

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memberikan pengembangan aktivitas pengembangan jasmani manusia, walaupun pengembangan utamanya adalah jasmani namun tetap berorientasi pada pendidikan, pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan, akan tetapi sebagai alat untuk mencapai pendidikan, pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Menurut Safari (2012, hlm. 11)

pendidikan jasmani adalah suatu proses aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya meningkatkan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu akan dapat dicapai dalam waktu cukup lama. Oleh karena itu, jasmani dan olahraga terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal ini tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung terciptanya pembelajaran yang kondusif. Materi pendidikan jasmanai di bedakan menjadi dua kelompok yaitu materi pokok dan materi pilihan materi pokok merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan berdasarkan kurikulum yang berlaku. Sedangkan materi pilihan merupakan kegiatan olahraga di luar jam pelajaran sekolah berupa kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Gerak dasar lari merupakan salah satu gerak lokomotor, olahraga atletik yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmanai lari jarak pendek, dalam silabus disebutkan. Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang di modifikasi serta nilai-nilai

yang terkandung didalamnya dan Kompetensi dasar : Mempraktikkan variasi gerak dasar kedalam modifikasi atletik serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran sebagai olahraga pendidikan.

Menurut Safari (2012, hlm. 9) “Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya.” Perkembangan jasmani anak, tidak semata-mata bergantung pada proses kematangan. Perkembangan itu juga dipengaruhi oleh pengalaman gerak mereka baik ditinjau dari aspek mutu maupun banyaknya pengalaman itu. Anak harus memperoleh kesempatan yang banyak untuk bergerak dan bermain. Namun, kegiatan itu harus disertai dengan bimbingan dan dorongan dari orang dewasa, orangtua dan guru. Melalui bimbingan itu, anak akan mampu bergerak dengan penuh kesenangan, penghematan tenaga, dan geraknya terkendali. Inilah salah satu alasan, mengapa disediakan pengalaman gerak melalui pendidikan jasmani.

Menurut Muchtar (2012, hlm. 1) “Atletik berasal dari bahasa Yunani dari kata *athlon* atau *athlum* yang artinya pertandingan, pelombaan, pergulatan atau perjuangan, sedangkan orang yang melakukan disebut *athleta*.” Dari pengertian bahasa itulah maka kita dapat mendefinisikan atletik sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau di perlombakan, yang meliputi atas nomor lari, lompat dan lempar.

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. Dahulu kala orang mempergunakan kemampuannya atau ketangkasannya itu untuk berburu dan untuk menghindar dari serangan binatang buas. Namun dengan perkembangan persenjataan, kemampuan dan ketangkasan itu disalurkan ke arah pengisian waktu luang secara santai berupa olahraga.

Secara ringkas nomor atletik yang diperlombakan dibagi ke dalam 4 kelompok, yaitu:

1. Nomor jalan, yang terdiri dari jarak: 5 km, 10 km, 20 km, dan 50 km
2. Nomor lari, yang terdiri dari:

- a. Lari jarak pendek (*sprint*): 100 m, 200 m, 400 m
 - b. Lari jarak menengah (*midle distance*): 800 m, 1000 m, 1500 m, 2000 m dan 3000 m
 - c. Lari jarak jauh (*long distance*): 5000 m, 10000 m, 42,195 m dan lari lintas alam adalah termasuk dalam lari jarak jauh
 - d. Lari estafet: 4 x 100m, dan 4 x 400 m
 - e. Lari gawang: 100m, 110m, dan 400 m
3. Nomor lompat: lompat jauh, lompat jangkit dan lompat tinggi
 4. Nomor lempar: lempar lembing, lempar cakram, lempar martil dan tolak peluru

Dalam penelitian nomor lari jarak pendek yang akan digunakan peneliti, dalam lari jarak pendek seorang siswa harus mengarahkan seluruh kekuatannya mulai dari start sampai dengan melewati garis finish. Tidak seperti nomor lari lainnya, lari sprint tidak membutuhkan peralatan yang cukup banyak, hanya memerlukan lintasan yang baik. Dalam lari jarak pendek siswa berlomba dengan persediaan energy yang tersimpan (kapasitas *non aerobik*). Ada tiga nomor perlombaan lari jarak pendek yaitu 100 m, 200 m, dan 400 m.

