

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu pondasi dalam hidup manusia yang harus dipersiapkan dan dibangun dengan sebaik-sebaiknya, manusia telah ditanamkan pendidikan dimulai sejak masih dalam kandungan, lahir, hingga dewasa sesuai dengan perkembangannya.

Pasal 1 ayat (1) Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (selanjutnya ditulis UU Sisdiknas) menyatakan:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik 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” (Hakim, 2016, hlm.54).

Pendidikan jasmani yang diberikan kepada siswa di sekolah menjadi bagian penting karena pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, oleh karena itu tidaklah lengkap jika pendidikan tanpa pendidikan jasmani, hal ini sesuai dengan SK Mendikbud No:413/U/1987 yang dikemukakan oleh Abdulkadir Ateng sebagai berikut: pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, *neuromuskuler*, intelektual dan emosional melalui berbagai aktivitas jasmani (Bangun, 2016, hlm.158).

Undang-undang Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Tahun 2005 Pasal 1 ayat 11 menerangkan bahwa “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang

dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani” (Aditya, Helmi, & Usman, 2019, hlm.17).

Berdasarkan pemahaman tentang hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama halnya dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan pada umumnya yang dikemas dalam pengalaman belajar, beberapa aspek tujuan pendidikan jasmani, yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor, Dalam penerapannya aspek kognitif didalamnya mencakup tentang pengetahuan siswa dan kemampuan siswa dalam memecahkan masalah, aspek afektif berdasarkan segala sesuatu yang berkaitan dengan emosi, seperti penghargaan, nilai, perasaan, semangat dan sikap bagaimana cara siswa bersosialisasi serta konsep diri siswa, sedangkan psikomotor mencakup perilaku gerakan dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik siswa.

Proses pendidikan kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang sangat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan, hal tersebut sesuai dengan pendidikan jasmani yang didapatkan perubahan tingkah laku peserta didik dengan melalui pengalaman gerak. Kegiatan belajar dilakukan oleh siswa, dan melalui kegiatan itu akan ada perubahan perilaku siswa, sementara kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru untuk memfasilitasi proses belajar, kedua peranan itu tidak akan terlepas dari situasi saling mempengaruhi dalam pola hubungan antara dua subjek, meskipun di sini guru lebih berperan sebagai pengelola. Pendidikan jasmani juga mempunyai peranan penting disekolah karena dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan pada peserta didik, yaitu terbentuknya sifat sosial, emosional dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya pembelajaran pendidikan

jasmani juga akan terlihat karakter siswa masing-masing, ungkapan yang kreatif, inovatif dan terampil akan terlihat saat pendidikan jasmani berlangsung.

Pada dasarnya pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani yang mencakup tentang nilai-nilai disiplin, kerjasama, dan sportifitas. Maka itu tujuan jasmani sesuai dengan tujuan pendidikan karena didalamnya terdapat aspek perubahan perilaku yang melekat pada perilaku siswa. Siswa dapat mengembangkan fisik, mengembangkan gerak, membantu kemampuan berfikir dan juga membantu siswa memahami personal, kelompok ataupun anggota masyarakat lainnya.

Dengan kedudukan pendidikan jasmani didalam pendidikan Indonesia maka sebagai calon guru sekolah dasar hendaknya menguasai semua hal terkait dengan jasmani atau aktivitas olahraga yang akan diajarkan di sekolah, tidak hanya sekedar menyampaikan ilmu, namun juga menilai. Dalam menghadapi peserta didik saat menjalankan tugas sebagai seorang guru harus paham betul dengan tingkat perkembangan siswanya, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

Salah satu bentuk aktivitas jasmani yaitu lari, sehingga siswa berkesempatan untuk terlibat langsung dalam proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani dilapangan. Didalam pembelajaran pendidikan jasmani ada beberapa materi yang salah satunya atletik. Atletik yaitu suatu cabang olahraga yang terdiri dari lari, lompat, jalan dan lempar.

Lari adalah modal awal dari segala olahraga, lari atau sering dikenal dengan *sprint* (lari jarak pendek) sangat digemari banyak orang yang melihatnya, sebab mereka akan mengetahui orang yang paling cepat dan merupakan komponen yang dibutuhkan untuk pertumbuhan pada fisik dan merupakan faktor pendukung dalam aktivitas bermain.

