

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh menurut Adeng Suherman dalam jurnal (Syarifuddin, 2001, hlm 6). Pada intinya pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Seperti tujuan pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh Depdiknas( Eriyawan dan Rukmana, 2003, hlm. 3), dalam jurnal Mimbar Pendidikan Dasar yaitu:

1. Melakukan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap social dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.
3. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar pendidikan jasmani.
4. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokrasi melalui aktifitas jasmani.
5. Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan olahraga
6. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani
7. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain
8. Mengetahui dan memahami konsep aktifitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.

Berdasarkan pendapat diatas maka pendidikan jasmani ini adalah sebuah ilmu yang mengajarkan bentuk atau sistem olahraga kebugaran yang didalamnya dapat mendidik anak dalam konteks olahraga dengan tidak menghilangkan afektif atau etika anak dalam bersikap pada pembelajaran pendidikan jasmani.

Seperti paparan di atas dalam suatu proses pembelajaran penjas diperlukannya kinerja guru yang aktif, kreatif, giat untuk memberikan pembelajaran terhadap siswa-siswinya untuk melatih kebugaran anak dalam kelincahan. Untuk itu beberapa hal yang diperhatikan ialah melengkapi kinerja guru yang aktif dan kreatif, sangat erat

kaitannya dengan pembelajaran atau metode pembelajaran penjas, khususnya dalam pembelajaran kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani menurut Lutan ,(Safari2013, hlm 03) :

Kemampuan seseorang untuk melakukan tugas fisik yang memerlukan kekuatan, daya tahan, dan *fleksibilitas*. Kebugaran itu dicapai melalui sebuah kombinasi dari latihan teratur dan kemampuan yang melekat pada seseorang (kebugaran yang terkait dengan performa: *agility* (kelincahan), keseimbangan, koordinasi, kecepatan, power, dan waktu reaksi).

Jadi berdasarkan paparan diatas kebugaran jasmani merupakan gabungan tugas fisik dari komponen yang menjadi sebuah koordinasi gerak yang dapat menciptakan ketahanan tubuh yang optimal sehingga fungsi tubuh akan bugar.

Menurut Safari (2012), hlm 21 terdapat beberapa unsur kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan adalah kekuatan (*stranght*), daya tahan (*endurance*), kelentukkan (*flexibility*), kecepatan (*speed*), dan kelincahan (*agility*). Berkaitan dengan hal diatas, penulis ingin mencoba meneliti masalah salah satu komponen kebugaran yaitu kelincahan. Mengapa hanya kelincahan yang diambil, terkait ada hubungan dengan permasalahannya guru jarang memberikan pengajaran kebugaran jasmani yang variatif, sekalipun mengajarkan hanya itu-itu saja, selain itu bentuk kondisi kesiapan guru dalam mengajar kurang dan berimbas pada minat siswa, sehingga pembelajarannya monoton. Maka dari itu disini peneliti akan mencoba meneliti kemampuan anak dalam berolahraga melihat perkembangan anak untuk berolahraga dengan menerapkan materi kebugaran jasmani yang sifatnya menyenangkan dan lebih variatif dengan mengambil unsur kelincahan.

Sesuai keterangan di atas pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam materi kelincahan (*agility*), dapat melatih pergerakan mengubah arah dalam kelincahan bergerak dimana anak dapat melakukan pembelajaran dengan di modifikasi melalui permainan.

Meurut Lutan (2011, hlm 70) kelincahan atau *agility* yaitu kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepatmungkin

Jadi berdasarkan pendapat diatas bahwa kelincahan itu merupakan sebuah pergerakan mengubah arah anggota tubuh yang dilatih untuk mencapai tujuan tertentu.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam kebugaran jasmani harus tetap bertujuan pada unsur kelincahan itu sendiri sehingga dapat dikuasai oleh para siswa. Untuk mewujudkan tujuan tersebut diperlukannya metode atau model pembelajaran yang sesuai dengan apa yang diharapkan agar siswa lebih tergugah dalam melakukannya. Menurut David dan Keith (Safari, 2014, hlm. 35) bahwa:

TGT (*Team Games Turnament*) merupakan metode pembelajaran pertama dari Johns Hopkins. Metode ini menggunakan pelajaran yang sama seperti STAD, tetapi menggantikan tugas gerak dengan turnamenmingguan, dimana Siswa memainkan game dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya. TGT memiliki banyak kesamaan dengan STAD , tetapi menambahkan dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan.

