

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan dapat diartikan sebagai suatu proses pembelajaran manusia yang berlangsung seumur hidup yang di dalamnya terdapat aspek afektif, kognitif dan psikomotor. Pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga Negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Sebagaimana ditetapkan dalam Undang-Undang RI Nomor II Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Menurut Cholik dan Lutan,(1997: 1) mengemukakan bahwa:

Manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari program pendidikan. pendidikan jasmani itu merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dan pendidikan jasmani juga erat hubungannya dengan aspek-aspek pertumbuhan dan perkembangan manusia.

Dalam menetapkan batasan pendidikan jasmani, harus pula dipertimbangkan kaitannya dengan permainan dan olahraga. Meski banyak yang menganggap bahwa tiada perbedaan antara ketiganya, kajian secara khusus menunjukkan ciri masing-masing meski saling melingkupi. Olahraga selalu beraturan dan merupakan permainan yang kompetitif. Olahraga sering dipandang sebagai bermain secara teratur, yang dapat membawanya lebih mendekati kepada pendidikan jasmani. Meski demikian penelaahan lebih jauh akan memperlihatkan bahwa olahraga selalu berisikan pertandingan atau perlombaan.

Olahraga profesional tidak memiliki tujuan pendidikan, namun ia tetap olahraga karena pelakunya tidak sesuai harus amatir. Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang dilakukan secara intensif dengan mengerahkan segala daya dan upaya guna meningkatkan prestasi seoptimal mungkin dalam usaha untuk memenangkan suatu pertandingan atau perebutan kejuaraan suatu cabang olahraga.

Menurut Kemal dan Supandi (Husdarta,2010: 145) mengemukakan olahraga yaitu:

- a. *Disport/disportare*, yaitu bergerak dari suatu tempat lain (menghindarkan diri). Olahraga adalah suatu permulaan dari dan menimbulkan keinginan orang untuk menghindarkan diri atau melibatkan diri dalam kesenangan (rekreasi).
- b. *Field sport*, mula-mula dikenal di Inggris abad ke-18, kegiatannya dilakukan oleh para bangsawan/aristokrat, terdiri dari dua kegiatan pokok yaitu menembak dan berburu pada waktu senggang.
- c. *Desporter*, berarti membuang lelah (bahasa Perancis).
- d. *Sport*, sebagai pemuasan atau hobi (ensiklopedia Jerman).
- e. Olahraga, latihan gerak badan untuk menguatkan badan, seperti berenang, main bola, dsb. Olahraga adalah usaha untuk mengolah, melatih raga/tubuh manusia untuk menjadi sehat dan kuat.

Olahraga yang bertujuan untuk pendidikan ini identik dengan aktivitas Pendidikan jasmani yaitu cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan. Di antaranya cabang-cabang olahraga yang menjadi media sebagai pendidikan adalah Atletik, Sepak Bola, Bola Voli, Bulu Tangkis, dan lain-lain.

Ada beberapa cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan salah satunya adalah atletik. Atletik itu sendiri berasal dari bahasa Yunani, yaitu *athlon* atau *athlum* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, dan perjuangan. Sedangkan orang yang melakukannya dinamakan *athleta* (atlet).

Menurut Syarifuddin,(1992: 1) mengemukakan bahwa: "...Dengan demikian dapatlah dikemukakan, bahwa atletik adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan yang meliputi atas nomor-nomor jalan, lari, lompat, dan lempar".

Di dalam perlombaan atletik ada nomor-nomor yang dilakukan di lintasan (*track*) dan ada nomor-nomor yang dilakukan di lapangan (*field*). Oleh karena itu

atletik di Amerika dinamakan “*track and field*”. Nomor lari terdiri dari 11 event individual dan etafet 4x 100m dan 4 x 400m.

Dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lari *sprint* dan aktivitas anak dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar itu sudah ditentukan di dalam kurikulum pendidikan jasmani yaitu 40m, 60m, dan 80m sampai maksimal 100m. Untuk pelajaran lari *sprint* sebaiknya dikemas menggunakan permainan atau yang ada unsur bermainnya. Karena usia anak-anak sangat suka dan senang bermain dan hal-hal yang di dalamnya mengandung unsur permainan. Namun sebenarnya dalam permainan bukan hanya bersenang-senang saja melainkan juga kepribadiannya akan berkembang dan wataknya akan terbentuk juga. Menurut Rijdsdorp (Sukintaka,1992: 7) mengemukakan bahwa: ‘anak yang bermain kepribadiannya akan berkembang, dan wataknya akan terbentuk juga’.

