

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap individu di dalam kehidupannya, oleh karena itu pendidikan harus ditanamkan kepada individu sedini mungkin. Anak usia dini diibaratkan kertas kosong, apabila seorang anak di didik dengan pengetahuan yang benar maka kemungkinan besar apa yang dia terima akan diingat sampai anak tersebut tumbuh dewasa. Jenjang pendidikan yang ada di Indonesia meliputi jenjang pendidikan usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan dasar merupakan salah satu jenjang pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan sikap dan kemampuan serta memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar yang diperlukan untuk hidup dalam masyarakat serta mempersiapkan peserta didik yang memenuhi persyaratan untuk mengikuti pendidikan menengah.

“Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional” (Mahendra, 2009, hlm. 3). Salah satu contoh definisi pendidikan jasmani yang didasarkan pada pandangan holistik dikemukakan oleh Jawatan Pendidikan Jasmani (sekarang sudah dibubarkan) yang dirumuskan tahun 1960 (dalam Suherman, 2009, hlm. 4) menyebutkan “Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasi potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak, dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan”.

“Proses belajar mengajar merupakan bagian terpenting dalam dunia pendidikan yang didalamnya terdapat guru sebagai pengajar dan siswa yang sedang belajar. Proses belajar dan mengajar sungguh tidak dapat menghindarkan diri

peristiwa kontak sosial antara guru dengan siswa” (Husdarta dan Saputra, 2000, hlm. 13). Pendidikan jasmani yang di ajarkan di sekolah memiliki peran yang sangat tinggi, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pembekalan pengalaman psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Menurut Elder (2009, hlm. 6) mengemukakan bahwa “*The challenge for teachers of physical and sport education is to integrate the teaching of fundamental motor skills into movement and sports programs*”. Dalam artian bahwa tantangan bagi guru pendidikan jasmani adalah untuk mengintegrasikan pengajaran keterampilan motorik dasar kedalam gerakan dan program olahraga. Gerak dasar merupakan gerak yang bersifat umum yang apabila dikuasai oleh anak usia sekolah dasar akan menjadi landasan yang kukuh untuk mengembangkan gerak-gerak yang lebih kompleks. Gerak dasar itu sendiri dibagi menjadi tiga bagian yaitu gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebagaimana yang di ungkapkan Suherman, (2001, hlm. 11) yang mengatakan:

Gerak dasar lokomotor merupakan gerak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lain. Gerak dasar non lokomotor yaitu gerak yang dilakukan di tempat (tidak berpindah tempat), dan gerak dasar manipulatif merupakan gerak untuk bertindak melakukan suatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil atau gerak yang berhubungan dengan penggunaan alat.

Hal ini sejalan juga dengan pendapat Departemen pendidikan WA (2013, hlm. 15) menyatakan “ *Locomotor skills involve transporting the body in any direction from one point to another. Examples are: crawling, walking, running, hopping, leaping, jumping, galloping, skipping, dodging, and swimming*”. Dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah keterampilan gerak yang melibatkan tubuh berpindah dari satu tempat ke tempat lain, contohnya: berjalan, melompat, berlari dll.

Pembelajaran gerak dasar pada siswa sekolah dasar kelas bawah merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk merangsang secara memadai kemampuan gerak lokomotor siswa agar tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Perkembangan keterampilan gerak bagi anak sekolah dasar ditekankan sebagai perkembangan dan penghalusan aneka keterampilan

gerak dasar lokomotor yang dimiliki oleh siswa. Salah satu bentuk gerak dasar lokomotor adalah lari. Pentingnya penguasaan gerak dasar lari bagi siswa sekolah dasar harus mendapatkan perhatian dari guru penjas. Seorang guru penjas harus bisa memberikan stimulasi atau mengembangkan gerak dasar lari siswa dalam bentuk atau model-model yang menarik dan mudah dilakukan oleh siswa. Seperti yang dikemukakan Mahendra (2007, hlm. 32) bahwa “Gerak dasar fundamental merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks”.