Jadi menurut pendapat diatas bahwa TGT (*Team Games Turnament*) sebuah metode yang dapat mempermudah atau memperkaya cara pembelajaran olahraga secara beregu dan dipertandingkan bertujuan agar anak dapat lebih berantusias untuk melakukannya.

Materi pelajaran Kebugaran Jasmani bisa menggunakan teknis tes yang secara baku yakni ada perlakuan tes secara dipertandingkan berkelompok dengan melakukan lari bolak-balik (*shuttle run*). Dengan pembelajaran seperti itu tidak menghilangkan keaslian dari pembelajarannya tetapi menambah suatu kreasi pada penyampaian materi kebugaran jasmani, sehingga materi ini bisa tersampaikan dan siswa bisa mendapatkan suatu pembelajaran yang berbeda.

Dari hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 18 desember 2015 dilapangan, hasil yang diperoleh adalah siswa kurang memiliki kemampuan dalam mengembangkan atau meningkatkan kemampuan bergerak dengan lincah. Hal ini tergambar dalam keadaan siswa yang kurang dapat melakukan keterampilan-keterampilan yang diberikan.

**Tabel 1.1**  
**Data Awal Aktivitas Siswa Lari Bolak-balik atau Shuttle-rundalam Model**  
**Pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*)**

No	Nama Siswa	Aspek yang Diamati				Skor Perolehan	Perolehan Waktu	Nilai	Kategori	
		Lari bolak-balik ( <i>shuttle-run</i> )							T	BT
		1	2	3	4					
1	Afif Januar PH				✓	4	00.00.10.40	85	✓	
2	Ajun Junaedi	✓				1	00.00.14.09	25		✓
3	Arjuna Putra	✓				1	00.00.13.54	25		✓
4	Dimas Maulana				✓	4	00.00.10.56	85	✓	
5	Euis Rana	✓				1	00.00.15.09	25		✓
6	Evan Alimudin S	✓				1	00.00.15.00	25		✓
7	Fikri Noviansyah			✓		3	00.00.12.40	75		✓
8	Firdan Abdilah		✓			2	00.00.13.28	50		✓
9	Hesty Noviana	✓				1	00.00.14.02	25		✓
10	Hilya Gina M	✓				1	00.00.14.03	25		✓
11	Muhamad Abdul S	✓				1	00.00.14.04	25		✓
12	Muhamad Hamdan				✓	4	00.00.10.45	85	✓	
13	Muhamad Tofan F				✓	4	00.00.10.50	85	✓	
14	Nenden Siti M			✓		3	00.00.12.29	75		✓
15	Nurlita Dheina		✓			2	00.00.13.30	50		✓
16	Rezza Sandika		✓			2	00.00.13.01	50		✓
17	Ryanti Revalina	✓				1	00.00.16.04	25		✓
18	Sendy Rendiana	✓				1	00.00.14.09	25		✓
19	Tiara Renata		✓			2	00.00.13.00	50		✓
20	Utari Nurhamidah		✓			2	00.00.13.24	50		✓
21	Fuja Faras	✓				1	00.00.16.02	25		✓
22	Yoga Setiawan	✓				1	00.00.14.09	25		✓
Jumlah		11	5	2	4	43		1015	4	18
Persentase %		50	22.7 2	9.0 9	18. 18				18.1 8	90.9 0

Berikut adalah hasil tabel kriteria penilaian berdasarkan kalkulasi pengolahan hasil kemampuan anak dari yang tercepat hingga yang terendah dan analisis penentuan peneliti secara keseluruhan:

**Table 1.2**  
**Kriteria Penilaian**

No.	Keterangan	Waktu	Nilai
1.	Diberi skor 1 jika waktu perolehan	> 00.00.13.50	00 – 25
2.	Diberi skor 2 jika waktu perolehan	00.00.12.51 - 00.00.13.50	26 – 50
3.	Diberi skor 3 jika waktu perolehan	00.00.10.51 - 00.00.12.50	51 – 75
4.	Diberi skor 4 jika waktu perolehan	00.00.00.00 – 00.00.10.50	85

Keterangan:

Skor Ideal : 4

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

85 dinyatakan Tuntas (T)

≤ 85 dinyatakan Belum Tuntas (BT)