Berbicara tentang permainan, anak-anak setiap daerah memiliki ciri khas tersendiri. Dengan berbagai macam daerah yang ada di Indonesia, setiap permainan pasti berbeda, misalkan: permainan anak-anak di daerah Jawa Barat, tentu berbeda dengan permainan anak-anak di daerah Jawa Tengah dan Jawa Timur. Permainan anak-anak Jawa Tengah dan Jawa Timur pun berbeda dengan permainan anak-anak dari Bali, Sasak, Sumbawa, dan daerah lainnya. Permainan-permainan yang ada pada setiap masing-masing daerah merupakan hasil buah pikiran manusia itu sendiri. Permainan itu ada dikarenakan ada yang membuatnya dan hal ini sangat tergantung kepada lingkungan daerahnya dan kreativitasnya orang yang menciptakan permainan itu.

Menurut Huizinga (Sukintaka,1992: 6) mengemukakan bahwa: ‘Masalah permainan dalam perluasannya merupakan gejala kebudayaan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan itu mempunyai makna pendidikan praktis’.

Bermain dapat dipakai sebagai rekreasi dan kegembiraan, tanpa tujuan pendidikan, sama seperti olahraga yang dapat hidup demi olahraga itu sendiri tanpa nilai pendidikan, namun bermain dapat juga menjadi media bagi anak untuk mencapai tujuan pendidikan manakala terdapat aspek afektifnya, kognitifnya, dan psikomotornya. Bermain, olahraga, dan pendidikan jasmani semuanya

mengandung bentuk gerak fisik, dan ketiganya dapat cocok dalam konteks pendidikan jika dipakai untuk tujuan pendidikan tertentu.

Adapun hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 11 oktober 2012 di SDN 1 kubangkarang tentang pembelajaran atletik adalah sebagai berikut:

#### 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Guru penjas pada SDN 1 Kubangkarang sudah membuat RPP, dari perumusan tujuan pembelajaran yang terdiri dari rumusan tujuan pembelajaran, kejelasan rumusan, kejelasan cakupan rumusan, dan kesesuaian dengan kompetensi dasar, saya perhatikan RPP yang dijadikan pedoman oleh guru adalah RPP yang sudah jadi, terkadang dalam RPP yang sudah jadi itu biasanya disatukan tidak perjam pelajaran yakni 2x35 menit melainkan 4-5 pertemuan langsung, ditambah tidak adanya indikator pada RPP berkarakter langsung ke tujuan pembelajaran. Dalam pembuatan RPP guru membuat rumusan tujuan pembelajarannya, mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran, Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian, tampilan dokumen rencana pembelajaran dan kesemua itu belum memenuhi kriteria yang tercantum dalam IPKG 1.

#### 2. Kinerja Guru

Pada saat pembelajaran guru hanya mengajarkannya secara komando hal ini bisa dilihat pada saat guru mengajar hanya menyuruh siswa melakukan seperti ini lalu lakukan seperti itu, pada saat pembelajaran guru terlihat kurang kreatif hal ini dapat dilihat karena pada saat mengajar guru memberikan permainan bebentengan kepada anak meskipun guru tersebut tahu kalau permainan bebentengan dilakukan berulang kali hanya sedikit memberikan kontribusi bagi gerak dasar lari *sprint* pada anak. tetapi tetap saja pada saat pembelajaran guru masih saja menggunakan permainan bebentengan, padahal jika diperhatikan dengan seksama dalam permainan bebentengan anak berlari kemana saja tanpa terarah anak bisa berlari dari depan terus mundur lagi kebelakang, sedikit lari lalu diam kemudian mundur terus lari lagi. pembelajaran lari *sprint* terlihat monoton karena guru mengajarkannya hanya begitu-begitu saja artinya hanya biasa-biasa saja dan tidak

ada yang baru dalam mengkemas bagaimana caranya agar pembelajaran lari *sprint* itu dapat menarik minat siswa.

