BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia berbeda dengan hewan mamalia ketika begitu lahir langsung siap untuk menghadapi kehidupan, dimana peningkatan kemampuan tubuh hewan tergantung dari naluri. Manusia memiliki tahapan yang begitu panjang didalamnya terdapat proses pengasuhan dan pembinaan untuk penyesuaian kemampuan tubuh dalam melakukan aktifitas.

Salah satu proses pembinaan gerak yaitu dengan pembelajaran Jasmani. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Secara sederhana pendidikan jasmani itu tak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Maksudnya, selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman yang dialaminya itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya. Pendidikan jasmani itu sendiri merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, bermain dan/atau olahraga.

Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani bersifat menyeluruh yaitu berkembangnya kemampuan psikomotor, kognitif dan afektif peserta didik, dan yang menjadi inti dari program pendidikan jasmani yaitu perkembangan keterampilan gerak. Perkembangan gerak bagi anak-anak SD, diartikan sebagai perkembangan dan penghalusan aneka keterampilan gerak dasar dan keterampilan gerak yang berkaitan dengan olahraga.

Gerak yang dilakukan anak merupakan inti dari pendidikan jasmani itu sendiri dan perkembangan kebugaran jasmani merupakan tujuan penting dalam program pendidikan jasmani di SD, istilah kebugaran di sini mencakup bukan hanya kebugaran jasmani yang mendukung kesehatan tetapi juga kebugaran yang

mendukung performa. Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan yang tercakup didalamnya kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas yang ada kaitannya dengan pencapaian derajat sehat dinamis. Ketiga unsur itu penting untuk melaksanakan tugas sehari-hari tanpa kelelahan yang berarti sehingga masih terdapat sisa energi yang tersisa untuk melaksanakan tugas berikutnya. Istilah kebugaran yang terkait performa disebut dalam istilah kebugaran motorik (motorik fitness). Dengan adanya kebugaran untuk melakukan tugas gerak, seseorang mampu melaksanakan tugas yang memerlukan keterampilan gerak, itulah sebabnya di dalamnya terdapat unsur pendukung yaitu kecepatan, koordinasi, agilitas, power dan keseimbangan.

Karakteristik anak sangat erat kaitannya dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, karena semua aspek yang diajarkan harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan siswa. Menurut Espenchade dan Ekert (Suherman, 2008 : 35) karakteristik anak-anak usia enam sampai dua belas tahun sebagai berikut :

1. Pertumbuhan relatif stabil
2. Anggota badan tumbuh dengan cepat.
3. Pada masa praremaja terjadi beberapa perubahan pinggul dan bahu baik pada anak laki-laki maupun pe
4. rempuan.
5. Pada masa praremaja terjadi lonjakan lemak, terutama pada laki-laki.
6. Perbedaan kecepatan pertumbuhan lebih banyak terjadi pada awal periode, seperti percepatan pertumbuhan pada awal pematangan.
7. Keseimbangan berkembang dengan pesat.
8. Pola gerak dasar menjadi terkoordinasi dengan baik.
9. Koordinasi mata tangan meningkat.
10. Organisasi dan pengendalian gerak membaik.
11. Kekuatan dan daya tahan meningkat.
12. Jangkauan atau luas perhatian menjadi meningkat.
13. Memerlukan latihan untuk peningkatan keterampilan, memperoleh status soasial dan pengembangan daya tahan.
14. Jiwa petualang sangat dominan.
15. Kematangan untuk bersosialisasi meningkat.
16. Rsa ingin tahu dengan akal pikiran sehat meningkat.
17. Minta terhadap suatu kecakapan dan jiwa petualang tinggi.
18. Terjadi beberapa perbedaan penampilan dan terjadi permusuhan antara jenis kelamin.

Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah memiliki perananan yang penting, dimana dalam pembelajarannya siswa diberi kesempatan untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar. Keterampilan anak dalam bermain juga merupakan gerak dasar dalam pembinaan olahraga, maka pembelajaran atletik penting untuk diajarkan kepada siswa sesuai dengan karakteristik siswa tersebut.

Lari merupakan salah satu nomor yang terdapat dalam cabang olahraga atletik. Menurut Muhtar (2009: 12) lari adalah "lompatan yang berturut-turut. Di dalamnya terdapat suatu phase dimana kedua kaki tidak menginjak/menumpu pada tanah".

