berinteraksi dengan temannya dan memperoleh konsep diri. Untuk itu guru harus memberikan pembelajaran yang dapat menarik partisipasi siswa agar siswa dapat melakukan kegiatan fisik yang menyenangkan agar pembelajaran penjas dapat diterima dan dipahami nilai-nilainya oleh siswa.

Hal ini dikuatkan dengan sebuah pendapat Pangrazi dan Dauer (dalam Mikdar, 2006, hlm. 6) mengemukakan tujuan pendidikan jasmani adalah:

1. Mengembangkan kompetensi keterampilan motorik anak
2. Dapat mengembangkan dan memelihara kebugaran dan kesehatan yang seimbangan sebagai kebutuhan pribadi, dan juga dapat mengembangkan pemahaman tentang prinsip-prinsip dan aneka pengalaman gerak
3. Anak dapat mengembangkan pemahaman tentang prinsip-prinsip dan aneka pengalaman gerak

4. Dapat membantu anak dalam memperoleh standar sosial dan konsep etika (konsep diri)
5. Diwaktu senggang anak dapat berpartisipasi dalam kegiatan fisik yang menyenangkan.

Pembelajaran merupakan perubahan tingkah laku yang didapatkan seseorang melalui pengalaman yang diperolehnya. Hal tersebut sejalan dengan tujuan pendidikan jasmani yaitu didaptkannya perubahan tingkah laku peserta didik melalui pengalaman gerak. Sementara itu pendidikan jasmani merupakan suatu pembelajaran yang mempunyai peranan penting di sekolah karena dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan peserta didik, selain itu peserta didik akan terbentuk sifat sosial, emosional dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya pembelajaran pendidikan jasmani maka akan terlihat karakter siswa masing-masing, ungkapan yang kreatif, inovatif dan terampil akan terlihat saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Pada dasarnya pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani juga mencakup tentang nilai-nilai disiplin, kerja sama, sportivitas, dan tenggang rasa. Untuk itu tujuan pendidikan jasmani selaras terhadap tujuan pendidikan karena didalamnya terdapat aspek perubahan perilaku yang melekat pada perilaku siswa. Siswa dapat mengembangkan kekuatan fisik, mengembangkan gerak, membantu kemampuan berfikir dan juga membantu siswa memahami personal, kelompok ataupun anggota masyarakat lainnya hal ini pun selaras dengan yang dikemukakan oleh Bucher (dalam Mikdar, 2006, hlm. 5) yang mengemukakan bahwa tujuan pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

1. *Physical development objective*, yaitu berkaitan dengan program kegiatan yang membangun kekuatan fisik individu melalui pengembangan berbagai system organ tubuh
2. *Motor development objective*, yaitu berkaitan dengan pengembangan gerak
3. *Mental development objective*, yaitu berkaitan dengan akumulasi pengetahuan dan berfikir untuk menginterpretasi pengetahuan tersebut
4. *Sosial developmont objek objective*, yaitu yang berkaitan dengan membantu individu dalam memahami personal, kelompok, dan anggota masyarakat lainnya.

Dengan kedudukan pendidikan jasmani didalam pendidikan Indonesia maka sebagai guru khususnya guru pendidikan jasmani ada beberapa bagian dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jasmani 2004 (dalam Suherman,

2011, hlm. 83) “adalah permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas uji diri, aktivitas ritmik, pendidikan luar kelas, aktivitas aquatik, dan pendidikan kesehatan”.

Atletik merupakan cabang olahraga tertua dan merupakan induk dari cabang olahraga karena semua gerak dasar cabang olahraga berasal dari atletik. Atletik berasal dari bahasa Yunani dari kata *Athlon* atau *athlum* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan atau perjuangan sedangkan orang yang melakukannya disebut *athleta*. Dari pengertian bahasa itulah maka kita dapat mendefinisikan atletik sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan, yang meliputi atas nomor lari, lompat dan lempar (Muhtar, 2011, hlm.1). Sebenarnya manusia telah melakukan olahraga atletik dalam kegiatan sehari-harinya seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar.

