

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lompat, lari, dan lempar (Eddy Purnomo, 2007:1). Bila dilihat dari arti atau istilah “Atletik” berasal dari bahasa Yunani yaitu *Atlon* atau *Athlum* yang berarti lomba/perlombaan atau pertandingan. Amerika dan sebagian di Eropa dan Asia sering memakai istilah/kata dengan *Track and Field* dan negara Jerman memakai kata *leicht atletik* dan negara belanda memakai istilah *athletiek*. Sedangkan menurut Yoyo Bahagia, dkk (2000: 1), Atletik merupakan salah satu pelajaran Pendidikan Jasmani yang wajib diberikan kepada siswa dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP), Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA). Sedangkan, bagi mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan merupakan mata kuliah yang wajib harus diambil.

Atletik merupakan cabang olahraga yang tertua dan juga merupakan induk atau ibu dari semua cabang olahraga. Atletik sudah sejak zaman dulu secara tidak langsung dan disadari telah dilakukan orang seperti: berjalan, berlari, melompat, melempar tombak untuk berburu, ini semua telah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Lari jarak pendek merupakan lari yang menggunakan tenaga semaksimal mungkin atau berlari secepat-cepatnya dalam jarak 100 meter sampai dengan 400 meter. Untuk dapat menghasilkan kecepatan yang maksimal seseorang dalam menjalankan aktivitas atau gerak olahraga tergantung empat hal, yaitu 1) fungsi organ tubuh (jantung, paru-paru, syaraf, otot, dan panca indra); 2) kemampuan dasar gerak tubuh atau kemampuan biomotorik, meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, ketepatan, stamina, koordinasi dan power; 3) sikap dasar tubuh yang baik; dan 4) semangat (Amat Komari: 2008:19). Unsur-unsur tersebut harus selalu dibina dan dilatih agar dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan pola kekhususan gerak dari nomor atau cabang yang akan

dipelajari. Sedangkan, Menurut Ismaryati (2006, 59), faktor yang mempengaruhi kecepatan yaitu *power* otot tungkai.

Lari jarak pendek adalah dimana seorang pelari harus berlari dengan sekencang-kencangnya dalam jarak 100-400 Meter. Seperti yang dikemukakan di atas untuk mendapatkan hasil yang maksimal maka unsur-unsur yang menunjang kemampuan lari *sprint* 100-400 meter harus selalu dilatih dan dibina berdasarkan pola kekhususan yang ada di dalam lari *sprint* 100-400 meter itu sendiri. Dalam bukunya Yoyo Bahagia, Ucup Y, adang S (2000:12) kecepatan lari ditentukan oleh panjang langkah (*stide length*) dan frekuensi langkah (*stide frequency*). Selanjutnya Yoyo mengemukakan bahwa panjang langkah dipengaruhi oleh panjang tungkai. Menurut Eddy Purnomo (2007: 30), prestasi *sprint* ditentukan oleh panjang langkah dan frekuensi langkah. Panjang langkah dipengaruhi oleh kekuatan, teknik, kelenturan dan daya tahan. Frekuensi langkah dipengaruhi oleh koordinasi, teknik, kelenturan dan daya tahan.

Lari jarak pendek merupakan salah satu mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang wajib diberikan kepada peserta didik, mulai dari tingkat SD bahkan sampai Perguruan Tinggi, Pada pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya atletik nomor lari jarak pendek, yang dilakukan oleh beberapa sekolah yang ada di kabupaten Bandung pada umumnya dan MTSS I'anatut thalibin Kecamatan Margahayu Kabupaten Bandung pada khususnya, menunjukkan bahwa proses pembelajaran lari jarak pendek yang dilakukan seperti yang diajarkan orang dewasa, cenderung menggunakan pendekatan olahraga prestasi dalam pembelajarannya. Sedangkan anak-anak sekolah dasar lebih suka bermain yang akhirnya anak-anak dalam pembelajaran atletik nomor lari jarak pendek merasa tidak menyenangkan atau membosankan.