Lari jarak pendek atau sering juga dikatakan lari cepat (*sprint*) adalah "suatu cara untuk berlari dimana si atlit harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin" (Muhtar, 2009). Lari *sprint* merupakan koordinasi yang tepat antara aspek gerak keseluruhan, posisi tubuh, ayunan lengan, gerak kaki dan memasuki finist. Dari point tersebut guru pendidikan jasmani perlu merancang bentuk-bentuk variasi latihan atau model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik peserta didik.

Menurut Muhtar (2009 : 15) Hal-hal yang harus diperhatikan dalam melakukan gerakan lari *sprint* diantaranya :

1. Membuat titik tertinggi pada kaki yang mengayun (kaki yang bebas) sama besar ekstrensinya dengan kaki yang mendorong (kaki yang menyentuh tanah).
2. Membuat mata kaki yang dilangkahkan ini seelastis mungkin.
3. Menjaga posisi tubuh sama seperti posisi berjalan biasa.
4. Menjaga kepala tetap tegak dan pandangan lurus ke depan.
5. Mengayunkan lengan sejajar dengan pinggul dan sedikit menyilang ke badan.
6. Membuat gerak kaki yang sempurna dengan melangkah secara horizontal bukan vertikal.
7. Lari pada satu garis lurus dengan meletakan kaki yang satu tempat di depan kaki yang lainnya.

Permasalahan yang timbul dalam pembelajaran atletik di SD adalah :

1. Siswa kurang menyukai pembelajaran lari sprint karena dianggap pembelajaran membosankan.

2. Guru kurang kreatif dalam merumuskan RPP sehingga pembelajran terkesan monoton.
3. Masih banyak siswa yang gerak dasar lari *sprintnya* kurang baik, seperti pada saat berlari gerakan tangan yang seharusnya berada dipinggir dada, para siswa tidak menempatkan tangannya disebelah dada mereka, gerakan tungkainya tidak diangkat serta badan mereka tidak dicondongkan.
4. Motivasi siswa kurang dalam mengikuti pembelajaran atletik, hal ini dikarenakan kebanyakan pembelajaran atletik dilakukan secara *drill* saja tanpa ada pengembangan model pembelajaran yang membuat suasana pembelajaran lebih hidup.
5. Siswa merasakan kejenuhan dalam pembelajaran atletik dikarenakan kebanyakan pembelajaran atletik hanya mempelajari materi sendiri.

Dari uraian diatas dalam membina dan meningkatkan pengembangan kemampuan gerak dasar siswa SD terhadap pembelajaran lari sprint, guru penjas harus merancang bentuk-bentuk latihan yang menarik dan harus disesuaikan dengan karakteristik dari siswa SD. Bila masih ada kesalahan, ini harus tetap dikoreksi dan terus diteliti. Hal ini berfungsi untuk melihat siswa didik kita sudah berkembang kemampuannya atau tidak, minimal sudah sampai memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Salah satu model pembelajaran yang bisa diterapkan sebagai solusi memecahkan masalah diatas diantaranya dengan mengimplementasikan modifikasi model pembelajaran *group investigation.* Model kooperatif sindiri merupakan model pembelajaran yang menekankan pada pembelajaran diskusi kelompok yang bertujuan untuk membantu kelompok anak yang mengalami kesulitan dalam memahami materi dengan bantuan teman sejawat. Model *group investigation* merupakan "model pembelajaran kooperatif yang lebih menekankan pada pilihan dan kontrol siswa daripada menerapkan teknik-teknik pengajaran di ruang kelas" (Miftahul, 2011: 123).

Model *group investigation* lebih mengutamakan pada pengontrolan siswa. Kelebihan model pembelajaran ini adalah dengan Dalam modifikasi model ini siswa dikelompokan, diharapkan dapat mengeksplorasi kemampuannya dengan bertukar pikiran dengan teman-teman sejawatnya. Diharapkan siswa tidak pasif dalam pembelajaran antuan teman sejawat biasanya anak lebih mudah memahami materi pelajaran yang diberikan daripada memperhatikan pembelajaran dari guru. Peran guru disini adalah mengontrol pembelajaran dan memberikan penguatan bila terjadi kesalahan pemahaman dalam proses pembelajaran. Dalam model ini, siswa langsung mengeksplorasi kemampuan yang mereka miliki lalu mendiskusikan dan melakukannya dengan teman satu teamnya. Jadi, selama proses pembelajaran siswa terlibat langsung dalam aktivitas pemahaman dan pembelajaran gerak.