Lari merupakan salah satu nomor yang terdapat dalam cabang olahraga atletik. Lari merupakan “lompatan yang berturut-turut” (Muhtar, 2011, hlm. 12). Dalam kehidupan sehari-hari kita juga tak jarang melakukan lari. Lari juga merupakan salah satu cabang yang diperlombakan dalam olahraga Atletik. Lari dibagi menjadi 3 bagian besar, yaitu lari jarak pendek (*sprint*), lari jarak menengah dan lari jarak jauh (Muhtar, 2011, hlm.11).

Nomor Lari jarak pendek adalah salah satu nomor dalam cabang atletik yang terdiri dari jarak 60 meter sampai dengan 400 meter ditambah dengan nomor lari gawang. Tetapi yang paling dibutuhkan dalam setiap nomor lari adalah kecepatan (*speed*) sesuai dengan pengertian bahwa *sprint* yang berarti dari tolakan secepat-cepatnya. Komarudin mengungkapkan (2009.Hlm. 1) “kecepatan pada kontraksi otot tergantung pada komposisi otot. Proporsi dari serabut otot cepat (*fast twitch fiber/FT*) sangat erat kaitannya dengan gerakan kecepatan maksimal (*maximum speed of movement*). Pelari sprint yang baik secara memiliki presentase yang lebih tinggi pada serabut otot cepat (FT) dari pada pelari jarak jauh, yang lebih banyak proporsinya pada serabut otot lambat (*slow twitch fiber/ST*)”.

Teknik berlari dapat dipaparkan atau disajikan kepada anak sekolah dasar dengan cara yang mudah dan dapat dipahami oleh anak walaupun dari segi aturan

sesungguhnya cukup sulit tapi seorang pengajar atau guru harus bisa menyajikannya dengan lebih mudah dengan cara memodifikasi aturan-aturannya. Maka diterapkan latihan yang bervariasi dan latihan difokuskan pada aspek-aspek khusus.

Tujuan pembelaran lari jarak pendek menurut Komarudin (2009, hlm. 3):

- Meningkatkan kemampuan reaksi (menggunakan berbagai signal start dan posisi-start, seperti posisi berbaring, duduk, berdiri)
- Meningkatkan frekuensi langkah (dengan gerakan lutut-tinggi dan memperpendek pendulum/bandul kaki bebas)
- Menambah panjang langkah (dengan melatih gerak pelurusan penuh kaki topang)
- Latihan-latihan tambahan dan latihan terfokus pada:
 - Gerakan kaki mencakar (pawing-action)
 - Pelurusan badan penuh
 - Gerakan lengan yang kuat namun relaks
- Suatu variasi permainan yang luas berkenaan dengan lari dan lari gawang.

Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan pendidikan jasmani, oleh sebab itu permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani (dalam Sukintaka, 1992, hlm.11). Jika anak diberikan permainan yang tujuannya dalam rangka pendidikan jasmani maka anak akan mengikuti permainan itu dengan rasa senang, berbeda jika anak diberikan pembelajaran yang berbentuk formal maka anak akan merasa bosan dan keikutsertaan anakpun kurang.

Pelaksanaan secara umum pada pembelajaran lari jarak pendek cabang olahraga atletik ini di lakukan secara bertahap dimana dimulai dari awalan yaitu start dengan posisi badan jongkok dengan sikap awalan kaki kiri di depan sebagai tumpuan dan kaki kanan di belakan sebagai tolakan. Selanjutnya pada tahap berlari posisi sikap tubuh agak membungkuk dengan di barengi ayunan tangan di atas pinggang dengan kecepatan kaki saat berlari yg dimiliki kemampuan siswa tersebut dan pada tahap akhir posisi badan dada di condongkan kedepan pada saat melawti garis finis.