Rumus Persentase:

$$\% = \frac{X}{N} \times 100$$

% = Persentase

X = Jumlah perolehan skor

N = Jumlah siswa keseluruhan

Selain melakukan penelitian ini, saya wawancarai siswa dan melihat hasil RPP SDN Kadujajar II yaitu dapat disimpulkan bahwa permasalahan dalam pembelajaran materi kebugaran jasmani adalah:

1. Perencanaan, guru belum membuat RPP secara maksimal mencapai presentasi sebagai berikut:
  - a. Kejelasan rumusan pembelajaran 50%
  - b. Mengembangkan dan mengorganisasikan materi dan media 56.25%
  - c. Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran 40%
  - d. Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian 41.66%
  - e. Tampilan dokumen pembelajaran 50%
2. Kinerja guru belum melaksanakan pembelajaran sesuai yang direncanakan, mencapai presentasi sebagai berikut:
  - a. Pra pembelajaran 50%
  - b. Membuka pembelajaran 50%
  - c. Mengelola inti pembelajaran 40%
  - d. Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas 45%
  - e. Melakukan evaluasi proses dan hasil belajar 50%
  - f. Kesan umum kinerja guru 50%
3. Berdampak pada aktivitas siswa mencapai presentasi sebagai berikut:
  - a. Kejujuran pada siswa 31.81%
  - b. Kedisiplinan dalam pembelajaran 31.81%
  - c. Kerjasama siswa dalam mengikuti pembelajaran 27.27%
4. Hasil belajar siswa pada pembelajaran ini adalah:

Dari nilai-nilai siswa tersebut didapat 4 siswa atau 18.18% yang dikategorikan tuntas, sedangkan 18 siswa atau 90.90% dikategorikan belum tuntas.

Dari beberapa tes diatas, siswa kurang bisa melakukan gerakan tersebut dengan benar. Hal ini dapat dilihat dari pergerakan kaki dari *shuttle run* yang masih kurang terlatih sehingga pencapaian waktunya masih rendah.

Jadi, berkaitan dengan hal diatas, keadaan siswa kelas V SDN Kadujajar II Kecamatan Tanjungkerta Kabupaten Sumedang, hubungannya dengan tingkat kebugaran jasmani merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian. Karena dari jumlah keseluruhan siswa kelas V yaitu 90.90% masih kurang dalam menguasai

pergerakan yang optimal dalam kelincahan kebugaran jasmani. Hal itu disebabkan karena anak belum terlalu banyak mempelajari bentuk tes ini selama mereka menerima pembelajaran dalam kebugaran jasmani, selain itu kurangnya inovasi guru dalam mengemas pembelajaran sehingga anak sangat cepat jenuh dan kurang bergairah.

Mengetahui keadaan dan kemampuan anak, maka guru harus menentukan teknik dan taktik yang harus diajarkan kepada anak. Dengan melihat hasil data awal pada penelitian ini maka peneliti menyiapkan bentuk perlakuan atau materi lain untuk jenjang selanjutnya yaitu lari envelop, lari zig-zag, dan lari boomerang. Dengan demikian guru dapat menentukan tujuan instruksional khususnya dalam suatu pelajaran. Ketepatan penentuan teknik dan taktik yang diajarkan untuk anak SD akan menimbulkan rasa senang dalam pembelajaran kebugaran.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis mengambil judul “Penerapan Model Pembelajaran TGT pada Materi Kebugaran dalam Pendidikan Jasmani”

(Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas V SDN Kadujajar II Kecamatan Tanjungkerta Kabupaten Sumedang).

## **B. Identifikasi Masalah**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang difokuskan pada penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) dalam materi kebugaran jasmani. Penelitian ini hanya dibatasi pada kelas V SDN Kadujajar II Kecamatan Tanjungkerta Kabupaten Sumedang. Pokok bahasan pada penelitian ini adalah mempraktekkan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kelincahan dalam pembelajaran kebugaran jasmani. Permasalahan yang penulis temukan yaitu perencanaan pembelajaran, proses pelaksanaan pembelajaran aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Penulis beranggapan dengan menggunakan pembelajaran lari *shuttle run* dapat melatih kemampuan anak dalam kebugaran

### C. Rumusan Masalah Penelitian

Untuk memperoleh jawaban yang diinginkan dari penelitian, harus dirumuskan permasalahan penelitian sehingga akan lebih jelas arah penelitian yang akan dilakukan. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah yaitu:

1. Bagaimana perencanaan penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
2. Bagaimana pelaksanaan penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
3. Bagaimana aktivitas siswa penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
4. Bagaimana hasil belajar siswa saat melakukan pembelajaran materi kebugaran jasmani dengan menerapkan pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?

