

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lari adalah aktifitas yang hampir dimiliki oleh semua orang di seluruh dunia. Lari juga merupakan bagian dari cabang olahraga atletik, lari dalam cabang atletik memiliki nomor-nomor seperti lari jarak pendek, lari jarak menengah, lari jarak jauh, nomor lari yang termasuk ke dalam lari jarak pendek adalah lari 100 meter, lari 200 meter, lari 400 meter. Ketiga jenis lari cepat ini memiliki gerakan yang sama yang membedakan dari ketiga lari cepat ini hanya dari irama langkah. Lari jarak pendek juga memiliki bentuk keterampilan lari selain lari cepat ada juga lari gawang dan lari estafet. Dari ketiga jenis lari jarak pendek yang disebutkan, penulis akan membahas nomor lari estafet. Lari estafet merupakan bagian dari lari jarak pendek. Lari estafet (sambung) adalah lari yang dilakukan secara bergantian. Dalam satu regu/tim lari sambung ada empat orang pelari, yaitu pelari pertama, kedua, ketiga, dan keempat. Pada nomor lari sambung ada perbedaan tidak seperti nomor lari jarak pendek lainnya, lari sambung memiliki keterampilan yang tidak akan dijumpai pada nomor lari lainnya, yaitu memberi dan menerima tongkat sambil berlari secepat-cepatnya dari jarak dan batas tertentu dari pelari sebelumnya ke pelari berikutnya.

Seperti yang disebutkan di atas, nomor lari estafet/lari sambung, menjadi salah satu materi yang cukup menarik dalam pembelajaran atletik karena memiliki muatan kompetisi, hanya tinggal kreasi seorang guru yang dapat lebih meragamkan bentuk kegiatan dengan berbagai aktifitas gerak, keterampilan, dengan banyaknya modifikasi dalam pembelajaran maka siswa akan lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran atletik lari estafet, meskipun lari estafet memerlukan lapangan, dan alat sebagai penyambung saat berlari, lapangan dan alat itu dapat dimodifikasi dengan benda seperti bola kecil, pipa kecil, bambu, dan lain-lain. Proses pembelajaran lari estafet khususnya di SMP Negeri 1 Suranenggala Kabupaten Cirebon masih menganut metode komando yaitu siswa langsung diinstruksikan supaya mampu melakukan gerakan-gerakan yang

**Sanila, 2013**

Pengaruh Permainan Tradisional Bebentengan Terhadap Keterampilan Lari Sambung Di SMP Negeri 1 Suranenggala Kab.Cirebon  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sebenarnya. Hal ini dapat menimbulkan kurangnya aktifitas gerak siswa serta dapat menimbulkan rasa jenuh, bosan, dalam proses pembelajaran atletik bahkan atletik sering menjadikan momok pelajaran yang tidak disukai dan ada juga yang menganggap pembelajaran atletik disekolah sebagai pelajaran yang menakutkan maka dari sini seorang guru harus jeli pada saat memberikan materi atletik pada siswa-siswinya. Pembelajaran atletik dengan pendekatan bermain akan lebih efektif diberikan kepada siswa-siswi. Karena atletik diberikan dengan metode bermain dapat menggugah perhatian seorang anak dan memberikan rasa kesenangan dan gembira pada saat melakukan kegiatan pembelajaran atletik. Pembelajaran Atletik dengan melalui metode bermain dapat memfasilitasi semua tingkat keterampilan siswa yang ada pada kelas yang kita ajar. Dengan bermain tidak menghilangkan unsur keseriusan dalam pembelajaran atletik