Guru masih senantiasa memberi materi pembelajaran atletik nomor lari jarak pendek dengan mengacu pada hasil yang dicapai siswa tidak memperhatikan proses yang dilakukan. yang lebih disayangkan bahwa teknik yang digunakan sangat membosankan sehingga yang seharusnya anak sudah terbiasa dengan gerakan dasar atletik menjadi kurang bersemangat dalam mengikutinya. Hal ini diketahui dari hasil penilaian yang dilakukan oleh guru ternyata masih banyak siswa yang belum mampu mencapai nilai KKM yang telah ditentukan, yaitu 8

siswa dari 22 siswa keseluruhan atau sekitar 36% dari jumlah siswa per kelas. Serta guru mengalami kesulitan menentukan metode yang tepat dalam pembelajaran atletik. Padahal untuk meningkatkan kompetensi siswa dalam gerak dasar atletik nomor lari jarak pendek dibutuhkan metode yang sifatnya menarik dan tidak membosankan. Dengan demikian guru dituntut untuk bisa menentukan metode yang tepat, sesuai dengan karakter siswa yang notabene anak-anak yang masih suka bermain sehingga bisa direspon baik oleh siswa.

Proses pembelajaran menuntut guru untuk merancang berbagai metode pembelajaran yang memungkinkan terjadinya proses pembelajaran aktif. Model pembelajaran dengan pendekatan bermain merupakan salah satu bentuk pembelajaran jasmani yang disukai siswa. Model pembelajaran dengan pendekatan bermain dapat diberikan kepada peserta didik di segala jenjang pendidikan. Dengan bermain imajinasi perilaku pemain dapat dikembangkan oleh bimbingan guru, sehingga permainan jauh lebih menarik, menyenangkan, dan meriah.

Menurut Hurlock (1991, hlm. 320) yang dikutip dari M. Furqon Hadayatullah (2006, hlm. 2) bahwa "Bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hal akhir." Bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk peserta didik dalam membina hubungan dengan teman sesama dan menyalurkan bakat peserta didik.

Pada permasalahan di atas dapat dilihat bahwa motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik lari jarak pendek sangat rendah, hal ini ditunjukkan dengan siswa dalam melakukan tugas gerak terkesan tidak bersemangat dan sering meminta untuk segera mengakhiri pembelajaran kepada guru penjas. Sehingga motivasi sangat diperlukan untuk meningkatkan

Dari latar belakang tersebut di atas maka penulis menentukan judul Penelitian Tindakan Kelas dengan judul "Peningkatan Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Bermain".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, maka didapat perumusan masalah sebagai berikut : "Apakah Terdapat Peningkatan Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Bermain di MTSS I'anatut thalibin Kecamatan Margahayu Kabupaten Bandung ?"

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas, tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui peningkatan Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Bermain pada MTSS I'anatut thalibin Kecamatan Margahayu Kabupaten menggunakan pembelajaran lari jarak pendek pendekatan permainan lari bola keranjang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti, para pendidik, dan pembaca pada umumnya. Manfaat tersebut antara lain sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Menemukan teori/ pengetahuan baru melalui penelitian ini, dan dapat dijadikan suatu referensi bagi guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan proses pembelajaran serta memberikan masukan kepada semua pihak pengajar khususnya bagi pengajar pendidikan jasmani dalam pembelajaran dengan pendekatan permainan.

2. Manfaat praktis

- a) Bagi Siswa: meningkatkan minat dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan bermain.
- b) Bagi Guru: untuk meningkatkan kreatifitas guru dalam penggunaan metode pembelajaran yang sesuai dengan kondisi peserta didik sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan
- c) Bagi Sekolah: hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan sekolah untuk mengembangkan model pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif khususnya nomor lari jarak pendek.

- d) Bagi Peneliti: peneliti mendapatkan fakta bahwa melalui permainan lari bola keranjang dalam pembelajaran lari jarak pendek pada pelajaran penjas dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

E. Penegasan Istilah

Untuk menghindari agar permasalahan yang dibicarakan dalam penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan dan salah penafsiran atas istilah yang digunakan, maka penulis memberikan penjelasan dan sumber pemecahan masalah yaitu:

1. Pembelajaran

Pembelajaran merupakan suatu kumpulan proses yang bersifat individual, yang merubah stimuni dari lingkungan seseorang kedalam sejumlah informasi, yang selanjutnya dapat menyebabkan adanya hasil belajar dalam bentuk ingatan jangka panjang Achmad Sugandi,dkk (2004, hlm. 9).