Selama ini dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kebanyakan guru pendidikan jasmani masih monoton dalam arti guru tersebut hanya menekankan pada penguasaan keterampilan teknik dan mengacu pada peraturan yang sebenarnya tanpa mempedulikan keinginan siswa ketika proses pembelajaran sedang berlangsung. Tidak bisa dipungkiri pembelajaran penjas khususnya materi lari dari zaman dahulu sampai sekarang masih begitu-begitu saja itu disebabkan kurang variatifnya guru mengemas pembelajaran. Contohnya, siswa di bawa ke lapangan setelah itu guru langsung melakukan pembelajaran dengan siswa disuruh lari bolak balik dengan jarak 20-25 meter. Dengan keadaan seperti ini siswa akan merasa cepat bosan dan malas untuk mengikuti pembelajaran penjas. Sehingga kebanyakan siswa laki-laki pada saat pembelajaran penjas hanya tau dan hanya ingin bermain sepak bola, sedangkan yang perempuan lebih memilih berkumpul dan melakukan aktivitas mereka masing-masing. Meskipun dengan pengajaran monoton seperti itu bisa meningkatkan penguasaan gerak dasar lari siswa, tetapi kekurangannya adalah siswa akan merasa tertekan karena pada pembelajaran yang monoton seolah-olah hanya guru yang berhak mengatur pembelajaran sesuai keinginannya padahal dalam proses pembelajaran siswa juga mempunyai hak yang sama supaya proses pembelajaran bisa berjalan sesuai dengan tujuannya.

Untuk menghindari hal tersebut pembelajarannya harus dirubah ke dalam bentuk permainan yang dirasa lebih cocok untuk diterapkan dalam mengajar penjas terutama yang terkait dengan materi pembelajaran gerak dasar lari dan permainan yang di maksud adalah aktivitas permainan lari. Permainan lari pada dasarnya bertujuan agar siswa mampu memadukan penguasaan gerak yang dipelajari. Jadi, permainan lari menekankan pada permainan dan sekaligus dapat meningkatkan

kemampuan gerak dasar yang berkaitan dengan bentuk permainannya, sehingga siswa diharapkan bisa memahami relevansi pembelajaran gerak dasar terhadap situasi-situasi di dalam permainan yang sebenarnya. Oleh karena itu apabila pembelajaran gerak dasar lari dilakukan dengan baik maka akan menjadi landasan yang kukuh bagi siswa untuk dapat mengembangkan gerak-gerak lari yang lebih kompleks.

Dengan demikian pembelajaran gerak dasar lokomotor lari akan lebih tepat diberikan ketika usia anak antara 8 sampai 9 tahun atau lebih tepatnya pada saat anak tersebut berada dalam jenjang siswa sekolah dasar kelas bawah. Oleh karena itu salah satu permainan yang tepat adalah aktivitas permainan lari karena dalam permainan lari cocok dengan karakteristik sekolah dasar yang senang dengan bermain. Apabila permainan lari diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani seperti yang telah dijelaskan tadi dengan baik, maka besar kemungkinan siswa akan lebih antusias, tertarik dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran gerak dasar berlari di sekolah dasar kelas bawah.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas maka dapat dinyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang bertujuan membantu siswa mencapai tujuan pendidikannya melalui aktivitas jasmani. Pembelajaran gerak dasar lari merupakan salah satu materi pendidikan jasmani yang bertujuan mengembangkan potensi-potensi peserta didik baik secara psikomotor melalui aktivitas bermain. Siswa sekolah dasar kelas bawah yang cenderung masih dalam masa bermain akan sulit diberikan materi yang berhubungan dengan gerak dasar, karena mereka belum paham tujuan dari pembelajaran gerak dasar itu sendiri. Dengan keadaan siswa yang kurang tanggap maka akibatnya pembelajaran gerak dasar tidak akan berjalan dengan baik dan hasilnya siswa kemungkinan besar tidak akan bisa melakukan tugas gerak yang diberikan.

Keadaan siswa yang kurang menguasai materi gerak dasar akan menghambat proses pembelajaran yang sedang berlangsung. Hal ini dikarenakan siswa kelas bawah masih dalam masa bermain sehingga ketika diberikan materi gerak dasar mereka kurang merespon. Begitu pula siswa kelas bawah yang ada di

SD Negeri Tilil 1 Kota Bandung yang tidak menguasai pembelajaran gerak dasar dan mengakibatkan hasil pembelajarannya kurang maksimal.

Berdasarkan hasil pengamatan sementara penulis di SD Negeri Tilil 1 Kota Bandung, bahwa siswa sekolah dasar kelas bawah khususnya siswa kelas III kurang merespon intruksi yang diberikan terutama ketika pembelajaran gerak dasar lari karena hampir semua siswa tidak menyukai materi gerak dasar lari. Dengan demikian guru penjas harus mensiasatinya dengan merubah gaya pembelajarannya tetapi dengan tidak mengubah konteks pembelajaran gerak dasar lari itu sendiri. Penerapan aktivitas permainan lari dianggap cocok untuk mengatasi permasalahan tersebut karena dengan permainan lari diharapkan bisa meningkatkan kemampuan siswa terutama pada materi gerak dasar lari yang diberikan. Permainan lari ini bertujuan untuk merubah proses pembelajaran yang tadinya monoton menjadi pembelajaran yang lebih menyenangkan dan mengarah ke dalam bentuk permainan.