Menurut Adisasmita, lari jarak pendek atau *sprint* adalah semua nomor lari yang dilakukan dengan kecepatan penuh (*sprint*) atau kecepatan maksimal, sepanjang jarak yang ditempuh. Jadi dapat disimpulkan kebutuhan yang paling utama dalam lari adalah kecepatan, karena kecepatan adalah faktor penentu dalam lari jarak pendek. Kecepatan merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan dalam waktu sesingkat-singkatnya.

Dalam proses pembelajaran yang dilakukan guru olahraga cenderung berpusat pada guru dengan langkah-langkah pembelajaran PJOK klasik, yaitu persiapan, berbaris, berdoa, pemanasan, demonstrasi oleh guru dan evaluasi di akhir pembelajaran. Hal tersebut tentunya sangat bertentangan dengan tuntutan proses pembelajaran dalam K13, dimana pembelajaran harus interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik (Permendikbud, Nomor 22 Tahun 2016). Perubahan kurikulum belum diikuti dengan perubahan proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru olahraga sehingga yang terjadi tidak sesuai dengan harapan, karena banyak siswa yang nilainya masih dibawah kriteria ketuntasan minimal (kkm). Faktor penyebabnya adalah karena guru hanya melihat hasil akhir yang dicapai tanpa memperhatikan proses yang dilakukan siswa. Hal ini terjadi karena guru mengalami kesulitan didalam menentukan metode yang tepat. Maka, tugas utama guru untuk meningkatkan kompetensi siswa di cabang atletik pada nomor lari jarak pendek (*sprint*) yaitu menciptakan suasana iklim atau atmosfer belajar menjadi menyenangkan dan tidak monoton sesuai dengan karakteristik siswa SD yaitu usia anak-anak senang bermain sehingga siswa dapat ikut

berperan aktif dalam proses belajar yang terjadi dikelas atau dilapangan.

Dari masalah tersebut, maka peneliti akan mencoba memberikan solusi terhadap permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran lari jarak pendek di SD, agar pembelajaran atletik semakin menarik dan dapat meningkatkan KKM siswa sesuai yang diharapkan di SD Negeri Sindang Mandi. Perlu sekali adanya pengembangan metode pembelajaran yang menarik perhatian siswa untuk menumbuhkan atau meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga menghidupkan suasana belajar mengajar menjadi menyenangkan.

Benteng-bentengan adalah permainan tradisional yang kini jarang ditemui dikalangan anak-anak karena adanya permainan modern atau sering disebut game. Untuk melestarikan permainan tradisional agar tetap eksis dikalangan anak-anak, maka peneliti mencoba mengkolaborasikan permainan tradisional benteng-bentengan dengan pembelajaran lari jarak pendek (*sprint*). Karena dalam permainan benteng-bentengan salah satu manfaatnya yaitu melatih kecepatan atau kelincahan yang merupakan unsur kebutuhan dalam lari dan siswa juga merasa senang, aktif serta untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Dari permasalahan tersebut, peneliti mengambil judul “Meningkatkan Kecepatan Lari Jarak Pendek (*Sprint*) Melalui Modifikasi Permainan Tradisional Benteng-bentengan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Sindangmandi”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya adalah sebagai berikut:

“Apakah dengan permainan benteng-bentengan dapat meningkatkan kecepatan lari jarak pendek (*sprint*) pada siswa kelas V SD Negeri Sindangmandi?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan lari jarak pendek (*sprint*) pada siswa kelas V SD Negeri Sindangmandi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi bagi mahasiswa atau peneliti lain yang akan mengembangkan penelitian sejenis.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap dunia pendidikan dan juga masukan untuk guru berupa metode pembelajaran untuk memperbaiki nilai peserta didik pada materi lari jarak pendek (*sprint*).

### **E. Definisi Istilah**

1. Istilah Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup manusia yang sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.
2. Istilah lari jarak pendek (*sprint*) merupakan lari yang menempuh jarak antara 40 m sampai dengan jarak 400 m, dan unsur utamanya adalah kecepatan.

3. Benteng-bentengan adalah salah satu permainan tradisional yang sering ditemukan dikalangan anak-anak di pedesaan. Permainan ini merupakan permainan asli dari Indonesia yang telah berkembang di berbagai daerah dengan nama permainannya berbeda disetiap daerah, tetapi permainan yang dimainkan masih serupa.