

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini olahraga mendapat perhatian yang cukup baik untuk meningkatkan kualitas manusia dalam kesegaran jasmani maupun mencapai prestasi, maka perlu dimulai pendidikan olahraga itu sejak dini. Di tingkat Sekolah Dasar, pendidikan olahraga diperoleh dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Pendidikan jasmani menurut Bucher adalah : “Bagian yang integral dari seluruh proses pendidikan yang bertujuan untuk perkembangan fisik, mental dan sosial melalui aktifitas jasmani yang telah dipilih untuk mencapai hasilnya.” (Johana. 1990 : 30)

Fungsi pendidikan jasmani yang mengutamakan aktivitas-aktivitas jasmani berperan dalam pembinaan dan pengembangan individu dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Tujuan pendidikan jasmani yang termuat dalam GBPP yang tertuang pada KBK adalah membuat siswa untuk peningkatan kesegaran jasmani melalui pengenalan dan penanaman sikap positif kemampuan gerak dasar, dan berbagai aktivitas jasmani.

Berdasarkan fungsi dan tujuan pendidikan jasmani tersebut salah satunya adalah meningkatkan peran serta olahraga siswa SD yang berbakat

dan berpotensi untuk dikembangkan prestasinya, baik di tingkat daerah, nasional dan internasional.

Pendidikan jasmani menekankan aspek pendidikan yang bersifat menyeluruh (kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral) yang merupakan tujuan pendidikan pada umumnya atau secara spesifik melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa melakukan kegiatan berupa permainan (game) dan berolahraga disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Meskipun demikian unsur prestasi dan kompetisi juga terdapat di dalamnya dan dimanfaatkan sebagai alat pendidikan.

Secara hakekat pelajaran pendidikan jasmani merupakan pengembangan kesegaran jasmani yang berkaitan dengan unsur keterampilan motorik dan kesehatan (komponen kebugaran jasmani) Kurikulum yang berlaku saat ini adalah kurikulum tahun 2004 yang harus dijadikan perhatian dan dijalankan serta dipertimbangkan secara khusus, karena di dalamnya mengandung aspek organik, aspek sosial dan aspek emosional.

Pendidikan di sekolah, khususnya di Sekolah Dasar (SD) mempunyai tujuan, yakni siswa sekolah dasar memiliki bekal dasar dalam pendidikan, yakni lulusan siswa sekolah dasar memiliki bekal dasar membaca, menulis dan berhitung. SD juga merupakan tahap pendidikan dasar yang kemudian melanjutkan ke tahap pendidikan selanjutnya, ini merupakan tujuan pendidikan dari Sekolah Dasar (SD).

Selain itu, Pendidikan yang diutamakan selain pembelajaran konkret yang biasa diajarkan dalam kelas adalah pendidikan kesehatan dan jasmani. Pendidikan jasmani dan kesehatan berguna bagi siswa guna memiliki bekal yang satu sama lainnya membantu siswa mengembangkan bakatnya dalam menggerakkan tubuhnya dengan baik. Berdasarkan definisi, Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Dalam hal ini, pendidikan jasmani penting bagi siswa guna melatih kemampuannya agar dapat mengembangkan potensi yang ada pada tubuhnya. Sehingga pendidikan di sekolah khususnya disekolah sekolah dasar dapat meningkatkan ranah afektif, kognitif dan psikomotor siswa.

Atletik juga merupakan sarana untuk pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan lain sebagainya, selain untuk sarana pendidikan juga sebagai sarana penelitian bagi para ilmuwan (Yosaphat., 2000 : 1.3).

Dalam dunia olahraga atletik dikenal berbagai macam cabang atletik, salah satu diantaranya adalah cabang lari sambung (estafet). Lari sambung atau lari beranting atau lari estafet merupakan kegiatan jasmani berupa berlari sambil memindahkan benda atau alat dari satu pelari kepada pelari lainnya. Olahraga ini sangat diminati anak-anak karena kegiatan tersebut memiliki unsur permainan dan perlombaan.

Jika melihat kondisi dilapangan (Sekolah Dasar). Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan kesehatan sebagian besar menggunakan strategi atau teknik pembelajaran yang kurang melibatkan siswa aktif berlatih dalam pembelajaran, yakni hanya guru yang mempunyai pengaruh besar terhadap proses pembelajaran. Sehingga tujuan pembelajaran yang didapat kurang bermakna.