Pada anak sekolah dasar kelas bawah (kelas 1, 2, dan 3) kita harus benar-benar menerapkan strategi mengajar yang sesuai dengan kemampuan anak usia kelas bawah. Seorang guru pendidikan jasmani dituntut untuk menanamkan gerak dasar yang baik dan benar sehingga ketika memasuki pembelajaran penjas siswa akan mengerti dan paham dalam melakukannya. Masih banyak guru yang tidak menyadari terhadap peranan dan fungsi pendidikan jasmani di sekolah sehingga proses pembelajaran penjas di sekolah masih lebih banyak ditekankan pada program yang berat sebelah pada aspek fisik semata.

Selain itu aktivitas permainan lari ini dapat di pakai untuk menghindari ketidaktercapaiannya tujuan atau target kompetensi yang diajarkan akibat minimnya alat dan alokasi waktu yang disediakan oleh sekolah. Dalam pelaksanaannya permainan lari ini memanfaatkan bentuk-bentuk permainan yang dimodifikasi, dan dalam hal ini permainan lari sangat cocok diterapkan pada anak sekolah dasar terutama siswa kelas bawah.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sutiawan (2014) menyatakan motivasi belajar siswa mengalami peningkatan setelah siswa mengikuti kegiatan pembelajaran penjas melalui aktivitas pembelajaran permainan tag games (permainan sentuh), selain itu terdapat peningkatan hasil belajar dengan menggunakan permainan sentuh (*tag games*) pada pembelajaran atletik (lari 50

meter) di SDN 4 Sukarasa. Selama kegiatan pembelajaran terjadi interaksi positif antara para siswa. Motivasi belajar tercipta saat mereka belajar dalam suasana yang menyenangkan dan mereka senang untuk belajar. Kemudian, para siswa merasa senang belajar dengan pendekatan bermain melalui tag games (permainan sentuh) dapat dilihat dari hasil rata-rata siswa. Dimana pada pra observasi dengan rata-rata 12.254. Siklus 1 dengan rata-rata 11.379. Siklus 2 dengan rata-rata 10.535.

Yudanto (2005) menyatakan pengembangan keterampilan gerak dasar di sekolah dasar harus mendapat perhatian yang serius dari guru pendidikan jasmani. Keterampilan gerak dasar lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang sangat penting, maka perlu adanya suatu latihan, bimbingan dan pengembangan dari guru pendidikan jasmani, agar dapat berkembang secara baik. Cara yang terbaik untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar lari dan lompat di sekolah dasar adalah dengan pendekatan bermain, karena masa anak-anak merupakan masa yang senang bermain. Model-model pengembangan gerak dasar lari dan lompat di sekolah dasar harus disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan anak, agar hasil yang ingin dicapai sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Selain itu Priyanto (2013) juga menyatakan pembelajaran materi gerak dasar lari dengan pendekatan bermain pada siswa Kelas V SD Donotirto selama 2 siklus dapat meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lari dimana siswa menjadi aktif dan lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lari. Siswa tidak bosan dalam melakukan kegiatan karena disajikan dalam bentuk bermain dan menggunakan alat bantu yang beraneka ragam serta dengan bentuk latihan yang bervariasi sehingga menarik minat siswa untuk bergerak. Siswa tidak merasa bahwa permainan yang mereka lakukan adalah pembelajaran atletik, khususnya gerak dasar lari. Setelah dilakukan evaluasi terhadap tindakan kelas ini dapat diketahui pada dasarnya siswa kelas V sekolah dasar menyenangi materi pembelajaran yang disajikan dalam bentuk bermain. Pembelajaran gerak dasar lari dengan pendekatan bermain pada siswa kelas V SD I Donotirto meningkatkan hasil kecepatan lari 50 m. Rerata hasil kecepatan lari 50 m siklus I yaitu 9,75 masuk kategori baik menjadi 9,46 masuk kategori baik pada siklus II. Sedangkan jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 23 anak

(67,65 %) setelah siklus II jumlah siswa yang tuntas sebanyak 29 anak (85,29 %) maka telah melampaui ketuntasan klasikal sebesar 75 %.