Pada pembelajaran lari jarak pendek ini merupakan salahsatu cabang olahraga yang harus bisa dikuasai oleh siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas V SDN KASTURI 2 Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka.Pada awal

semester Tahun Ajaran 2013/2014 guru pendidikan jasmani di SDN KASTURI 2 menetapkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70.

Pengambilan sampel penelitian pada siswa putra kelas V SDN KASTURI 2 yaitu: karena lari jarak pendek sesuai dengan program pengajaran studi Pendidikan Jasmani termasuk mata pelajaran wajib yang harus diajarkan pada siswa kelas V. Sehingga dengan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana evaluasi siswa setelah diberikan pelajaran teknik dasar lari jarak pendek. Dengan demikian hasil penelitian ini sekaligus akan dapat dijadikan sarana pemandu bakat bagi siswa yang memiliki bakat, minat dan kemampuan dalam atletik khususnya mengenai lari jarak pendek. Sehingga dengan penelitian ini dapat dijadikan sarana untuk menyeleksi dan memilih atlet untuk pembentukan tim atlet SDN KASTURI 2. Selama ini belum pernah ada penelitian, baik pada siswa sebagai sampel penelitian maupun guru-guru sebagai peneliti, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh penulis di lapangan pada tanggal 24 Desember 2014 terhadap salah satu gerak dasar lari sprint melalui testerhadap siswa kelas V siswa SDN Kasturi Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka yang berjumlah 20 orang siswa yang mampu melakukan gerak lari *sprint* dengan kaki bagian dalam dengan status baik hanya 6 siswa atau sekitar 21%, selebihnyayaitu 14 siswa atau sekitar 79% belum mampu melakukan gerak dasar lari *sprint* dengan status baik. Sehingga belum mampu mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu 70. Dari data tersebut menjadi alasan pemilihan subjek penelitian dimana masih jauh dari target keberhasilan proses pembelajaran yaitu 80% dari jumlah siswa. Adapun permasalahan yang ditemukan di lapangan diantaranya:

1. siswa kurang memahami gerak dasar start pada lari jarak pendek,
2. siswa masih salah dalam melakukan pembelajaran lari jarak pendek,
3. siswa masih belum memahami dalam gerakan akhir atau *finish*,
4. guru tidak mengemas pembelajaran dalam sebuah permainan sehingga siswa cepat bosan.

Dengan demikian keterampilan gerak dasar lari jarak pendek merupakan suatu masalah yang terjadi di SDN Kasturi 2 Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka harus dicari pemecahannya. Berikut hasil data awal tes kemampuan pembelajaran lari jarak pendek (*sprint*) dapat dilihat pada tabel siswa kelas V SDN Kasturi II.

Berdasarkan hasil pengamatan, terdapat beberapa hal lain yang juga menjadi penyebab ketidakberhasilan pembelajaran penjas di kelas V SDN Kasturi I tersebut. Penyebabnya antara lain adalah sebagai berikut.

1. Kinerja Guru

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap kinerja guru sepanjang pembelajaran, ditemukan beberapa kelemahan guru dalam melaksanakan pembelajaran. Kelemahan tersebut antara lain adalah:

- a. guru tidak menjelaskan tujuan pembelajaran kepada siswa di awal pembelajaran, sehingga siswa tidak memiliki arah yang jelas untuk mencapai tujuan tertentu dalam belajar;
- b. guru tidak membimbing siswa secara intensif baik kepada kelompok maupun individu siswa dalam melakukan pembelajaran lari *sprint*;
- c. guru tidak berusaha menciptakan pembelajaran yang menarik bagi siswa, sehingga siswa tampak merasa bosan mengikuti pembelajaran.

2. Aktivitas Siswa

Berdasarkan pengamatan terhadap aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung, diperoleh gambaran bahwa aktivitas siswa kelas V SDN Kasturi I dalam pembelajaran penjas sangat kurang. Hal ini dapat dilihat dari beberapa aspek perilaku yang diamati, yaitu disiplin, kerjasama, dan semangat. Pada umumnya siswa belum menunjukkan sikap/perilaku yang diharapkan. Bahkan sebagian besar siswa terkesan enggan melakukan latihan lari *sprint* yang diajarkan oleh guru. Berdasarkan hasil wawancara, mereka mengaku bosan dalam kegiatan belajar dan tidak tertarik mengikuti pembelajaran tersebut.