Pembelajaran merupakan seperangkat tindakan yang dirancang untuk mendukung proses belajar peserta didik, dengan memperhitungkan kejadian-kejadian eksternal yang berperan terhadap rangkaian kejadian-kejadian internal yang berlangsung di dalam peserta didik Winkel dalam buku pembelajaran berbasis PAIKEM (2010, hlm. 8).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan pembelajaran adalah suatu kegiatan atau tindakan yang dirancang untuk mendukung proses belajar peserta didik yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, tidak mampu melakukan menjadi mampu melakukan yang selanjutnya dapat menyebabkan bentuk ingatan jangka panjang.

2. Lari jarak pendek

Lari jarak pendek adalah salah satu kategori nomor lari dimana pelari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang ditempuh (Rumini, 2004, hlm. 19). Lari jarak pendek atau lari cepat (*sprint*) yaitu semua perlombaan lari dengan kecepatan penuh yang menempuh jarak 100 m, 200 m, dan 400 m. Kunci pertama yang harus dikuasai oleh pelari cepat adalah start.

Keterlambatan atau ketidaktelitian pada waktu melakukan start, sangat merugikan seorang pelari cepat. Oleh sebab itu, cara melakukan start harus benar-benar diperhatikan dan dipelajari, serta dilatih dengan cermat Dadan Heryana, Giri Verianti (2010, hlm. 17).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan lari jarak pendek adalah lari sepanjang jarak yang ditempuh dengan kecepatan penuh dengan kunci pertama yang harus dikuasai oleh pelari adalah *start*.

3. Pengertian bermain

Pengertian bermain menurut para ahli

- a) Menurut Anggani Sudono Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak.
- b) Menurut Mayke S. Tedjasaputra Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat berguna untuk anak, misalnya saja memperoleh pengalaman dalam membina hubungan dengan sesama teman, menambah perbendaharaan kata, menyalurkan perasaan - perasaan tertekan, dll.
- c) Menurut A. Aziz Alimul Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktekkan ketrampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, serta mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa.
- d) Brooks & Elliot, 1971 Bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan, tanpa mempertimbangkan hasil akhir.
<http://www.lepank.com/2012/07/pengertian-bermain-menurut-beberapa-ahli.html>.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa bermain adalah kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak sehari-hari karena bermain sama dengan belajar, yg dapat memperoleh kesenangan, pengalaman belajar berkomunikasi dengan lingkungan, menyesuaikan diri dengan lingkungan, belajar mengenal dunia, serta mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa.

4. Pendekatan bermain

Pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang dikonseptualkan dalam bentuk permainan. Menurut Wahjoedi (1999, hlm. 121) bahwa "pendekatan bermain adalah pembelajaran yang diberikan dalam bentuk atau situasi permainan". Sedangkan Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (2000, hlm. 35) berpendapat, "strategi pembelajaran permainan berbeda dengan strategi pembelajaran skill, namun bisa dipastikan bahwa keduanya harus melibatkan modifikasi atau pengembangan agar sesuai dengan prinsip DAP (*developmentally Appropriate Practice*) dan body scalling (ukuran fisik termasuk kemampuan fisik)".

<http://mari-berkawand.blogspot.com/2011/08/pengertian-pendekatan-bermain.html>.

Berdasarkan pendapat dari ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang dikonseptualkan dalam bentuk permainan. Dalam pelaksanaan pembelajaran bermain menerapkan suatu teknik cabang olahraga ke dalam bentuk permainan. Melalui permainan, diharapkan akan meningkatkan motivasi dan minat siswa untuk belajar menjadi lebih tinggi, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

F. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah penyusunan dan pemahaman dalam penelitian skripsi nanti maka peneliti membuat sistematika pembahasan sebagai berikut :

BAB I: Memuat tentang pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, identifikasi dan perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur penelitian

BAB II: Menerangkan tentang konsep, teori, dan pendapat para ahli terkait dengan masalah yang diteliti dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan serta hipotesis.

BAB III: Berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian termasuk komponen yang lainnya seperti populasi dan sampel, variabel, dan desain penelitian, instrument penelitian, prosedur pelaksanaan tes, dan analisis data.

BAB IV: Membahas mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi pengolahan data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis temuan.

BAB V: Tentang kesimpulan dan sarat yang memaparkan hasil analisis temuan penelitian.