### 3. Aktifitas Siswa

Siswa merasa jenuh terhadap pelajaran atletik khususnya lari *sprint* 80 meter hal ini bisa dilihat pada saat pembelajaran berlangsung banyak siswa yang mukanya murung dan tidak ceria, siswa kurang berantusias mengikuti pembelajaran hal ini bisa dilihat karena siswa pada saat pembelajaran berlangsung terlihat kurang bersemangat, siswa merasakan bosan terhadap pelajaran yang disampaikan hal ini bisa dilihat karena kebanyakan siswa melakukan aktifitas sendiri-sendiri seperti ngobrol dengan temannya pada saat pembelajaran berlangsung, siswa banyak yang bersenda gurau dan tidak memperhatikan apa yang dijelaskan oleh guru.

### 4. Media dan Alat

Untuk media lapangan sudah memadai karena lapangannya yang luas. untuk alat, disekolah tersedia beberapa buah simpai hanya guru tidak memanfaatkan sebagai alat dalam meningkatkan gerak dasar lari *sprint*.

Berdasarkan observasi di atas, maka guru harus lebih kreatif dalam proses pembelajaran. Siswa kelas terkadang merasa jenuh terhadap proses pembelajaran yang biasanya dilakukan di SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon. Pada saat materi atletik, khususnya pada materi lari *sprint* 80 meter, ketika pada saat praktik lari *sprint* 80 meter, siswa hanya di ajarkan melalui demonstrasi yang sederhana, tidak mengajarkan secara detail. Karakter siswa itu pada umumnya sangat tinggi minat untuk bermain, tetapi guru tersebut hanya mengajak siswa bermain bebentengan saja.

Dari hasil observasi juga, kemudian dijadikan dasar untuk dilakukannya tes uji coba lari *sprint* dengan menggunakan gerak dasar lari *sprint* yang baik terhadap siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon. Hasil tes uji coba tersebut kemudian dijadikan data awal.

Dari hasil tes uji coba tersebut menunjukkan bahwa siswa tidak mengerti teori gerak dasar lari *sprint* seperti cara start, sikap lari, dan pada saat melewati garis finis. Sehingga banyak siswa yang kesulitan dalam melakukan gerak dasar



lari *sprint* dengan baik dan kesimpulannya adalah siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon mengenai pembelajaran gerak dasar lari *sprint* 80 meter banyak yang belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

Tabel 1.1

Hasil Awal Tes Pembelajaran Gerak Dasar Lari *Sprint* 80 Meter Pada Siswa Kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon

No	Nama	Aspek yang Dinilai												Skor	Nilai	KKM (70)	
		Sikap Awal/Start				Pelaksanaan Gerak/lari				Sikap Akhir/finish						T	TT
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Ade Slamet		√					√				√		8	66,7		√
2.	Andini		√				√				√			6	50		√
3.	Andri DW P		√				√				√			5	41,7		√
4.	Arul Fatuh R			√				√				√		9	75	√	
5.	Dea Fransiska D	√					√				√			4	33,3		√
6.	Devi Herlinda				√			√				√		10	83,3	√	
7.	Fajar Amarudin			√			√				√			6	50		√
8.	Galih P		√				√				√			6	50		√
9.	Hamzah	√						√			√			5	41,7		√
10.	Imas Ayu			√			√				√			6	50		√
11.	Indri S		√					√				√		8	66,7		√
12.	Juwita A			√			√				√			6	50		√
13.	Lintang Ayu	√					√				√			5	41,7		√
14.	M. Yuli N				√		√				√			8	66,7		√
15.	M. Ramdani		√					√					√	9	75	√	
16.	Ramdani		√				√				√			6	50		√
17.	Reni A	√						√			√			5	41,7		√
18.	Risma H			√				√				√		9	75	√	
19.	Satri R F	√						√			√			6	50		√
20.	Setiawati	√						√			√			7	58,3		√
21.	Shegi		√					√			√			7	58,3		√
22.	Surya Agung K			√					√		√			9	75	√	
23.	Sutarya P		√				√				√			6	50		√
24.	Tomi Gunawan			√				√				√		9	75	√	
25.	Tri Asih W		√						√			√		9	75	√	
26.	Tri Sakti		√						√		√			8	66,7		√
27.	Widiya Ayu N		√				√				√			5	41,7		√
28.	Yosef P			√					√			√		10	83,3	√	
29.	Vena DW			√					√		√			8	66,7		√
30.	Widia A			√			√				√			6	50		√
Jumlah		68				81				62				211	1758	8	22
Presentase%)		56,66				67,50				51,66				60	58,61	26,66	73,34

