

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang di berikan di semua sekolah baik sekolah dasar negeri maupun swasta. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional yang bertujuan sebagai sarana untuk mencapai pendidikan pada umumnya. Susilawati (2010: 3) menyatakan bahwa

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia yang seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak. Jadi, pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Siedentop dalam Lutan dkk (2009: 114) yang mengatakan bahwa pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui dan dari aktivitas jasmani.

Berdasarkan uraian tersebut, bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan media untuk meraih tujuan pendidikan secara keseluruhan termasuk nilai-nilai yang terkandung dalam aktivitas jasmani atau olahraga, sehingga memberikan kontribusi terhadap berbagai aspek kehidupan secara positif.

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya. Hal tersebut ada dalam tujuan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) tahun 2006 (BSNP, 2006: 208) sebagai berikut.

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan karakter moral yang kuat.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga.

Dalam pendidikan jasmani, atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang tertua, yang dilakukan oleh manusia sejak zaman purba sampai dewasa ini. Gerakan-gerakan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik, seperti jalan, berlari, melompat dan melempar adalah gerakan yang dilakukan oleh manusia didalam kehidupannya sehari-hari. Selain itu, gerakan-gerakan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik, merupakan dasar bagi cabang olahraga lainnya. Oleh karena itu, tidaklah berlebihan sejarah mengemukakan bahwa atletik adalah ibu dari semua cabang olahraga (*mother of sport*).

Dalam pendidikan jasmani atletik merupakan cabang olahraga yang diajarkan di Sekolah Dasar (SD). Menurut Muhtar dkk (2009: 1) mengatakan bahwa Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan, yang meliputi atas nomor lari, lompat dan lempar.

Atletik terbagi menjadi beberapa cabang salah satunya lari gawang menurut Muhtar (2009: 43) mengatakan bahwa “lari gawang adalah suatu cara lari dimana si atlit harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan yang semaksimal mungkin melalui sejumlah rintangan (gawang), yang telah ditetapkan dengan jarak dan ketinggian tertentu”.

Menurut Sidik (2011: 34) mengatakan bahwa :

Lari gawang terdiri dari dua unsur: sprint diantara gawang-gawang dan melewati gawang, dapat dirinci menjadi tahap-tahap: melewati gawang dan mendarat.

- 1) Dalam unsur lari sprint, pelari gawang memfokuskan pada pengulangan tiga langkah dari percepatan.
- 2) Dalam unsur melewati gawang, pelari gawang berusaha meminimalkan waktu melayang dan mempersiapkan diri untuk melakukan langkah lari berikutnya.

Dari yang telah diuraikan di atas, dalam membina dan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak siswa sekolah dasar terhadap lari gawang, guru pendidikan jasmani memodifikasi alat yang sesuai dengan kemampuan siswa sekolah dasar. Dalam proses pembelajaran lari gawang, guru harus lebih memfokuskan proses pembelajaran pada pematangan kemampuan gerak lari gawang, yaitu dengan memodifikasi alat yang digunakan.

Media pembelajaran diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (message), merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuansiswa sehingga dapat mendorong proses belajar. (Sumiati, 2009: 160).

Sejalan dan sependapat dengan pengertian di atas, media kardus diartikan:

Suatu pelantara yang berguna untuk membungkus sesuatu yang terbuat dari kertas dan berguna untuk menciptakan karya lainnya yang berguna bagi kegiatan lainnya. ([www.pengertiankardus/oranilam2003@ymail.com](http://www.pengertiankardus/oranilam2003@ymail.com)).

Dan juga beberapa faktor penyebab kurangnya berkembang cabang olahraga atletik khususnya lari gawang di SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung, maka dalam pelaksanaan pembelajaran guru pendidikan jasmani harus dapat menentukan media pembelajaran altetik yang dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar peserta didik dalam lari gawang. Dengan menggunakan media kardus untuk meningkatkan pembelajaran lari gawang.

Berdasarkan uraian di atas, mendorong penulis unuk dapat mengembangkan kembali cabang olahraga atletik khususnya lari gawang di SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung dengan melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) sebagai upaya perbaikan dan peningkatan pelaksanaan pembelajaran di sekolah yang bersangkutan yaitu SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung, melalui judul “Meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

Untuk membina dan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak siswa sekolah dasar, maka guru pendidikan jasmani perlu merancang bentuk-bentuk yang menarik bagi siswa usia sekolah dasar melalui media kardus.