Berdasarkan penjabaran diatas, modifikasi model pembelajaran *group investigation* ini akan berdampak instruksional, yakni mencapai tujuan membangun pengetahuan pada diri peserta didik, melatih disiplin dalam penelitian, serta belajar hidup berkelompok. Sedangkan dalam pembelajaran tersebut akan dicapai juga dampak pengiring, yakni peserta didik akan menyadari akan keterikatan hidup dengan orang lain, menghormati sesama, perlunya komitmen hidup dalam kelompok, serta merasa bebas sebagai peserta didik.

Mengasah sisi sosial siswa ini seringkali tidak diperhatikan oleh guru, padahal sisi sosial siswa sangat penting guna pengembangan karakteristik dan kepribadian siswa untuk menjadi pribadi yang memiliki identitas dalam komunitasnya.

Jika tidak diteliti maka kita tidak tahu apakah kemampuan anak didik kita berkembang atau tidak, dan hal yang dapat mengetahui peningkatan kemampuan dari anak didik itu sendiri adalah dengan diadakan sebuah evaluasi.

Adapun hasil observasi, wawancara dan tes yang dilakukan terbukti bahwa pada pembelajaran *lari sprint*, ternyata anak-anak kurang menguasai keterampilan ini. Hasil ini terinci dari data awal yang dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 1.1
Data Hasil Tes Awal Pembelajaran Gerak Dasar Lari S*print*
Pada Kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang

No	Nama Siswa	Aspek yang Diamati												Jml	Nilai	Batas lulus	
		Gerakan Langkah Kaki				Gerakan Ayunan Tangan				Posisi Tubuh						T	BT
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Ayep			√		√					√			6	50		√
2	Dea Gelar M	√				√					√			4	33		√
3	Raka F		√			√						√		6	50		√
4	Riki H		√				√			√				5	41		√
5	Yusuf Syahroni			√			√				√			7	58		√
6	Ila Otaviani	√				√					√			5	41		√
7	Evi Febriati	√					√			√				4	33		√
8	Wilda N			√			√			√				6	50		√
9	Khristian A R			√			√						√	9	75	√	
10	Risal Adriana		√				√				√			6	50		√
11	Candra Algi				√			√			√			9	75	√	
12	Sandi Ahmad F	√				√					√			4	33		√
13	Lanlan Naulana	√					√			√				4	33		√
14	Moch Peby H			√					√		√			9	75	√	
15	Yuanita Salma		√			√					√			5	41		√
16	Ayu Shentia	√					√			√				4	33		√
17	Fahmi A			√				√				√		9	75	√	
18	Naufal S			√			√			√				6	50		√
19	Rizki Alamsyah		√			√					√			5	41		√
20	Aghnia R	√					√				√			5	41		√
21	Muh Raihan			√					√		√			9	75	√	
22	Fasya N S		√			√					√			5	41		√
23	Risna R	√				√					√			5	41		√
24	Kartika N	√				√				√				3	20		√
Jumlah		9	6	8	1	10	10	2	2	7	14	2	1	137	1133	5	19
Rata-rata																	
Persentasi %		37	25	33	4	41	41	8	8	29	58	8	4	47.5 %	39.3 %	20 %	80 %

T = Tuntas
BT= Belum Tuntas
Skor Ideal = 12

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Ideal}} \times 100\ \%$$

Nilai KKM = 75

Jika siswa mendapat nilai ≥ 75 dikatakan tuntas.

Jika siswa mendapat nilai< 75 dikatakan belum tuntas.

Berdasarkan hasil observasi, data awal yang didapatkan dari hasil observasi dapat diinterpretasikan bahwa ada 5 atau sekitar 20% siswa dinyatakan lulus, dan 19 atau 80% siswa dinyatakan tidak lulus. Penulis sangat yakin akan masalah hasil belajar anak kelas V ini sangatlah kurang. Maka dari itu penulis akan mencoba melakukan penelitian dari masalah ini.

Guru Pendidikan Jasmani haruslah pandai dalam memodifikasi pembelajaran sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapinya, agar dapat meningkatkan kemampuan siswa. Untuk mendukung keberhasilan dalam mengajarkan Pendidikan Jasmani di SD, guru harus mampu mengembangkan model pembelajaran untuk mencapai keberhasilan, pencapaian program pembelajaran. Disamping itu Guru pendidikan jasmani juga harus dapat mengelola kelas ketika pembelajaran sedang berlangsung.

Hal itu perlu dikuasi oleh guru penididikan jasmani agar ketercapaian tujuan pembelajaran dapat terpenuhi. Mengingat siswa memiliki karakter yang berbeda guru pendidikan jasmani pula perlu menerapkan suatu model pembelajaran yang dapat membuat siswa bersinergi, serta guru pendidikan jasmani dituntut untuk membuat suasana yang kondusif agar pembelajaran dapat berjalan dengan lancar. Model pembelajarn ini dapat guru ambil dari model yang telah ada atau dapat pula memodifikasinya sehingga dapat diimplementasikan ke dalam kelas yang diajarnya.