Lari sambung/estafet 4x100 dalam kegiatannya menggunakan tongkat pendek ringan yang berukuran kurang lebih panjangnya 30 cm. Lari estafet dilakukan oleh empat pelari dalam satu tim. Pelari satu melakukan *start* jongkok dan berlari sampai batas tertentu. Kemudian diteruskan oleh pelari dua, lari pada batas tertentu yang sama jauh jaraknya dengan pelari satu, pelari dua diteruskan oleh pelari tiga, pelari tiga diteruskan pelari empat. Start yang digunakan pada pelari dua, pelari tiga dan pelari empat adalah *start* berdiri atau melayang. Pelari empat yang menjadi tugas terakhir yang membawa tongkat sampai memasuki garis *finish*. Dalam lari estafet membutuhkan kerjasama tim untuk menghasilkan waktu yang baik. *Start* dan *finish* lari sambung sama dengan *start* dan *finish* pada lari jarak pendek. Pada saat terjadi pergantian atau persambungan dari pelari satu ke pelari dua, pelari dua ke pelari tiga, pelari tiga ke pelari empat akan terjadi serah terima tongkat estafet. Lari estafet terdapat dua teknik operan dasar yang digunakan untuk mengoper tongkat: teknik visual dan nonvisual. Yang dimaksud dengan teknik visual adalah dengan cara melihat dan nonvisual tidak melihat.

Faktor pendukung proses pembelajaran lari estafet tidak lepas dari sumber daya manusia, siswa, peran guru, sarana dan prasarana dari mulai lapangan, tongkat, dan media lain yang mendukung. Salah satu masalah pendidikan jasmani di Indonesia belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah tingkat

**Sanila, 2013**

Pengaruh Permainan Tradisional Bebenangan Terhadap Keterampilan Lari Sambung Di SMP Negeri 1 Suranenggala Kab.Cirebon  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

pertama, lanjutan, dan perguruan tinggi. Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya sumber, sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani yang terbatas. Begitu juga di kalangan para siswa, ada kesan bahwa olahraga atletik yang melelahkan dan merupakan seperangkat gerak monoton, tidak bervariasi dan hilangnya unsur kesenangan kegembiraan yang tidak sesuai dengan makna pendidikan jasmani dan rekreasi membuat pembelajaran atletik kurang diminati. Isi dari pembelajaran atletik meliputi gerak lari, melempar dan melompat yang dianggap kurang mampu memunculkan gerak keterampilan yang tinggi namun melelahkan. Unsur kerian dan kegembiraan tidak terungkap dalam pelaksanaan proses belajar mengajar.

Pengaruh pendekatan pembelajaran permainan olahraga tradisional bisa di jadikan alat media pembelajaran pendidikan olahraga atletik di sekolah. Beberapa permainan tradisional seperti lari balok, gala asing, kucing tikus dan bebentengan dari beberapa permainan olahraga tradisional dapat dimanfaatkan oleh seorang guru yang ingin memberikan materi olahraga atletik, dengan mengadopsi beberapa permainan olahraga tradisional seperti bebentengan kedalam pembelajaran atletik lari estafet. Siswa selain mendapatkan unsur kesenangan, kesehatan, siswa juga bisa mengenal lebih dalam manfaat permainan olahraga tradisional dan akan lebih menghargai ragam budaya yang dimiliki oleh bangsa ini. Selain memperkenalkan budaya yang sudah ada sejak zaman nenek moyang dan dimainkan secara turun temurun dari generasi ke generasi. Permainan olahraga tradisional sebagai perisai jati diri bangsa yang harus dijaga. Bebentengan merupakan permainan yang memiliki gerakan yang menyerupai permainan atletik nomor lari estafet dimana didalam proses lari estafet ada unsur kelincahan, kecepatan, kekuatan, memindahkan tongkat/memberikan tongkat dengan batas tertentu. Dan hal ini tampak terlihat dalam permainan bentengan terdapat kelebihan seperti : ada unsur lari, mengetik bagian tubuh lawan dengan tangan, kelincahan, kecepatan, kekuatan. Menjaga benteng dan membebaskan teman. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan

penelitian sebagai berikut: pengaruh permainan tradisional bebentengan terhadap keterampilan lari sambung di SMP Negeri 1 Suranenggala Kab.Cirebon.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka perumusan masalah yang akan ditelusuri dalam penelitian ini adalah *“Apakah pengaruh penerapan permainan tradisional bebentengan terhadap keterampilan lari sambung meningkat di SMP Negeri 1 Suranenggala Kabupaten Cirebon.”*