Berdasarkan wawancara, observasi, dan hasil tes data awal pada pembelajaran gerak dasar lari gawang di SDN Linggar I masih sangat terbatas. Hal tersebut dikarenakan ada beberapa permasalahan dalam proses pembelajaran diantaranya adalah.

1. Guru

- a. Pada awal pembelajaran guru tidak menyebutkan tujuan pembelajaran.
- b. Pada saat pembelajaran guru cenderung memperhatikan sebagian saja dari siswanya dan membiarkan siswanya yang tidak ingin mengikuti pembelajaran.
- c. Pada saat pembelajaran lari gawang, dengan tidak adanya sarana dan prasarana guru kurang kreatif dalam membuat media untuk pembelajaran.

2. Aktivitas siswa

- a. Antusias siswa kurang dalam mengikuti pembelajaran.
- b. Pada saat pembelajaran lari gawang siswa seringkali tidak disiplin.
- c. Pada saat menjelaskan materi siswa masih banyak yang bercanda.
- d. Siswa merasa jenuh dan bosan jika pembelajarannya langsung pada kegiatan inti.

Berdasarkan hasil analisis proses di atas maka dapat diketahui bahwa proses pembelajaran lari gawang tersebut kurang efektif dan efisien. Bisa dilihat dari beberapa masalah di atas. Dan hal tersebut mempengaruhi terhadap hasil tes data awal dalam pembelajaran gerak dasar lari gawang itu sendiri. Berikut tes data awal gerak dasar lari gawang dalam pembelajaran atletik di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

Tabel 1.1  
Hasil Tes Data Awal Siswa dalam Pembelajaran lari gawang

No	Nama siswa	Gerak awalan				Gerak pelaksanaan				Gerak akhiran				S	N	KKM	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			T	TT
1	Abiy Ibnu		√					√					√	9	75	√	
2	Anggi P			√				√				√		8	66,6		√
3	Adisa Kurnia		√					√				√		9	75	√	
4	Anisa Kartipah		√					√				√		6	50		√
5	Amelya W		√					√				√		6	50		√
6	Dias Assidik			√				√				√		9	75	√	
7	Neng Dhea		√					√				√		7	58,3		√
8	Dea F		√					√				√		6	50		√
9	Feby Alike		√					√				√		6	50		√
10	Fitriani N		√					√				√		7	58,3		√
11	Ganis Gita W		√					√				√		7	58,3		√
12	Gilang Sapta A			√				√				√		9	75	√	
13	Hendra Bayu			√				√				√		8	66,6		√
14	Hanisa Riyam		√					√				√		6	50		√
15	Iqbal Maulana			√				√				√		8	66,6		√
16	Ivan Dimas			√				√				√		8	66,6		√
17	Kartina Nur A		√					√				√		6	50		√
18	Kartini Nur A		√					√				√		6	50		√
19	Lutphia H		√					√				√		7	58,3		√
20	Moch Rifky			√				√				√		10	83,3	√	
21	Rio Arsila			√				√				√		9	75	√	
22	Fikri Alamsyah			√				√				√		10	83,3	√	
23	Laila L		√					√				√		5	41,6		√
24	Anita		√					√				√		6	50		√
<b>J</b>																7	17
<b>P</b>																29,16 %	70,83%

Keterangan :

T : Tuntas

TT: Tidak Tuntas

Skor ideal : 12

$$\text{penilaian} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor ideal}} \times 100$$

Nilai KKM = 75

Jika siswa mendapat nilai  $\geq 75$  dikatakan tuntas.

Jika siswa mendapat nilai  $\leq 75$  dikatakan tidak tuntas.

Berdasarkan data di atas dari 24 siswa yg melakukan tes data awal terdiri dari 13 putra dan 11 putri. Dan yang mencapai KKM hanya 29,16% yang terdiri dari 7 siswa putera dan tidak ada siswi puteri yang tuntas dan yang tidak mencapai KKM 70,83% yang terdiri dari 6 orang siswa putera dan 11 siswi puteri.

## **B. Rumusan dan Pemecahan Masalah**

### **1. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, dalam pembelajaran atletik khususnya lari gawang ada permasalahan-permasalahan yang timbul diantaranya adalah :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
- b. Bagaimana kinerja guru dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
- d. Bagaimana hasil pembelajaran gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

### **2. Pemecahan Masalah**

Agar dapat tercapainya tujuan pembelajaran berdasarkan rumusan masalah yang ada di atas, maka penulis mencoba berdasarkan cara agar dapat menerpakan permainan dalam pembelajaran gerak dasar lari gawang salah satunya yaitu:

#### **a. Tahap Perencanaan**

- 1) Membuat skenario pembelajaran.
- 2) Membuat alat evaluasi belajar, untuk melihat peningkatan siswa dalam pembelajaran gerak dasar lari gawang.
- 3) Membuat lembar observasi maupun catatan lapangan untuk melihat kinerja guru, aktifitas siswa dan peningkatan hasil belajar selama proses

pembelajaran gerak dasar lari gawang dengan menggunakan media kardus.

