

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan memiliki pengertian sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar. Proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-undang No 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional). Dari pengertian diatas, maka kita dapat menarik kesimpulan bahwa pembelajaran itu adalah menciptakan suasana belajar yang dapat meningkatkan seluruh potensi siswa dengan optimal.

Dengan demikian, Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Oleh karena itu untuk mewujudkan pendidikan jasmani dalam tujuan pendidikan nasional meliputi beberapa aspek diantaranya yaitu proses belajar mengajar, aktivitas siswa, kinerja guru, dan sarana prasarana yang mendukung. Namun, hasil observasi dilapangan keempat aspek tersebut kurang optimal. Diantaranya pada saat proses belajar mengajar (PBM) terdapat beberapa permasalahan diantaranya aktivitas siswa dan kinerja guru. Pada saat proses pembelajaran terlihat siswa kurang berperan aktif. Hal tersebut, dikarenakan kinerja guru yang kurang mengembangkan inovasi dalam proses pembelajaran, sarana dan prasarana yang kurang mendukung, hal itu mengakibatkan siswa merasa jenuh sehingga siswa sibuk dengan aktivitasnya masing-masing.

Tujuan umum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat. Sementara ruang lingkup

program pengajaran Pendidikan Jasmani yang diajarkan di Sekolah Dasar, mulai dari kelas I sampai kelas VI pada setiap semester ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial.

Adapun salah satu materi yang diajarkan di sekolah dasar adalah berkaitan dengan lari. Lari merupakan materi ajar yang memiliki karakteristik khusus serta mempunyai tujuan yang hendak dicapai seperti daya tahan, kekuatan, kecepatan, stamina dan memelihara kesehatan. Lari merupakan langkah yang dicepatkan sehingga badan seperti melayang saat berlari. Lari merupakan cabang olahraga dari atletik.

Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang tertua. Olahraga ini telah dilakukan oleh manusia sejak zaman purba, dan bisa dikatakan sejak adanya manusia dimuka bumi ini atletik sudah ada. Hal ini karena gerakan seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar adalah gerakan yang dilakukan oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu olahraga yang paling menyenangkan di Sekolah Dasar adalah atletik. 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 athlete. Dari pengertian bahasa itulah maka kita dapat mendefinisikan atletik “sebagai salah satu sebagai 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.

Nomor-nomor atletik meliputi jalan, lari, lompat dan lempar. Pada umumnya nomor yang digunakan oleh wanita dan perempuan itu berbeda. Baik dalam lari, lompat dan lempar. Nomor lari terdiri dari lari sprint, lari jarak menengah, lari berintang, lari jarak jauh, lari halang rintang, lari estafet, dan lari jalanan. Nomor lempar terdiri dari tolak peluru, lempar peluru, lempar lembing, dan lempar cakram. Nomor lompat terdiri dari lompat tinggi, lompat galah, lompat jauh, dan lompat ganda.

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). Selanjutnya (Muhtar, 2011, hlm. 12) “Lari jarak pendek (*sprint*) merupakan suatu cara untuk berlari dimana si atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin”. Beberapa faktor yang mutlak menentukan baik buruknya dalam *sprint* ada tiga hal yaitu *start*, gerakan lari, dan *finish*.

Teknik dalam lari yaitu teknik *start*, teknik berlari, dan teknik *finish*. Dalam lari *sprint* teknik *start* yang digunakan adalah *start* jongkok. Terdapat tiga posisi dalam *start* jongkok yaitu *start* pendek, *start* menengah, dan *start* panjang. Posisi ini tergantung antara posisi kaki depan dan kaki belakang saat melakukan *start* jongkok.

Teknik lari seperti dikemukakan diatas bahwa lari adalah lompatan yang berturut-turut, maka siklus lari dimulai dari saat satu kaki melangkah-menyentuh tanah, dan sampai kemudian lagi menyentuh lagi, ada 3 tahap yaitu tahap melangkah, tahap pemulihan kembali, dan support. Dan terakhir teknik melewati garis *finish* adalah dengan menjatuhkan dada kedepan.