### D. Pemecahan Masalah

Melihat dari permasalahan yang ada dalam penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan, maka langkah selanjutnya adalah mencari alternatif untuk pemecahan masalah tersebut. Alternatif tindakan yang dapat dilakukan dalam pemecahan masalah tersebut adalah menyajikan pembelajaran melalui pembenahan pembelajaran yang lebih inovatif. Dengan pembelajaran yang baru ini bisa menarik minat anak dan lebih bersemangat dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Pembelajaran melalui modifikasi permainan ini dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan, dalam tahapan persiapan ini guru mempersiapkan segala macam media yang diperlukan dalam proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Kemudian guru dapat menjelaskan kepada siswa tentang materi



yang akan disampaikan, tujuan, pokok kegiatan, dan hasil belajar yang diharapkan. Serta guru dapat menjelaskan tentang langkah-langkah kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas kebugaran jasmani.

2. Tahap pelaksanaan, pada tahapan ini guru memberikan bimbingan kepada siswa dalam hal cara melakukan gerakan-gerakan dalam kebugaran jasmani.. Serta memberikan motivasi kepada siswa agar siswa lebih aktif melakukan pembelajaran.
3. Tahap aktivitas siswa, pada tahapan ini guru melihat bagaimana aktivitas siswa ketika dalam pembelajaran melalui format aktivitas siswa.
4. Tahap hasil belajar, pada tahapan ini guru dapat mengetahui hasil belajar siswa dengan cara memberikan tes.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perencanaan penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
2. Untuk mengetahui pelaksanaan penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
3. Untuk mengetahui aktivitas siswa penerapan model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada materi kebugaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?
4. Untuk mengetahui hasil belajar siswa saat melakukan pembelajaran materi kebugaran jasmani dengan menerapkan pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) pada siswa kelas V SDN Kadujajar II?

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, khususnya bagi penulis dan umumnya bagi berbagai pihak, baik siswa, guru, sekolah, pembaca, maupun peneliti lain. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Peneliti**

Peneliti dapat mengetahui hasil belajar penerapan model pembelajaran TGT(*Teams Games Tournament*) dengan menggunakan metode dan pembelajaran materi kebugaran yang lebih inovatif.

### **2. Bagi Siswa**

Penelitian ini dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuannya dalam unsur kelincahan pada kebugaran jasmani. Serta merasakan suasana yang lebih menarik dan menyenangkan dalam model pembelajaran TGT(*Teams Games Tournament*) melalui pembelajaran ini.

### **3. Bagi Guru Penjas SD**

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bahwa dalam model pembelajaran TGT(*Teams Games Tournament*) dengan penggunaan pembelajaran bentuk tes kelincahan ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan kelincahan pada anak dalam pembelajaran kebugaran jasmani.

### **4. Bagi Pihak Sekolah**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan sekolah dalam membuat kebijakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah.

### **5. Bagi Peneliti Lain**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian lain yang lain terkait dengan pembelajaran yang menggunakan model pembelajaran TGT(*Teams Games Tournament*) untuk meningkatkan unsur kelincahan dalam kebugaran jasmani yang lebih menarik.