3. Sarana dan Prasarana

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap sarana dan prasarana di SDN Kasturi I yang berhubungan dengan mata pelajaran PJOK, ditemukan kekurangan dalam masalah sarana dan prasarana yang dapat menyebabkan

kurang berhasilnya pembelajaran PJOK mencapai tujuan-tujuan pembelajaran yang diharapkan. Permasalahan yang menyangkut sarana dan prasarana sekolah antara lain adalah sebagai berikut.

- a. Sekolah tidak memiliki lapangan yang cukup luas untuk siswa berolahraga, khususnya untuk melakukan latihan lari *sprint* yang memang membutuhkan lapangan yang luas. Guru penjas harus membawa siswa ke lapangan sepakbola terdekat.
- b. Sekolah tidak memiliki sarana yang memadai untuk mata pelajaran penjas, khususnya lapangan, sehingga guru harus merancang pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi lapangan yang ada dilingkungan sekolah tersebut.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ketidakberhasilan pembelajaran penjas di kelas V SDN Kasturi I diakibatkan oleh beberapa faktor penyebab di atas pada umumnya siswa kelas V SDN Kasturi I belum menunjukkan kemampuan-kemampuan yang diharapkan. Untuk lebih jelasnya, data hasil observasi dan tes dapat dilihat pada tabel-tabel berikut ini :

Tabel 1.1
Data Awal Hasil Tes
Kemampuan Melakukan Gerakan Lari Sprint
Di Kelas V SDN Kasturi I

No	Nama	L/ P	Aspek Yang Dinilai									sko	Nilai	Ket.	
			Start			Berlari			Finish					T	BT
			1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1	Annisa	L		√			√			√		6	66		√
2	Anisa	P	√			√			√			3	33		√
3	Anggi	L					√				√	9	100	√	
4	Amelia	L		√			√			√		5	55		√
5	Bimas	L			√			√			√	9	100	√	
6	Diran Aldi	L			√		√				√	8	88	√	
7	Diki	P		√		√			√			4	44		√
8	Debi	L			√		√					9	100	√	
9	Fikri	P	√			√			√			3	33		√
10	Puji	L			√			√			√	9	100	√	
11	Hildan	L		√			√			√		6	66		√
12	Irdan	P		√		√			√			4	44		√
13	Khoerunis	L		√			√			√		5	55		√
14	Lala siti	P		√			√			√		6	66		√
15	Lia nuralia	P	√			√			√			3	33		√
16	Muh. Riski	P		√		√			√			4	44		√
17	Muh. Rizal	L		√		√			√			4	44		√
18	Muh. Rafli	L			√			√			√	9	100	√	

19	Muh.	L			√		√		√		6	66		√
20	Muh.	P	√			√			√		3	33		√
	Jumlah												6	14
	Presentase												30	70

Berikut merupakan aspek-aspek penilaian:

1. Start

Deskriptor penilaian pada *Start*:

- pandangan lurus ke depan,
- kedua tangan menempel ditanah,
- posisi jongkok bersiap untuk berlari.

2. Lari

Deskriptor penilaian pada Lari:

- berlari dengan ujung kaki,
- tubuh condong kedepan,
- lengan ditekuk 90° dan diayun kearah lari secara bergantian.

3. Finish

Deskriptor penilaian pada *Finish*:

- menjatuhkan dada kedepan,
- menjatukan salah satu bahu kedepan,
- lari secepat-cepatnya sampai beberapa meter melewati garis *finish*.

Penyekor:

Skor 3 = jika seluruh indikator tercapai

Skor 2 = jika dua indikator tercapai

Skor 1 = jika hanya satu indikator tercapai

Kriteria Ketuntasan yang Minimal (KKM) yang telah ditentukan oleh SDN Kasturi II adalah 70.