## **C. Tujuan Penelitian**

Sebelum suatu kegiatan dilaksanakan, tentunya telah ditetapkan tujuan yang ingin dicapai. Dengan tujuan tersebut akan dapat memberikan arahan-arahan, prosedur serta tahapan-tahapan yang harus dilakukan terhadap permasalahan yang ada. Adapun tujuan dari penelitian ini, antara lain :

Untuk melihat apakah pengaruh permainan tradisional bebentengan terhadap keterampilan lari sambung di SMP Negeri 1 Suranenggala. Kab. Cirebon.

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi penulis yang dilakukan secara individu atau tim yang diharapkan dapat bermanfaat baik bagi individu maupun bagi masyarakat secara umum. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

### a) Secara Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam berbagai aktifitas jasmani dan olahraga tradisional dalam dunia akademik terutama di sekolah-sekolah negeri maupun swasta dan mahasiswa FPOK UPI.



#### b) Secara Praktis

Secara praktis, dapat memberikan masukan yang berarti bagi para guru pendidikan jasmani di SMP dalam pemilihan model pembelajaran terutama untuk pengembangan hasil pembelajaran pendidikan jasmani siswa.

### **E. Batasan Penelitian**

Untuk menghindari timbulnya penafsiran yang terlalu luas dan untuk memperoleh gambaran yang jelas, baik yang menyangkut objek studi, cakupan studi, maupun kedalaman studinya, maka atas dasar pertimbangan penulisan maka perlu adanya pembatasan yaitu ruang lingkup penelitian. Analisis masalah juga membatasi ruang lingkup masalah agar penelitian lebih lanjut dan terarah, dengan demikian memperoleh gambaran yang jelas apabila penelitian itu dianggap selesai dan berakhir. Adapun pembatasan masalah yang dimaksud sebagai berikut:

1. Variabel bebas permainan tradisional bebentengan
2. Variabel terikat adalah keterampilan lari sambung/estafet
3. Penelitian hanya difokuskan pada pengaruh permainan tradisional bebentengan terhadap keterampilan lari sambung.
4. Untuk penelitian hanya pada cabang atletik lari sambung/lari estafet. Sampel penelitian adalah siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Suranenggala.

### **F. Waktu dan Tempat Penelitian**

Waktu penelitian bulan september 10 sampai 5 oktober 2013

1. Tempat penelitian: SMP Negeri 1 Suranenggala Kab. Cirebon.
2. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu. Karena metode ini dapat memecahkan masalah yang akan penulis teliti yaitu mengungkapkan seberapa besar pengaruh olahraga tradisional bebentengan terhadap keterampilan lari sambung, yang sampelnya diberikan *treatment* atau perlakuan, berupa olahraga permainan tradisional bebentengan dalam kurun waktu yang sudah ditentukan.

Sanila, 2013

Pengaruh Permainan Tradisional Bebentengan Terhadap Keterampilan Lari Sambung Di SMP Negeri 1 Suranenggala Kab.Cirebon

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Untuk mendapatkan metode eksperimen, menurut Surakhmad (1984:32) yang menyatakan :

Metode eksperimen ditujukan untuk meneliti hubungan sebab atau akibat dengan memanipulasi satu atau lebih variabel pada satu (atau lebih) kelompok eksperimental, dan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol yang tidak mengalami manipulasi. Manipulasi berarti mengubah sistematis (nilai-nilai) variabel bebas. Setelah dimanipulasikan variabel bebas itu biasanya disebut garapan (*treatment*). Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpul data atau alat pengukurnya. Sedangkan validitas suatu alat ukur harus sesuai dengan materi tes yang akan diukur. Mengenai validitas, Arikunto (2010:211) menjelaskan bahwa, “suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat.”(Nurhasan, 2007:221).