Menurut Muhtar (2012, hlm. 12) pengertian lari adalah lompatan yang berturut-turut. Di dalamnya terdapat suatu phase dimana kedua kaki tidak menginjak/menumpu pada tanah, lari jarak pendek (*sprint*) adalah suatu cara lari dimana si atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin, dalam lari jarak pendek seorang atlet harus mengarahkan kekuatannya mulai dari start sampai dengan melewati garis *finish*. Tidak seperti nomor lari lainnya lari sprint tidak membutuhkan peralatan yang cukup banyak, hanya memerlukan yang tersimpan (kapasitas *non aerobik*). Ada tiga nomor lari jarak pendek yaitu 100m, 200m dan 400m.

Menurut Hendrayana (2007, hlm. 33) “Istilah atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu *Athlon* yang memiliki makna bertanding atau berlomba. Istilah *Athlon* hingga saat ini masih melekat kata *Pentathlon*, *Heptathlon* dan *Decathlon*.” *Pentathlon* atau lima macam lomba di Indonesia lebih akrab dikenal dengan sebuah sapta lomba. Pertama, *Sprint* jika dilihat dari pengertiannya adalah berlari dengan kecepatan yang tinggi atau berlari secepat-cepatnya dari satu tempat ketempat yang lain. *Sprint* tidak hanya dilakukan dalam nomor lari jarak pendek saja, tetapi juga dalam nomor jarak

menengah atau jarak jauh bahkan dalam perlombaan marathon. Di dalam perlombaan atletik ada nomor-nomor yang dilakukan di lintasan (*track*) dan ada nomor-nomor yang dilakukan di lapangan (*field*). Oleh karena itu atletik di Amerika dinamakan ”*track and field*”.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SD Negeri 2 Sarajaya Kecamatan Lemahabang Kabupaten Cirebon, peneliti mendapatkan beberapa permasalahan. Adapun permasalahannya di antaranya sebagai berikut :

1. Sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerak dasar lari.
2. Minimnya fasilitas sekolah dalam penyediaan sarana dan prasarana sehingga proses pembelajaran pun terhambat.
3. Beberapa siswa kurang percaya diri saat melakukan pembelajaran lari khususnya perempuan.
4. Hasil pembelajaran gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan.

Ada banyak hal yang menyebabkan hasil belajar lari cepat di SD Negeri Sarajaya 2 masih dibawah KKM. Salah satunya banyak siswa kurang senang dan kurang suka ketika guru menyampaikan materi atletik khususnya lari, terlebih lagi setelah melihat sarana dan prasarana yang digunakan merupakan alat pembelajaran yang sesungguhnya. Itu akan membuat anak merasa bosan dan enggan untuk mengikuti proses pembelajaran lari cepat, hal ini ternyata sebagian akibat dari kurang inovatifnya para guru penjasorkes SD Negeri 2 Sarajaya dalam mengemas model serta strategi pembelajaran sehingga membuat siswa kurang senang dan kurang antusias dalam belajar penjas khususnya pelajaran atletik pada nomor lari cepat

Pada saat pembelajaran gerak dasar lari yang menjadi permasalahan pada saat melakukan lari cepat, lari cepat ini sangat mengandalkan kecepatan dan kekuatan sehingga napas pun harus diatur dengan baik dan kadang harus menahan napas agar kecepatan larinya biasa maksimal,.

Di sekolah, atletik dikembangkan melalui kegiatan pembelajaran jasmani di sekolah-sekolah, mulai dari sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA). Oleh karena itu, atletik diperkenalkan dan dikembangkan melalui-melalui kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, maka maju mundurnya pembelajaran atletik sangat bergantung pada sejauh mana kualitas guru pendidikan jasmani menyampaikan materi pembelajaran atletik.

Dari pernyataan para ahli diatas saling berkaitan sekali antara pendidikan jasmani dengan pembelajaran gerak dasar lari, pada umumnya lari adalah sebagian dari bentuk gerak sehari-hari yang selalu digunakan pada kehidupan sehari-hari dalam permainan anak dalam kondisi bermain dengan teman sebaya, lari bukan hal yang tidak asing lagi bagi anak-anak, maka sebab itu dalam pembelajaran atletik khususnya pembelajaran gerak dasar lari peneliti melakukan tindakan penelitian menggunakan media permainan tradisional bebentengan untuk mengaktifkan pembelajaran agar anak lebih senang melakukan pembelajaran gerak dasar lari.