**b. Tahap Pelaksanaan**

- 1) Mengkondisikan siswa ke arah pembelajaran yang kondusif dengan metode bermain.
- 2) Guru memotivasi siswa.
- 3) Guru melakukan apresiasi sebelum melakukan pembelajaran.
- 4) Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.
- 5) Menjelaskan teknik gerak dasar lari gawang
  - a) Menentukan awalan
  - b) Menentukan tolakan
  - c) Saat melayang
  - d) Saat mendarat
- 6) Pembelajaran melalui beberapa siklus
  - a) Siklus I, melakukan lari gawang tanpa kardus
  - b) Siklus II, melakukan lari gawang dengan kardus yang disesuaikan
  - c) Siklus III, melakukan lari gawang menggunakan kardus yang telah disesuaikan ketinggiannya.

**c. Tahap pengamatan terhadap aktivitas siswa**

Guru dan peneliti mengamati (mencatat) proses pembelajaran gerak dasar lari gawang di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung. Aktivitas siswa dapat menunjukkan sikap disiplin, semangat dan sportivitas.

**d. Evaluasi**

Pembelajaran melalui media kardus, maka gerak dasar lari gawang akan meningkat pada siswa kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang akan dicapai dari penelitian ini adalah :

1. Ingin mengetahui perencanaan pembelajaran dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
2. Ingin mengetahui kinerja guru dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
3. Ingin mengetahui aktivitas siswa dalam meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.
4. Ingin mengetahui hasil peningkatan pembelajaran gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar I Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak diantaranya:

#### **1. Bagi siswa**

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti bagi siswa adalah siswa bisa lebih berpartisipasi dalam proses pembelajaran.

#### **2. Bagi guru**

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti bagi guru adalah guru dapat menerapkan model-model pembelajaran kepada siswa sehingga pembelajaran berlangsung efektif dan efisien.

#### **3. Bagi Sekolah**

Dengan penelitian ini sekolah diharapkan dapat mengembangkan model-model pembelajaran dan meningkatkan bakat dan minat siswa-siswi sekolah dasar terhadap pembelajaran lari gawang.



#### 4. Bagi UPI Kampus Sumedang

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi Program Studi Pendidikan Jasmani yang melahirkan guru yang kreatif.

#### 5. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan memodifikasi alat dalam pembelajaran sebagai tindakan.

#### E. Batasan Istilah

Untuk memperjelas ruang lingkup serta menghindari salah penafsiran istilah, maka penulis memperjelas istilah-istilah yang digunakan agar lebih jelas, istilah tersebut adalah :

1. **Meningkatkan** yaitu menaikkan (derajat, taraf, dsb) mempertinggi; memperhebat (produksi, dsb). (Kamus besar bahasa Indonesia, 2002: 1198).
2. **Gerak dasar** adalah suatu awal gerakan untuk mencapai tujuan gerakan yang sesungguhnya. (KTSP, 2006: 16).
3. **Lari gawang** adalah suatu cara lari dimana si atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan yang semaksimal mungkin melalui sejumlah rintangan (gawang), yang telah ditetapkan dengan jarak dan ketinggian tertentu. (Muhtar, 2009: 43).
4. **Atletik** adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan, yang meliputi atas nomor lari, lompat dan lempar. Muhtar dkk (2009: 1).
5. **Media pembelajaran** diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (*message*), merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan siswa sehingga dapat mendorong proses belajar. Bentuk-bentuk media pembelajaran digunakan untuk meningkatkan pengalaman belajar agar menjadi lebih konkrit. Pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran tidak hanya sekedar menggunakan kata-kata (*symbol verbal*). (Sumiati, 2009: 160)

6. **Media kardus** yaitu suatu pelantara yang berguna untuk membungkus sesuatu yang terbuat dari kertas dan berguna untuk menciptakan karya lainnya yang berguna bagi kegiatan lainya. ([www.pengertiankardus/oranilam2003@ymail.com](http://www.pengertiankardus/oranilam2003@ymail.com)).