Skor Ideal = 12

$$\text{Keterangan} = \frac{\text{skoryangdiperoleh}}{\text{skorideal}} \times 100\%$$

Dari data diatas terlihat masih banyak siswa yang hasil belajar khususnya dalam pembelajaran lari jarak pendek di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yakni sebesar 70. Dari 20 siswa hanya 6 orang siswa atau sekitar 30% yang tuntas, sedangkan 14 orang siswa dari 20 orang siswa atau 70% yang belum tuntas. Jadi dari data diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lari jarak pendek pada siswa kelas V SD Negeri Kasturi II terdapat permasalahan.

Tabel 1.2
Data Awal Hasil Observasi
Pada Pembelajaran Lari Sprint
Di Kelas V SDN Kasturi I

NO	NAMA PESERTA DIDIK	L/P	ASPEK YANG DI NILAI									SKOR	NILAI	KET	
			DISIPLIN			KERJASAMA			SEMANGAT					T	BT
			1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1	Anisa														
2	Annisa Bahar														
3	Andi Saepul Anam														
4	Amelia														
5	Bimas Abiasa														
6	Diran Aldy R														
7	Diki Candra Saputra														
8	DebyDinisyah S														
9	Fikri Alfian Panji														
10	Puji Agustina														
11	Hildan Herdiana														
12	Irdan														
13	Khoerunisa														
14	Lala Siti Nurlaela														
15	Lia Nuralia														
16	Muh. Riski Amdad														
17	Muh. Rizal														
18	Muh. Rafli														
19	Muh. Zafar Sidik														
20	Muh. Risky Amali														
JUMLAH															

Aspek apektif yang dinilai:

a. Disiplin

- 1). Hadir dengn tepat waktu
- 2). Memakai seragam olah raga sebagaimana telah di tentukan
- 3). Dapat mrngikuti setiap perintah dari guru mata pelajaran

b. Kerjasama

- 1). Menghargai pendapat orang lain
- 2). Menunjukkan peran aktif sesama siswa
- 3). Memberi bantuan kepada sesama teman

c. Semangat

- 1). Antusias dalam melakukan pembelajaran dengan semangat yang besar
- 2). Tidak mengeluh setiap arahan yang di berikan
- 3). Selalu ingin dapat mengikuti pembelajaran

Point dalam penilaian aspek apektif kriteria a, b, dan c :

Baik	= 3
Cukup	= 2
Kurang	= 1

Skor ideal = 7

Kriteria penilaian:

Jika skor siswa ≥ 6 maka dikatakan lulus

Jika skor siswa ≤ 6 maka dikatakan tidak lulus

Dari Tabel 1.2 di atas, diperoleh gambaran bahwa pada aspek aktivitas siswa yang terkait tiga sikap/perilaku yang diamati, yaitu disiplin, kerjasama, dan semangat, sebagian besar siswa kelas V SDN Kasturi Ig (12 orang atau 60%) dinyatakan belum tuntas karena nilai yang mereka peroleh masih di bawah KKM yang telah ditetapkan. Oleh karenanya, hal ini perlu segera ditindaklanjuti agar siswa kelas V SDN Kasturi I mampu menunjukkan sikap/perilaku yang diharapkan.

Berdasarkan hasil penilaian di atas, maka diperoleh data bahwa sebagian besar (13 orang atau 65%) siswa kelas V SDN Kasturi I dinyatakan belum tuntas.

Rendahnya nilai hasil belajar siswa menggambarkan rendahnya tingkat kemampuan siswa pada mata pelajaran tersebut diatas. Mata pelajaran PENJAS dari 20 siswa kelas V SDN Kasturi 2 hasil tes formatif tentang lari jarak pendek. Jelas sekali terlihat bahwa adanya perbedaan tentang kenyataan di lapangan dengan tujuan yang diharapkan pada kurikulum, juga dengan harapan yang di inginkan guru dan peneliti pada umumnya yaitu siswa dapat mengikuti setiap pembelajaran dengan antusias atau semangat sehingga dapat mencapai nilai akhir dengan maksimal

Model pembelajaran yang dipakai untuk merangsang ketertarikan siswa dalam pembelajaran lari sprint ini yaitu permainan warna-warni yang dimana

melalui permainan warna warni ini minat dan ketertarikan siswa dalam pembelajaran atletik akan meningkat khususnya nomor lari.

Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas, dalam upaya memperbaiki nilai mata pelajaran Penjas di kelas V dengan judul penelitian : **“MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK MELALUI PERMAINAN WARNA-WARNI KELAS V SDN KASTURI 2 KECAMATAN CIKIJING KABUPATEN MAJALENGKA”**.

B. Rumusan dan Pemecahan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah ditemukan di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana cara merencanakan model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka?
2. Bagaimana kinerja guru tentang model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka?
3. Bagaimana aktivitas siswa dari pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka?
4. Bagaimana hasil belajar pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa Kelas V Di SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka?

2. Pemecahan Masalah

Dalam penelitian ini ada permasalahan yang timbul yaitu dalam proses pembelajaran penjas yang kurang mendukung terhadap keberhasilan siswa dalam menguasai kemampuan melakukan gerak lari sprint dalam di kelas V SDN Kasturi I, Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka. Tertuju pada permasalahan yang

didapatkan seperti yang telah dijelaskan pada paparan latar belakang masalah, maka peneliti berkeyakinan untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan menerapkan permainan warna-warni.

Hal ini didasari bahwa permainan merupakan kegiatan yang sering dilakukan dalam kesehari-harian siswa baik dilingkungan sekolah maupun dilingkungan rumahnya. Karena bermain sangat erat kaitannya dengan anak usia sekolah dasar. Terlebih lagi permainan yang di dalamnya mengandung unsur kosakata. Dengan permainan siswa dapat menjadi bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Dengan demikian, aktivitas siswa pada aspek motivasi yang kurang berdasarkan hasil penelitian awal akan dapat teratasi sehingga keaktifan siswa dalam pembelajaran akan meningkat menjadi lebih baik.

Secara keseluruhan, semua permasalahan yang muncul dalam proses pembelajaran pada penelitian awal akan dapat teratasi, sehingga dampaknya akan mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak lari sprint.

Uraian yang dipaparkan diatas didukung dengan pendapat Suyatno (2005, hlm. 12) yang mengemukakan bahwa:

Dengan permainan, siswa dapat merumuskan pemahaman tentang suatu konsep: kaidah-kaidah asas (prinsip), unsur-unsur pokok, proses, hasil dan dampak, dan seterusnya. Misalnya, untuk menjelaskan paragraf atau teks yang memang tidak ada wujud bendanya, permainan dapat menguraikan secara rinci dan jelas melalui perilaku siswa yang turut dalam permainan. Permainan akan lebih menarik jika ada unsur-unsur persaingan atau perlombaan di dalamnya, sekaligus sebagai unsur yang menghibur.

Dengan diterapkannya permainan warna-warni sangat diharapkan dapat mengatasi masalah-masalah yang ditemukan pada penelitian awal sehingga dapat memperbaiki proses dan hasil pembelajaran penjas khususnya gerak lari sprint, yaitu meningkatnya aktivitas siswa pada aspek motivasi, keaktifan dan kerjasama, serta meningkatnya kemampuan siswa dalam melakukan gerak lari sprint dengan baik. Adapun target yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Target Proses

- 1) Meningkatnya kinerja guru, yaitu guru dapat melaksanakan indikator keberhasilan kinerja guru yang telah ditetapkan dengan baik sekurang-kurangnya mencapai 80%.