Permainan bebentengan/bentengan adalah permainan yang dimainkan oleh dua grup, masing-masing terdiri dari 4 sampai dengan 8 orang. Masing-masing grup memilih suatu tempat sebagai markas, biasanya sebuah tiang atau, bendera atau pilar sebagai benteng. Ada tiga hal inti dalam permainan benteng yaitu:

1. Permaianan

Tujuan utama permainan ini adalah untuk menyerang dan mengambil alih 'benteng' lawan dengan menyentuh tiang atau pilar yang telah dipilih oleh lawan dan meneriakan dengan kata benteng kemenangan juga bias diraih dengan 'menawan' seluruh anggota lawan dengan menyentuh tubuh mereka. Untuk menentukan siapa yang jadi 'penawan' dan yang 'tertawan' ditentukan dari waktu terakhir saat si 'penawan' atau 'tertawan' menyentuh 'benteng' mereka masing-masing.

2. Tawanan

Orang yang paling dekat waktunya ketika menyentuh benteng berhak menjadi 'penawan' dan bias mengejar dan menyentuh anggota lawan untuk menjadikannya

tawanan. Tawanan biasanya ditempatkan disekitar benteng musuh. Tawana juga bias dibebaskan bila rekannya dapat menyentuh dirinya,

3. Taktik

Dalam permainan ini, biasanya masing-masing anggota mempunyai tugas seperti ‘penyerang’, ‘mata-mata’, ‘pengganggu’, dan penjaga ‘benteng’. Permainan ini membutuhkan kecepatan berlari dan kemampuan strategi yang handal.

Bermain adalah dunia anak di mana sambil bermain mereka belajar. Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela, tanpa paksaan atau tekanan dari pihak luar, dalam prakteknya setiap pembelajaran pendidikan jasmani tidak selalu olahraga yang diberikan tetapi di dalamnya terdapat permainan yang memicu anak untuk antusias, aktif, semangat dan menyenangkan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Untuk mengetahui kemampuan awal pada gerak dasar lari dalam permainan bebentengan yang akan dijadikan sebagai data awal, maka peneliti melakukan tes lari jarak pendek. Adapun hasil yang diperoleh siswa dari tes lari jarak pendek melalui modifikasi permainan dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1.1 Data awal siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya

No	Nama	Aspek yang dinilai												Skor	Nilai	Ket		
		Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir						T	TT	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1.	Ade Wahyu Prianto				√					√					9	75	√	
2.	Ahmad Ribai				√			√					√		8	66,5		√
3.	Alisa Nuraeni		√			√						√			5	50		√
4.	Cucu Nurhayati		√					√				√			6	49,9		√
5.	Dechina Hardiana			√				√				√			6	49,9		√
6.	Devi Aulia		√				√					√			6	49,9		√
7.	Isyabela Dafa			√			√					√			7	58,2		√
8.	Krisna Darmawan		√					√					√		7	58,2		√
9.	Leirsa Ramdani		√				√					√			6	49,9		√
10.	M. Rendi			√				√					√		9	75	√	
11.	Repaldo			√				√					√		9	75	√	
12.	Mina Aulia		√				√					√			6	49,9		√
13.	A. Mitamaudina		√			√						√			5	41,6		√

No	Nama	Aspek yang dinilai												Skor	Nilai	Ket	
		Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir						T	TT
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
14.	M. Luthfi				√				√				√	5	41,6		√
15.	A. Rihan Adi Pasa			√			√						√	8	66,5		√
16.	M. Riki Nurohman		√						√				√	8	66,5		√
17.	M. Slamet Rizqi			√			√						√	7	58,2		√
18.	M. Syrifuddin			√					√				√	8	66,5		
19.	Novita Nela		√				√						√	6	49,9		√
20.	Salsa Iktavia. S		√				√						√	6	49,9		√
21.	Siska Sasela		√				√						√	6	49,9		√
22.	Ahmad Syifa			√			√						√	8	66,5		√
Jumlah																3	19
Presentase %																	

Berdasarkan table 1.1 mengenai pembelajaran gerak dasar lari dari pembelajaran atletik khususnya pembelajaran lari jarak pendek, sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan lari jarak pendek dengan benar meskipun dalam proses pembelajarannya guru telah mendemonstrasikan gerakan lari. Sehingga yang tuntas dalam pembelajaran lari jarak pendek hanya 3 orang yang lulus dari 22 siswa. Ditinjau dari permasalahan tersebut, peneliti memberikan tindakan untuk pembelajaran lari dalam bentuk pembelajaran lari menggunakan media permainan bebentengan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan larinya.