Keterangan

Skor = jumlah tiap aspek penilaian

Jumlah skor ideal = 12

Nilai =  $\frac{\text{Jumlah skor} \times 100}{12 \text{ (skor ideal)}}$

Ketercapaian KKM = 70

Jumlah = Tiap kolom dijumlahkan

Prosentase tiap aspek penilaian =  $\frac{\text{Jumlah kolom yang diperoleh} \times 100}{4 \times 30 = 120 = \text{(jumlah ideal)}}$

Prosentase skor =  $\frac{\text{Jumlah kolom yang diperoleh} \times 100}{12 \times 30 = 360 \text{ (jumlah ideal)}}$

Prosentase nilai =  $\frac{\text{Jumlah kolom yang diperoleh} \times 100}{100 \times 30 = 3000 \text{ (skor ideal)}}$

Prosentase KKM =  $\frac{\text{Jumlah kolom yang diperoleh} \times 100}{30 \text{ (Jumlah siswa)}}$

Berdasarkan tabel 1.1, maka permasalahan yang timbul harus segera mendapatkan penanganan secara profesional demi tercapainya peningkatan kemampuan siswa serta kemajuan dibidang pendidikan terutama bidang olahraga, salah satunya ialah cabang olahraga Atletik, khususnya pada gerak dasarnya. Hal ini berkaitan dengan kemampuan seorang guru pendidikan jasmani, karena sebagai guru pendidikan jasmani harus memiliki penggunaan pembelajaran yang inovatif sehingga proses pembelajaran akan tampak lebih menyenangkan bagi siswa, dan tercapainya tujuan pendidikan. Dalam permasalahan ini saya akan menggunakan permainan perangkap batman. permainan ini selain untuk menambah gairah siswa dalam proses pembelajaran juga sebagai alat dalam meningkatkan gerak dasar lari sprint 80 meter.

Perangkap batman tersebut permainan yang dilakukan secara berkelompok dengan cara setiap siswa berlari menuju perangkap, kemudian siswa tersebut harus melepaskan diri dari perangkap tersebut, kemudian berlari lagi untuk menuju perangkap berikutnya dan harus melepaskan diri dari perangkap tersebut,

hingga akhirnya mencapai finish. Menurut Zafar dan Komarudin,(2008: 6) “Sebuah ban diletakkan pada ujung dari jalur lintasan tiap tim. Para pelari berlari menuju ban serta menerobosnya sebelum mulai lari pelari berikutnya dengan suatu tepukan tangan”.

Menurut Soemitro,(1992: 133) mengemukakan bahwa :

Setelah semua siap, maka anak yang paling berdiri pada garis star harus mendengarkan aba-aba dari guru: siaaaap...yak!. anak tersebut harus lari cepat-cepat dengan melewati terowongan simpai, setelah melewati simpai yang terakhir pelari secepatnya kembali kebarisannya untuk memberi tepukan tangan kepada pelari kedua untuk lari melewati terowongan. Demikian seterusnya sampai anggota regu yang berlomba habis.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pendapat yang pertama menggunakan satu alat yaitu hanya menggunakan satu buah ban namun jaraknya cukup yang memadai yaitu antara 15-20 meter, sedangkan pendapat yang kedua terdapat banyak rintangan namun jarak antara rintangan satu dengan yang lainnya kurang memenuhi kriteria lari *sprint* yaitu 3-6 meter. Tetapi dari kedua pendapat yang berbeda tersebut masih terdapat kesamaan dan kesamaan antara keduanya yaitu permainan itu merupakan permainan secara berkelompok atau beregu.

Maka dari itu peneliti merasa tertarik untuk mengangkat masalah ini untuk diteliti dan diberikan tindakan dengan judul penelitian

“Meningkatkan Gerak Dasar Lari *Sprint* 80 Meter melalui Permainan Perangkap Batman pada Siswa Kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon”

Dengan permainan perangkap batman diharapkan siswa kelas V SDN Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon nantinya bisa melakukan gerak dasar lari *sprint* 80 meter dengan baik dari sikap awalnya, pelaksanaan larinya dan juga pada saat sikap akhirnya, sehingga pada akhirnya siswa kelas V mencapai Kriteria Ketuntasan Maksimal (KKM) yang telah ditentukan di Sekolah tersebut.



## B. Perumusan dan Pemecahan Masalah

### 1. Perumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, mengacu pada judul penelitian penulis merumuskan masalah umum penelitian sebagai berikut :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon ?
- b. Bagaimana kinerja guru pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon ?
- c. Bagaimana aktifitas siswa pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon ?
- d. Bagaimana hasil belajar siswa pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon ?