- 2) Meningkatnya aktivitas siswa, yaitu $\geq 80\%$ siswa kelas V SDN Kasturi I aktivitasnya tergolong baik berdasarkan hasil interpretasi data terhadap tiga aspek perilaku yang diamati (motivasi, keaktifan, dan kerjasama).

b. Target Hasil

Meningkatnya kemampuan siswa kelas V SDN Kasturi I dalam melakukan gerak lari sprint, yaitu $\geq 80\%$ siswa kelas V telah memperoleh nilai ≥ 75 yang merupakan kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran penjas di kelas V SDN Kasturi I tahun pelajaran 2014/2015, sehingga siswa tersebut dinyatakan tuntas berdasarkan nilai yang mereka peroleh.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam hal ini penelitian terdorong untuk mengetahui kemampuan lari jarak pendek melalui permainan warna-warni, yaitu:

1. Untuk mengetahui cara merencanakan model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka.
2. Untuk mengetahui melaksanakan model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka.
3. Untuk mengetahui hasil model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka.
4. Untuk mengetahui peningkatan model pembelajaran lari jarak pendek melalui permainan warna-warni pada siswa kelas V SDN Kasturi II Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka.

D. Manfaat Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah yang akan dibahas, maka manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan efisiensi dan

efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Siswa Sekolah Dasar

- a. Dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam belajar.
- b. Dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan kemampuan reaksi gerak dasar lari jarak pendek (*sprint*) pada pembelajaran atletik serta meningkatkan hasil belajar siswa.

2. Guru Sekolah Dasar

- a. Meningkatkan dan memperbaiki mutu proses pembelajaran di kelas maupun luar kelas, sekaligus ketercapaian ketutasan belajar siswa.
- b. Sebagai umpan balik dari pembelajaran sebelumnya sehingga guru bias mengevaluasi kinerjanya.

3. Sekolah Dasar

- a. Memberikan motivasi positif bagi sekolah dasar untuk menemukan cara-cara yang tepat dalam menciptakan suasana pembelajaran yang lebih kondusif
- b. Sebagai bahan evaluasi dan tolok ukur pencapaian tujuan mengajar di sekolah dasar.
- c. Meningkatkan mutu isi, masukan, proses, dan hasil pendidikan dan pembelajaran di sekolah dasar.
- d. Memberikan kontribusi untuk meningkatkan kurikulum.

4. Peneliti

Meningkatkan pemahaman dari disiplin ilmu yang telah dipelajari , serta dapat menerapkan teori-teori yang dipelajari, yang telah diperoleh dalam perkuliahan. Serta dapat dijadikan sebagai pengalaman yang berharga bagi peneliti sehingga dapat dijadikan sebagai sumber belajar.

5. Bagi Peneliti Lain

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan pengembangan modifikasi pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan menjadikan permainan dalam pembelajaran sebagai tindakan.

- c. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek (*sprint*) lebih lengkap.

E. Definisi operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap pokok-pokok masalah yang diteliti, berikut ini dijelaskan operasional beberapa istilah yang perlu diketahui kejelasannya sebagai berikut:

1. Meningkatkan adalah suatu proses perubahan yang terjadi pada diri hasil belajar atau latihan. (dalam SISDIKNAS, 2003)
2. Pembelajaran adalah aktivitas kompleks untuk memperoleh kapabilitas atau kemampuan keterampilan pengetahuan, sikap dan nilai. Gagne (dalam Respaty Mulyanto, 2014, hlm.4)
3. Gerak dasar adalah kemampuan awal yang dimiliki seseorang
4. Atletik adalah sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan, yang meliputi nomor lari, lompat dan lempar. (dalam Muhtar, 2011, hlm.1)
5. Lari jarak pendek (*sprint*) adalah suatu cara lari dimana si atlet harus berlari secepat mungkin.
6. Permainan atau *Games* merupakan bagian dari bermain (*play*). (dalam Ade Mardianan, Purwadi, Wira Indra Surya, 2009, hlm. 1.24).

Warna-warni merupakan sebuah permainan yang melibatkan penyebutan suatu suku kata war-na war-ni yang akan memungkinkan untuk siswa lebih cepat tanggap dalam merespon.