Dalam penelitian dibutuhkan desain penelitian untuk dijadikan acuan dalam mempermudah langkah-langkah yang harus dilakukan dalam suatu penelitian. Desain penelitian diperlukan dalam suatu penelitian sebagai alur yang dapat dijadikan pegangan agar penelitian tidak keluar dari ketentuan yang sudah ditentukan sehingga tujuan atau hasil yang diperoleh akan sesuai dengan harapan. Dalam rangka mencapai tujuan tersebut penulis menggunakan desain eksperimen yaitu *posttest-only control group design*.

### **G. Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah penafsiran terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka peneliti menjelaskan istilah-istilah dalam penelitian proposal skripsi ini, yaitu:

**a. Pengaruh** adalah kegiatan atau keteladanan yang baik secara langsung atau tidak langsung mengakibatkan suatu perubahan perilaku dan sikap orang lain atau kelompok.

**b. Permainan** adalah suatu aktifitas yang dilakukan oleh beberapa anak untuk mencari kesenangan yang dapat membentuk proses kepribadian dan membantu anak mencapai perkembangan fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional.

[online: <http://belajarpsikologi.com/metode-permainan-dalam-pembelajaran>] 9 april 2013

**c. Olahraga tradisional** yaitu olahraga yang telah berkembang setelah beberapa generasi ataupun olah raga yang terkait dengan tradisi budaya suatu bangsa.

**d. Bebentengan**, mengingat nama jenis benteng terinspirasi oleh aksi peperangan tempo dulu. Lihat saja istilahnya ada tawanan, membakar benteng musuh, dan lain sebagainya

**e. Keterampilan**, kata keterampilan sama artinya dengan kata kecekatan. Terampil atau cekatan adalah kepandaian melakukan sesuatu dengan cepat dan benar. Seseorang yang dapat melakukan sesuatu dengan cepat tetapi salah tidak dapat dikatakan terampil. Demikian pula apabila seseorang dapat melakukan sesuatu dengan benar tetapi lambat, juga tidak dapat dikatakan terampil (Soemarjadi, Muzni Ramanto, Wikdati Zahri,1991:2). Sedangkan ruang lingkup keterampilan sendiri cukup luas, meliputi kegiatan berupa perbuatan, berpikir, berbicara, melihat, mendengar, dan sebagainya. Dalam pembelajaran, keterampilan dirancang sebagai proses komunikasi belajar untuk mengubah perilaku siswa menjadi cekat, cepat, dan tepat dalam melakukan atau menghadapi sesuatu. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah suatu bentuk kemampuan menggunakan pikiran, nalar, dan perbuatan dalam mengerjakan sesuatu secara efektif dan efisien.

[online: <http://cumanulisaja.blogspot.com/2012/09/pengertian-keterampilan.html>] 9 april 2013

**f. Lari sambung / lari estafet** adalah salah satu nomor lomba lari pada perlombaan atletik yang dilaksanakan secara bergantian atau berantai. Dalam satu regu lari sambung ada empat orang pelari, yaitu pelari pertama, kedua, ketiga, dan keempat. Pada nomor lari sambung ada kekhususan yang tidak akan dijumpai pada nomor lari yang lain, yaitu memindahkan tongkat sambil berlari cepat dari pelari ke satu kepada pelari berikutnya. Nomor lari sambung yang sering

Sanila, 2013

Pengaruh Permainan Tradisional Bebentengan Terhadap Keterampilan Lari Sambung Di SMP Negeri 1 Suranenggala Kab.Cirebon

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

diperlombakan adalah nomor 4x100 meter dan nomor 4x400 meter. Dalam melakukan lari sambung bukan teknik lari saja yang perlu diperhatikan, tetapi pemberian dan menerima tongkat di zona (daerah) pergantian seperti penyesuaian jarak dan kecepatan dari setiap pelari. Sumber:

[online:<http://id.shvoong.com/internet-and-technologies/sport/2140116-pengertian-lari-sambung-estafet/#ixzz2PxYqqmdU>] 9 april 2013