Selain observasi saya melakukan wawancara dengan siswa dan dapat disimpulkan bahwa permasalahan dalam pembelajaran gerak dasar lari adalah :

1. Perencanaan, guru belum membuat RPP secara maksimal yang meliputi :
 - a. Kejelasan rumusan pembelajaran,
 - b. Mengembangkan dan mengorganisasikan materi dan media,
 - c. Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran,
 - d. Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penelitian,
 - e. Tampilan dokumen pembelajaran
2. Kinerja, guru belum melaksanakan pembelajaran sesuai yang disimpulkan meliputi :

- a. Pra Pembelajaran
 - b. Membuka pembelajaran
 - c. Mengelola inti pembelajaran
 - d. Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas
 - e. Melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar
 - f. Kesan umum kinerja guru
3. Masih rendahnya motivasi, kerjasama, dan sportivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lari pada umumnya.
 4. Hasil belajar siswa ada yang belum mencapai KKM, hal itu dikarenakan guru belum menerapkan model bermain, peraturan modifikasi.
 5. Dari permasalahan diatas, maka penulis mencoba menerapkan pendekatan bermain dalam meningkatkan gerak dasar lari dengan menggunakan pembelajaran lari jarak pendek untuk mengetes data awal yang meliputi : gerakan awalan, pelaksanaan, dan gerak akhir agar lebih mudah mencapai tujuannya. Diharapkan dengan menerapkan pendekatan permainan akan membantu siswa dalam melakukan gerak dasar lari.

Deskriptor

1. Sikap awal
 - a. Berdiri tegak
 - b. Lutut kaki belakang di letakan pada ujung kaki depan
 - c. Lengan lurus sejajar dengan bahu
 - d. Pandangan fokus ke depan
2. Gerakan
 - a. Melakukan gerakan lari di tempat
 - b. Melakukan lari dengan berbagai arah dan kecepatan
 - c. Melakukan gerakan lari dengan berbagai jarak
 - d. Mengatur irama langkah dan pernafasan saat lari
3. Sikap akhir
 - a. Melewati garis finish

- b. Teknik finish
- c. Kecepatan
- d. Pandangan lurus kedepan

Keterangan :

Skor 3 = Jika semua indikator muncul.

Skor 2 = Jika dua indikator muncul.

Skor 1 = Jika satu indikator muncul.

Kriteria Ketuntasan:

$$\frac{\text{Jumlah Siswa yang Berkategori Tertentu}}{\text{Jumlah Siswa Seluruhnya}} \times 100\%$$

- Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan 70
- Skor ideal = 9
- Kriteria penilaian:
- Jika nilai siswa ≥ 70 maka dikatakan Tuntas
- Jika nilai siswa ≤ 70 maka dikatakan Belum Tuntas
- Keterangan: $\frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor ideal}} \times 100\%$

Berdasarkan paparan tersebut, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan mengambil judul “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lari Melalui Media Permainan Bebentengan Pada Siswa Kelas IV SDN 2 Sarajaya Kecamatan Lemahabang Kabupaten Cirebon”.

B. PERUMUSAN MASALAH

Rumusan dan pemecahan masalah pada penelitian ini yaitu :

- 1) Bagaimana perencanaan pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya?

- 2) Bagaimana pelaksanaan pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya?
- 3) Bagaimana aktivitas siswa selama pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya?
- 4) Bagaimana hasil belajar siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya?

Rendahnya hasil belajar siswa menjadi indikasi bahwa pembelajaran yang belum efektif dan erat kaitannya dengan semangat belajar, konsentrasi belajar yang sangat rendah, kurangnya kemandirian siswa dalam belajar dan pembelajaran masih terpusat pada guru, sehingga kurangnya interaksi siswa dengan guru maupun siswa dengan siswa. Untuk mengatasi hal tersebut perlu dilakukannya suatu upaya perbaikan pola dan strategi pembelajaran yang lebih menarik sehingga dapat meningkatkan hasil belajar.