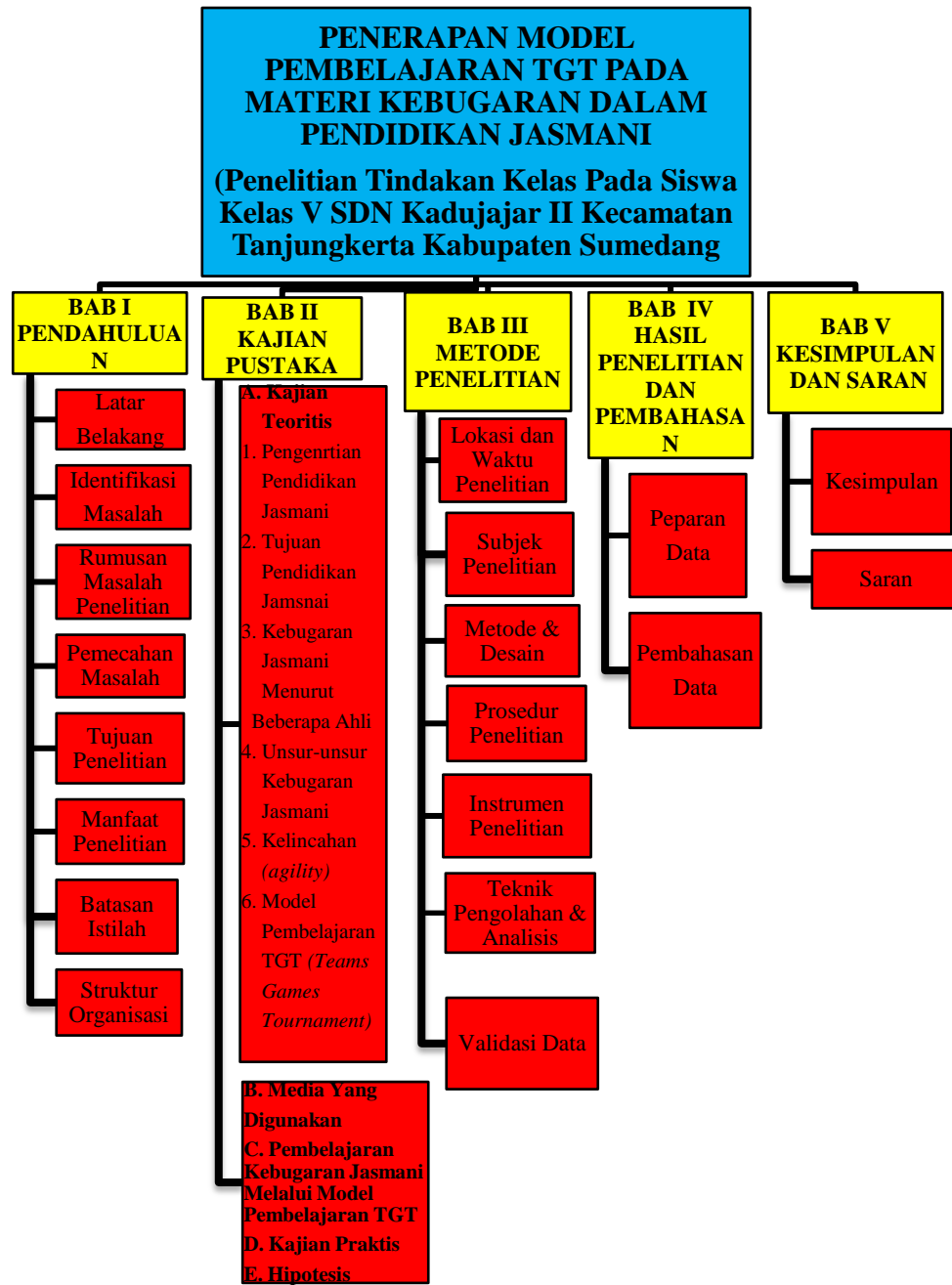
## **G. Batasan Istilah**

Definisi operasional diperlukan agar tidak terjadi salah penafsiran terhadap judul penelitian yang dibuat. Penjelasan mengenai istilah-istilah yang terdapat dalam judul penelitian adalah sebagai berikut ini.

1. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan
2. Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan berlebihan yang berarti.
3. Model pembelajaran TGT (*Teams Games Tournament*) adalah salah satu tipe atau model pembelajaran kooperatif yang mudah diterapkan, melibatkan aktivitas seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya dan mengandung unsur permainan dan reinforcement. Aktivitas belajar dengan permainan yang dirancang dalam pembelajaran kooperatif model TGT (*Teams Games Tournament*) memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks disamping menumbuhkan tanggung jawab, kejujuran, kerja sama, persaingan sehat dan keterlibatan belajar
4. Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan berkaitan dengan tingkat kelentukan. Tanpa kelentukan yang baik seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu, faktor keseimbangan sangat berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang.
5. *Shuttle – Run* merupakan tes yang bertujuan untuk mengukur kelincahan, yaitu kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat sambil melakukan gerakan.
6. Lari envelop adalah sebuah bentuk tes latihan agilitas dalam kebugaran jasmani dengan berlari ke berbagai arah seperti lari membentuk amplop.
7. Lari *zig-zag* /belak-belok merupakan tes yang bertujuan untuk mengukur kelincahan, yaitu mengubah gerak tubuh arah berkelok-kelok.
8. Lari boomerang adalah sebuah bentuk tes latihan agilitas dalam kebugaran jasmani dengan berlari ke berbagai arah dengan teknis yang sudah ditentukan.

#### **H. Struktur Organisasi**

Gambar 1.3



Struktur Organisasi