Disamping itu kondisi sarana dan prasarana olah raga di sekolah dasar masih kurang memadai. Tidak adanya lapangan atletik menyebabkan sulitnya menerapkan berbagai cabang olahraga atletik berdasarkan peraturan yang sebenarnya. Tanah sawah yang gembur dan becek di musim hujan menyebabkan gerakan siswa dalam berlari mengalami kesulitan. Lapangan yang seadanya mau tidak mau memodifikasi peraturan olahraga atletik yang berlaku khususnya untuk lari estafet. Oleh karena itu pembelajaran lari estafet belum dapat dilaksanakan secara maksimal.

Selain kondisi di atas, berdasarkan pengamatan pada terhadap pembelajaran pendidikan Jasmani dan Kesehatan dikelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon dengan materi lari estafet, diperoleh data :

Tabel 1.1
Daftar Nilai Tes Awal Memberi dan Menerima Tongkat Lari Estafet
Kelas VI (enam)

No.	Nama	Aspek yang diamati																								Skor	Nilai	Ket (T / TT)			
		Memberi												Menerima																	
		Gerakan tangan			Gerakan kaki			Sikap badan			Pandangan			Gerakan tangan			Gerakan kaki			Sikap badan			Pandangan								
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3									
1.	ARI	1			1				2				2				1			1				2				3	13	5,42	tidak tuntas
2.	ARSINI		2				2			2				2			2			2			1				2		15	6,25	tidak tuntas
3.	KHAERUL FATAH			3			2			2				1			1					2				2		15	6,25	tidak tuntas	
4.	RONI MAULANA			3				3					3			2			2			1				2		19	7,92	Tuntas	
5.	FIFIT	1			1				2			2			1			1			2					3	13	5,42	tidak tuntas		
6.	AYU SAFITRI		2				2			2				2			2			2			1			2		15	6,25	tidak tuntas	
7.	FAJARNO S.			3			3			3			3		2			2			1				1		18	7,50	Tuntas		
8.	HANDI SUHARJO			3			3			3			3		2			2			1				2		19	7,92	Tuntas		
9.	KARTIKA DEWI			3			2			2			2			2			2			1			1		15	6,25	tidak tuntas		
10.	KOMALIA		2				2			2				2			1				2				2		15	6,25	tidak tuntas		
11.	MUHAMMAD H.	1			1				2			2			2			1			2			2		2	13	5,42	tidak tuntas		
12.	NASRONI		2				2			2				2			1				2				2		15	6,25	tidak tuntas		
13.	PUTRI AYU A.			3			3			3			3		2			2			1				1		18	7,50	Tuntas		
14.	MUHAMMAD RIJIK			3			3			3			3		2			2			1				2		19	7,92	Tuntas		
15.	SITI SOPIYAH	1			1				2			2			1			1			2				3	13	5,42	tidak tuntas			
16.	SUPRIYADI		2				2			2				2			2			2			1			2		15	6,25	tidak tuntas	
17.	TETI			3			2			2			2		1			1			2				2		15	6,25	tidak tuntas		
18.	MUTOLIB	1			1				2			2			1			1			2				3	13	5,42	tidak tuntas			
19.	TOMO		2				2			2				2			2			2			1			2		15	6,25	tidak tuntas	

Keterangan :

- Nilai setiap indikator adalah 12
- Nilai ideal adalah 12×2 indikator = 24
- Nilai Akhir $\frac{\text{Nilai yang diperoleh}}{\text{Nilai ideal}} \times 10$

Dari nilai-nilai siswa tersebut didapat 73,68 % dari 19 jumlah siswa masih ada yang belum lulus/tuntas pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya pada materi lari estafet. Adapun nilai KKM yakni 66 atau 6,6.

Berdasarkan nilai KKM yang tertera pada SDN 4 Dawuan adalah sebagai berikut :

Tabel 1.2
Kriteria Ketuntasan Minimal
Kelas : VI (Enam)
SDN : 4 Dawuan

STANDAR KOMPETENSI KOMPETENSI DASAR INDIKATOR	KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL			
	KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			KKM (%)
	Kompleksitas	Daya dukung	Intake siswa	
1. Mempraktikkan berbagai gerak dasar permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.				66
1.2 Memprktikkan pengembangan koordinasi beberapa nomor teknik dasar atletik dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama, sportifitas, dan kejujuran.				
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik dasar memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet. 	66	68	67	66

Dari penentuan KKM tersebut tertera nilai yang mesti dicapai oleh siswa adalah sebesar 66 untuk memperoleh nilai tuntas dalam pembelajaran dengan sub pokok materi lari estafet.

Yang menjadi fokus perhatian dalam pembelajaran lari estafet adalah; pertama, gerakan-gerakan dasar memberi dan menerima dengan alat berupa tongkat; kedua, gerakan memberi dan menerima dengan tangan kanan ataupun tangan kiri.