Pembelajaran gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan ini dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Tahap Perencanaan

Dalam tahapan perencanaan ini guru mempersiapkan segala macam media yang diperlukan seperti RPP, bendera atau benda yang telah dimodifikasi, kapur tulis, lapangan dan sebagainya dalam proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Kemudian guru dapat menjelaskan dan menyampaikan kepada siswa tentang materi yang akan diajarkan, tujuan, pokok kegiatan, dan hasil belajar yang diharapkan.

b. Tahap Pelaksanaan Kinerja Guru

Dalam tahapan pelaksanaan ini guru memberikan bimbingan, pengarahan dan pembelajaran kepada siswa dalam hal cara melakukan gerakan lari jarak pendek melalui media permainan bebentengan serta memberikan semangat, motivasi, aspirasi agar siswa lebih aktif melakukan pembelajaran.

c. Tahap Aktivitas Siswa

Dalam tahapan ini guru melihat bagaimana aktivitas siswa ketika pembelajaran gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan.

d. Tahap Hasil Belajar

Dalam tahapan ini guru memberikan evaluasi terhadap siswa dengan cara memberikan tes untuk melihat kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan.

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan dengan paparan masalah di atas, maka tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya.
2. Untuk mengetahui kinerja guru dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya.
3. Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam meningkatkan hasil gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya.
4. Untuk mengetahui hasil pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan pada siswa kelas IV SDN 2 Sarajaya?

D. MANFAAT PENELITIAN

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, bagi berbagai pihak, baik siswa, guru, sekolah, maupun peneliti lain. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti
 - a. Peneliti dapat mengetahui pembelajaran gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan maka akan meningkatkan gerak dasar larinya.

2. Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman bagi penulis dalam gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan bagi siswa
 - a. Dalam pembelajaran gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan maka akan meningkatkan gerak dasar larinya, siswa mendapatkan berbagai variasi dalam pembelajaran, dan siswa dapat bermain sambil belajar.
 - b. Meningkatkan hasil belajar gerak dasar lari melalui media bebentengan dalam pembelajaran atletik.
3. Bagi Guru Penjas SD
 - a. Sebagai upaya kreatifitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
 - b. Sebagai sumber informasi dan meningkatkan kualitas mengajar bahwa media permainan bebentengan dapat dijadikan sebuah alternatif untuk meningkatkan kecepatan lari.
4. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan pertimbangan sekolah dalam membuat kebijakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dan mengembangkan pembelajaran yang bervariasi dengan permainan.
5. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi penelitian lain yang terkait dengan pembelajaran hasil belajar gerak dasar lari melalui media permainan bebentengan.

E. BATASAN ISTILAH

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

- a. Gerak Dasar Lari

Gerak Dasar Lari, merupakan salah satu gerak lokomotor, olahraga atletik yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani lari jarak pendek, dalam silabus disebutkan. Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang di modifikasi serta

nilai-nilai yang terkandung didalamnya dan Kompetensi dasar : Mempraktikkan variasi gerak dasar kedalam modifikasi atletik serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran sebagai olahraga pendidikan

Athletic . Menurut Hendrayana (2007, hlm. 33) “Istilah atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu *Athlon* yang memiliki makna bertanding atau berlomba. Istilah *Athlon* hingga saat ini masih melekat kata *Pentathlon*, *Heptathlon* dan *Decathlon*.” *Pentathlon* atau lima macam lomba di Indonesia lebih akrab dikenal dengan sebuah saptathlon. Pertama, *Sprint* jika dilihat dari pengertiannya adalah berlari dengan kecepatan yang tinggi atau berlari secepat-cepatnya dari satu tempat ketempat yang lain. *Sprint* tidak hanya dilakukan dalam nomor lari jarak pendek saja, tetapi juga dalam nomor jarak menengah atau jarak jauh bahkan dalam perlombaan *marathon*. Di dalam perlombaan atletik ada nomor-nomor yang dilakukan di lintasan (*track*) dan ada nomor-nomor yang dilakukan di lapangan (*field*). Oleh karena itu atletik di Amerika dinamakan ”*track and field*”.

b. Media Permainan

Media Permainan, adalah sebagai salah satu alternative untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, didalam permainan mengandung aspek kegembiraan, kelegaan, kenikmatan yang intensif, bebas dari ketegangan atau kedukaan, bersifat memerdekakan jiwa.

c. Konsep Team Game Tournament (TGT)

Konsep *Team Game Tournament* (TGT), adalah metode yang menggunakan pelajaran yang sama yang disampaikan guru dan tim kerja yang sama seperti dalam *STAD*, tetapi menggantikan tugas gerak dengan turnamen mingguan, dimana siswa memainkan *game* dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya. (Safari, 2009, hlm. 35)

F. STRUKTUR ORGANISASI SKRIPSI