### 2. Pemecahan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul, maka pemecahan masalah yang harus dilakukan untuk meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter adalah sebagai berikut:

- a. Tahap perencanaan, dalam tahapan ini guru merencanakan serta mempersiapkan segala macam media yang diperlukan dalam proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Kemudian guru dapat menjelaskan kepada siswa tentang materi yang akan disampaikan, tujuan, pokok kegiatan, dan hasil belajar yang diharapkan. Serta guru dapat menjelaskan tentang langkah-langkah kegiatan yang dapat meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter
- b. Tahap pelaksanaan kinerja guru, pada tahapan ini guru memberikan bimbingan kepada siswa dalam hal cara melakukan gerakan-gerakan dalam permainan perangkap batman. Serta memberikan motivasi kepada siswa agar siswa lebih aktif melakukan pembelajaran.

- c. Tahap pelaksanaan aktifitas siswa, pada tahapan ini guru dapat melihat aktifitas siswa melalui permainan perangkap batman yang sedang dilakukan, baik dari disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.
- d. Tahap upaya peningkatan kemampuan bagi hasil belajar siswa, pada tahapan ini guru dapat mengevaluasi siswa dengan cara memberikan tes, sehingga guru dapat melihat peningkatan kemampuan gerak dasar siswa pada pembelajaran lari *sprint* 80 meter.

### C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana perencanaan pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon.
2. Untuk mengetahui Bagaimana kinerja guru pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon.
3. Untuk mengetahui Bagaimana aktifitas siswa pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon.
4. Untuk mengetahui Bagaimana hasil belajar siswa pada pembelajaran meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman pada siswa kelas V SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon.

### D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan gambaran umum di atas, dapat diperoleh informasi berkenaan dengan upaya meningkatkan gerak dasar lari *sprint* 80 meter melalui permainan perangkap batman. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi berbagai pihak yang berkepentingan dengan pembinaan dan pengembangan pendidikan jasmani di SDN 1 Kubangkarang Kecamatan Karangsembung Kabupaten Cirebon. Adapun manfaat yang diambil dari penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Manfaat bagi siswa SD
  - a. Dapat memotivasi minat siswa agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.
  - b. Dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa.
2. Manfaat bagi guru
  - a. Meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran gerak dasar lari *sprint* 80 meter dengan menciptakan permainan perangkap batman.
  - b. Mengembangkan profesionalisme guru pendidikan jasmani dalam melakukan pembelajaran di sekolah.
3. Manfaat bagi lembaga sekolah
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam rangka menunjang Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).
  - b. Sebagai masukan dalam rangka efektivitas dan efisiensi pembinaan, pengolahan sumber belajar dalam pelaksanaan pendidikan jasmani.
4. Manfaat bagi penulis
  - a. Untuk dapat memahami Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai upaya pengembangan profesionalisme atau kemampuan penulis.
  - b. Untuk meningkatkan pengalaman dan pemahaman penulis, ketika di sekolah dasar.
5. Manfaat bagi lembaga UPI kampus sumedang
  - a. Dapat meningkatkan mutu pendidikan jasmani di sekolah dan dapat membantu tercapainya tujuan pembelajaran.
  - b. Dapat memberikan citra positif kepada masyarakat tentang pendidikan jasmani, serta dapat mengembangkan profesionalisme guru dalam melaksanakan pembelajaran.

#### E. Batasan Istilah

**Meningkatkan** adalah suatu jenjang atau tingkatan yang sistematis (Kamus Besar Bahasa Indonesia)

**Gerak dasar** adalah gerak awal dari suatu gerakan yang telah baku pada teknik tertentu (Lutan, 2001: 23)

**Lari *sprint*** adalah suatu cara lari dimana si atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin (Muhtar dan Irawati,2009: 14)

**Delapan puluh** (80) meter adalah jarak yang disesuaikan untuk anak sekolah dasar dalam melakukan pembelajaran lari *sprint*.

**Permainan** adalah kegiatan yang didalamnya terdapat aturan-aturan yang merupakan kesepakatan dari komunitas tertentu; dalam permainan unsur-unsur kesenangan dan kepuasan tetap ada (Nurlan,2009: 7)

**Perangkap batman** adalah permainan dimana anak harus bersikap pada posisi start kemudian berlari melewati sebuah perangkap dan ia harus bisa melepaskan diri dari perangkap tersebut sampai akhirnya menuju finish.