Manfaat pembelajaran lari *sprint* akan diperoleh apabila disajikan dalam lingkungan belajar yang kondusif. Untuk itu, diperlukan strategi yang tepat dalam proses pembelajaran lari *sprint*, baik yang bersifat pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran tubuh maupun untuk meningkatkan keterampilan kecepatan lari. Strategi pembelajaran adalah mensiasati atau mengakali pelaksanaan belajar-mengajar, Salah satu bentuk mengakali pembelajaran dalam lari *sprint* adalah dengan memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik kemampuan siswa dan tujuan yang akan dicapai dengan selalu mempertimbangkan keamanan pada saat pembelajaran.

Adapun permasalahan yang ditemukan dilapangan diantaranya:

1. Kurang menariknya pengemasan pembelajaran yang disajikan oleh guru yaitu guru kurang kreatif dalam menyampaikan pembelajaran.

2. Sarana dan prasarana sekolah kurang mendukung.
3. Banyak siswa yang tidak memperhatikan guru ketika pembelajaran.
4. Banyak siswa pada saat melakukan lari *sprint* tidak mengetahui teknik *start*, lari dan *finish*.
5. Banyak siswa perempuan yang takut jatuh ketika lari. Sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan dilapangan pada saat pembelajaran lari *sprint* kelas V, hal ini terlihat pada data awal siswa.

Tabel 1.1
Data Awal Hasil Pembelajaran Lari *Sprint*
Siswa Kelas V SDN Cicarimanah

No	Nama	Aspek yang Dinilai									Skor	Nilai	Ket	
		Start			Berlari			Finish					T	BT
		3	2	1	3	2	1	3	2	1				
1.	Aldi R M	√				√			√		7	77	√	
2.	Aurellia R S			√			√		√		4	44		√
3.	Alia Yuliani		√				√		√		5	55		√
4.	Andini N P			√			√		√		4	44		√
5.	Agus D M		√				√			√	4	44		√
6.	Bayu R		√			√			√		7	77	√	
7.	Ivan K			√		√			√		5	55		√
8.	Muchtar E	√					√		√		7	77	√	
9.	Pirman S		√			√				√	5	55		√
10.	Resa S		√			√				√	5	55		√
11.	Rizqi M S	√				√			√		7	77	√	
12.	Iin Cahyani			√			√			√	4	44		√
Jumlah		3	5	4	0	6	6	2	7	3	64	704	4	8
Persentase (%)		25	41	33	0	50	50	16	58	25	59	58	33,3	66,3

Keterangan:

Berdasarkan nilai KKM yaitu 72.

Nilai 3 = Hanya 3 kriteria muncul

Nilai 2 = Hanya 2 kriteria muncul

Nilai 1 = Hanya 1 kriteria muncul

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{skor ideal}} \times 100$$

Adapun deskriptor pengamatan terhadap aktivitas siswa yaitu sebagai berikut.

Start

- 1 = Pandangan ke depan
- 2 = Posisi berjongkok siap untuk lari
- 3 = Kedua tangan menempel pada tanah di belakang garis start

Berlari

- 1 = Badan condong ke depan
- 2 = Ayunan kedua lengan secara bergantian
- 3 = Berlari dengan ujung kaki

Finish

- 1 = Pandangan ke depan
- 2 = Melewati batas garis *finish*
- 3 = Menjatuhkan salah satu bagian badan ke depan

Berdasarkan hasil tes awal yang telah dilaksanakan pada 12 siswa, 66,3% siswa tidak lulus dan 33,3% siswa lulus dalam melakukan lari *sprint*. Setelah dianalisis hal ini disebabkan dalam proses pembelajaran yang berlangsung pada materi lari *sprint* kurang kondusif dan siswa kurang berkontribusi dalam pembelajaran dikarenakan pembelajarannya kurang menarik.

Penilaian kinerja guru dilakukan dengan dua tahap yang pertama penilaian perencanaan dan yang kedua pelaksanaan penilaian guru dalam mengaplikasikan perencanaan yang telah dibuatnya di lapangan.

1. Dalam tahapan perencanaan RPP (IPKG 1) yang dibuat guru rata-rata persentasenya mencapai 65% sehingga perencanaan belum maksimal.
 - a. Kejelasan rumusan pembelajaran.
 - b. Mengembangkan materi dan media.
 - c. Merencanakan scenario kegiatan pembelajaran.
 - d. Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian.
 - e. Tampilan dokumen pembelajaran.