Berdasarkan pendapat dan asumsi tersebut, maka penulis merasa tertarik untuk meneliti bagaimana Meningkatkan Keterampilan Dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SD Negeri 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon.

B. Rumusan Masalah

Agar tercapainya tujuan yang diinginkan, berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimanakah perencanaan penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon?
2. Bagaimanakah pelaksanaan penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon?
3. Bagaimanakah hasil evaluasi penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon?

C. Pemecahan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul, maka penulis mengajukan pemecahan masalah sebagai berikut :

Pada tahap awal siswa diberi informasi atau penjelasan tentang cara start, awalan, memberi dan menerima tongkat yang benar serta melewati garis finish. Siswa melakukan dengan cara non visual. Siswa diberi penjelasan tentang posisi tangan, badan dan kaki pada saat memberikan tongkat, begitu pula sebaliknya siswa diberi penjelasan tentang posisi tangan, badan, dan kaki pada saat menerima tongkat. Kemudian siswa diberi kesempatan untuk mempraktikkan lari estafet dengan tongkat standar untuk mengetahui kemampuan awal secara umum. Pada tahap selanjutnya seluruh siswa dibagi menjadi 5 kelompok masing-masing terdiri dari kurang lebih 4 orang. Setiap kelompok akan melakukan lari estafet sepanjang 320 atau 4 x 80 m dengan modifikasi jarak lintasan pada setiap siklusnya. Pada siklus I jarak lintasan untuk menerima tongkat sepanjang 20 m, kemudian pada siklus II jarak menerima jarak menerima dikurangi menjadi 15 meter, dan terakhir untuk siklus III, jarak menerima tongkat estafet di kurangi lagi menjadi hanya 10 meter.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penulis menentukan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon
2. Untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon.
3. Untuk mengetahui evaluasi penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam meningkatkan ketrampilan dasar Memberi dan Menerima Tongkat Estafet Melalui Modifikasi Jarak pada Siswa Kelas VI SDN 4 Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Cirebon.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi siswa.
 - a. Dapat menumbuhkan minat belajar siswa dalam belajar pendidikan jasmani dan kesehatan, khususnya pada materi teknik dasar memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet.
 - b. Dapat memahami konsep atau teknik dari materi teknik dasar memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet.
 - c. Dapat menumbuhkan minat dan keterampilan siswa dalam berolahraga.

2. Manfaat bagi guru.
 - a. Dapat meningkatkan profesionalisme guru dalam melakukan proses pembelajaran di kelas.
 - b. Untuk memperluas pengetahuan dan pemahaman guru tentang penggunaan media pembelajaran, dan teknik dalam permainan olahraga.
3. Manfaat bagi sekolah.
 - a. Untuk membantu tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya materi teknik dasar memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet.
 - b. Untuk meningkatkan kualitas dan fungsi Sekolah Dasar dari mutu pembelajaran.
4. Manfaat bagi UPI

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi serta sebagai bahan perbandingan dalam penelitian-penelitian selanjutnya yang mengambil tema Atletik khususnya lari estafet atau lari sambung atau relay
5. Manfaat bagi penulis.
 - a. Untuk dapat memahami penelitian tindakan kelas sebagai upaya pengembangan profesionalisme atau kemampuan penulis.
 - b. Untuk meningkatkan pengalaman dan pemahaman penulis, ketika di Sekolah Dasar.

F. Batasan Istilah

Keterampilan dasar adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak yang mendasari gerakan berolahraga. (Sukintaka, 1992 : 16)

Olahraga secara luas dapat diartikan sebagai segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmaniah maupun rohaniyah pada setiap manusia. Gafur, (1983: 8-9)

Lari estafet merupakan kegiatan jasmani berupa berlari sambil memindahkan benda atau alat dari satu pelari kepada pelari lainnya. Lari sambung atau lari beranting atau lari estafet ini sangat diminati anak-anak karena kegiatan tersebut memiliki unsur permainan dan perlombaan. (<http://id.wikipedia.org/wiki/Estafet>)

Memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet menggunakan tongkat dengan jarak lintasan yang dimodifikasi dan disesuaikan kebutuhan pembelajaran. Dengan fokus perhatian pada gerakan-gerakan dasar memberi dan menerima dengan tangan kanan maupun kiri dengan cara non visual.

Pendidikan jasmani untuk awal masa anak-anak dan SD dapat diidentifikasi sebagai belajar untuk bergerak, bergerak untuk belajar dan belajar tentang gerak. Furqon (1997 : 33)