Bertitik tolak dari latar belakang masalah, pokok pikiran, pendapat, dan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian mengenai salah satu keterampilan lokomotor yaitu keterampilan gerak dasar lari dalam rangka menambah khasanah penelitian aktivitas pembelajaran lari yang lebih variatif. Untuk itu penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul *“Meningkatkan Keterampilan Berlari Melalui Aktivitas Permainan Lari Pada Siswa Sekolah Dasar”*.

1.2. Rumusan Masalah

Kondisi kelas bawah yang khususnya siswa kelas III SD Negeri Tilil 1 Kota Bandung yang tidak menyukai pembelajaran gerak dasar sangat menghambat proses pembelajaran. Kondisi tersebut sangatlah merugikan baik itu untuk guru sebagai pengajar maupun siswa yang diajar, karena dengan keadaan demikian tujuan pembelajaran tidak akan tercapai sepenuhnya. Hal ini yang menjadi persoalan pokok tidak tercapainya tujuan pembelajaran yang diharapkan, sehingga kondisi seperti ini mengakibatkan tidak optimalnya proses pembelajaran pendidikan jasmani sebagai medium pendidikan terutama dalam rangka meningkatkan kemampuan gerak dasar berlari khususnya siswa kelas III Sekolah Dasar (SD) Negeri Tilil 1 Kota Bandung.

Berdasarkan hasil pengamatan diperoleh data-data bahwa secara umum siswa kelas III di Sekolah Dasar Negeri Tilil 1 Kota Bandung kurang menyukai pembelajaran gerak dasar lari di karenakan pembelajaran yang monoton sehingga hasil belajarnya masih di bawah target. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya perbaikan melalui aktivitas permainan lari. Mengacu pada kondisi tersebut maka dirumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah aktivitas permainan lari dalam pembelajaran penjas dapat meningkatkan keterampilan berlari?
2. Bagaimana aktivitas siswa selama penerapan aktivitas permainan lari?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan yang disusun secara sistematis akan mengarahkan penelitian yang sistematis yang sesuai dengan rencana. Sesuai dengan rumusan masalah yang diajukan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana menerapkan keterampilan berlari siswa kelas III melalui penerapan aktivitas permainan lari di SD Negeri Tilil 1 Kota Bandung.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang permainan lari, khususnya aktivitas permainan lari dalam pembelajaran penjas di Sekolah Dasar.
 - b. Dapat digunakan sebagai reformasi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan masalah serupa.
2. Manfaat Praktis:
 - a. Bagi peneliti
 - 1) Memberi pengalaman untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang di dapat selama kuliah dalam karya nyata.
 - 2) Diharapkan bisa memperoleh gambaran mengenai kemampuan gerak dasar siswa, khususnya terhadap kemampuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar berlari siswa sekolah dasar.
 - b. Bagi Mahasiswa
 - 1) Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan menambah wawasan tentang permainan lari.
 - 2) Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian serupa.

3. Manfaat Kebijakan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk memberikan rekomendasi kebijakan terhadap siswa dan guru dalam penerapan permainan lari dalam pembelajaran penjas.

4. Manfaat Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dalam memecahkan suatu masalah kegiatan penjas (permainan lari) yang ada dalam sekolah, pembelajaran penjas, maupun lingkungan sekitar.

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Hasil Penelitian ini akan ditulis dalam lima bab, masing-masing bab dibahas dan dikembangkan dalam beberapa sub bab sesuai dengan Pedoman Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia 2015. Secara sistematis sebagai berikut:

- BAB I:** Pada bab satu ini adalah uraian tentang pendahuluan, pada bab ini terdiri atas latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi
- BAB II :** Pada bab dua ini adalah kajian pustaka, yang terdiri dari atas tiga sub bab antara lain: kerangka teori yang memuat tentang teori-teori yang digunakan untuk menganalisis penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, dan kerangka pemikiran.
- BAB III :** Pada bab tiga ini adalah metode penelitian, terdiri atas lima sub bab antara lain: desain penelitian, informan dan lokasi penelitian, pengumpulan data, analisis data dan isu etik.
- BAB IV :** Pada bab empat ini adalah temuan dan pembahasan yang memuat dua hal utama, yakni (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.
- BAB V :** Pada bab lima ini adalah penutup yang merupakan bab akhir dalam penelitian. Bab ini berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi,

yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut. Ada dua alternatif cara penulisan simpulan, yakni dengan cara butir demi butir atau dengan cara uraian padat.