2. Dalam pelaksanaan pembelajaran kinerja guru (IPKG 2) rata-rata presentasinya mencapai 60% sehingga perencanaan belum maksimal.
 - a. Pra pembelajaran.
 - b. Membuka pembelajaran.
 - c. Menglola inti pembelajaran.
 - d. Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas.
 - e. Melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar.
 - f. Kesan umum kinerja calon guru.
3. Dalam kegiatan pembelajaran aktivitas siswa rata-rata presentasinya mencapai 0% yang mendapat kriteria baik (B), 66,6% mendapat kriteria cukup (C), dan 33,3% mendapat kriteria kurang (K). sehingga masih rendahnya sikap semangat, disiplin, dan tanggung jawab.

Dengan data yang diperoleh saat observasi awal dalam pembelajaran lari *sprint*, peneliti perlu memberikan alternatif atau solusi yang dihadapi oleh siswa kelas V SDN Cicarimanah. Peneliti memberikan alternatif berupa penggunaan alat media pembelajaran, dengan hal itu, diharapkan siswa bisa lebih antusias ketika pembelajaran. Berdasarkan uraian tersebut maka dilakukan penelitian dengan judul “Optimalisasi Penggunaan Media Pada Pembelajaran Lari *Sprint* Kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas. Maka masalah yang timbul dikelas V SDN Cicarimanah dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran lari *sprint* dalam atletik melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran pada siswa kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?
2. Bagaimana kinerja guru dalam pembelajaran lari *sprint* dalam atletik melalui optimalisasi menggunakan media pembelajaran pada siswa kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?

3. Bagaimana aktivitas siswa saat pembelajaran lari *sprint* dalam atletik melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran pada siswa kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?
4. Bagaimana hasil belajar siswa dalam pembelajaran lari *sprint* dalam atletik melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran pada siswa kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang dipaparkan, maka tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui persiapan perencanaan dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan hasil belajar lari *sprint* melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.
2. Untuk mengetahui kinerja guru dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan hasil belajar lari *sprint* melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran kelas V SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.
3. Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran lari *sprint* sebagai upaya meningkatkan sikap disiplin, keberanian, dan percaya diri.
4. Untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan hasil belajar lari *sprint* melalui optimalisasi penggunaan media pembelajaran kelas V di SDN Cicarimanah Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yang bermakna antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat dari Segi Teori
 - a. Sumbangan pemikiran penulis bagi kepentingan pendidikan.
 - b. Sebagai bahan bacaan bagi pembaca yang meneliti hal-hal yang ada relevansi atau kolerasinya dengan masalah penelitian ini.

2. Manfaat dari Segi Kebijakan
 - a. Pembelajaran penjas di SD bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor melalui optimalisasi media pembelajaran memungkinkan ketiga aspek tersebut tercapai dan meningkat.
 - b. Pembelajaran penjas tidak hanya pelaksanaan pembelajaran tetapi mencakup perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi, dengan dibuatnya perencanaan pembelajaran diharapkan akan mempengaruhi kualitas pelaksanaan pembelajaran dan hasil belajar yang maksimal.
3. Manfaat dari Segi Praktik
 - a. Hasil dari pembelajaran penjas tidak hanya aktivitas fisik tapi meliputi afektif dan kognitif sehingga dapat bermanfaat untuk bekal dalam kehidupan bermasyarakat.
4. Manfaat dari Segi Aksi Sosial
 - a. Pembelajaran dengan cara yang menyenangkan memungkinkan siswa untuk lebih kreatif, dengan kreativitas yang terbentuk melalui pembelajaran yang menyenangkan akan membentuk siswa yang juga kreatif di kehidupan bermasyarakat.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Bab I Pendahuluan

1. Latar belakang penelitian
2. Rumusan dan pemecahan masalah
3. Tujuan penelitian
4. Manfaat penelitian
5. Struktur organisasi skripsi

Bab II Kajian Pustaka

1. Kajian teoritis
2. Kajian praktis
3. Hipotesis tindakan

Bab III Metode Penelitian

1. Metode penelitian dan desain penelitian
2. Partisipan
3. Definisi operasional
4. Instrument penelitian
5. Prosedur penelitian
6. Teknik pengumpulan data dan analisis data
7. Validasi data

Bab IV Paparan Data dan Pembahasan

1. Paparan data
2. Pembahasan data

Bab V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi

1. Simpulan
2. Implikasi
3. Rekomendasi