Kendala yang dihadapi di SDN jayasari penguasaan gerak dasar lari *sprint* siswa-siswanya kurang memadai, serta penyampaian pembelajaran yang belum maksimal oleh guru Penjas, maka diperlukan suatu cara untuk menyelesaikan permasalahan di atas sehingga bertitik tolak dari uraian di atas penulis terdorong untuk mencoba untuk meneliti tentang "Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar Lari *Sprint* Melalui Modifikasi Model Pembelajaran *Group Investigation* (Siswa Kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang)".

B. Rumusan Masalah

Bertitik tolak pada latar belakang masalah, penulis mencoba menerapkan modifikasi pembelajaran *Group Investigation*pada pembelajaran lari sprint . Penulis merumuskan masalah tersebut, sebagai berikut:

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran sebagai upaya meningkatkan gerak dasar *lari sprint* melalui modifikasi model pembelajaran *Group Investigation* pada siswa kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang?
2. Bagaimana kinerja guru dalam pembelajaran sebagai upayameningkatkan gerak dasar *lari sprint* melalui modifikasi model pembelajaran *Group Investigation* pada siswa kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang?
3. Bagaimana aktifitas siswa dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan gerak dasar lari *sprint* melalui modifikasi model pembelajaran *Group Investigation* pada siswa kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang?
4. Bagaimana hasil belajar siswa dalam pembelajaran sebagai upayameningkatkan gerak dasar *lari sprint* melalui modifikasi model pembelajaran *Group Investigation* pada siswa kelas V SDN Jayasari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang?

C. Pemecahan Masalah

Berdasarkan masalah yang terungkap dalam pembelajaran penjas kelas V SD Negeri Jayasari terhadap materi pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya dalam materi atletik, maka peneliti akan memecahkan masalah diatas dengan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam siklus-siklus. dimana disetiap siklus akan dilaksanakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Perencanaan

Dengan melihat penjabaran permasalahan yang telah disampaikan diatas maka tindakan yang akan diambil adalah melakukan serangkaian pembelajaran yang telah direncanakan. Karena penyebab permasalahan sudah diketahui, maka

tindakan yang akan dilakukan adalah mengimplementasikan modifikasi model pembelajaran *group investigation.*

2. Pelaksanaan tindakan

Dalam tahap ini peneliti akan melakukan tindakan sesuai dengan perencanaan yang telah disusun dan terfokus pada tujuan dilakukannya penelitian, yaitu bagaimana implikasi modifikasi model pembelajaran *group investigation* di SD Negeri Jayasari. Tindakan yang dilakukan akan disesuaikan sesuai dengan program pembelajaran sehari-hari.

3. Aktifitas siswa

Aktifitas siswa ditingkatkan dengan cara mengobservasi siswa. Observasi dilakukan untuk mengumpulkan bukti hasil tindakan agar dapat dievaluasi dan dijadikan landasan dalam melakukan refleksi.

4. Hasil belajar

Pada akhir kegiatan guru menuliskan hasil refleksi mengenai proses, masalah dan hambatan yang ditemukan kemudian dilanjutkan dengan refleksi terhadap dampak pelaksanaan tindakan yang dilaksanakan.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah ingin:

1. Mengetahui perencanaan pembelajaran *lari sprint* dengan modifikasi model pembelajaran *group investigation.*
2. Mengetahui kinerja guru dalam pembelajaran *lari sprint* dengan modifikasi model pembelajaran g*roup investigation.*
3. Mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran *lari sprint* dengan modifikasi model pembelajaran g*roup investigation.*
4. Mengetahui hasil belajar siswa dalam pembelajaran *lari sprint* dengan modifikasi model pembelajaran g*roup investigation.*

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

a. Dengan diterapkannya modifikasi model pembelajaran *group investigation* dalam proses pembelajaran lari *sprint* di kelas V SDN Jayasari diharapkan mempercepat penguasaan gerak dasar l*ari sprint* siswa,

b. Dangan adanya penelitian ini, diharapkan siswa bisa lebih termotivasi dalam melaksanakan pembelajaran lari *sprint* pada saat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani.

c. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan rasa percaya diri dan antusias siswa dapat meningkat dalam pembelajaran lari *sprint.*

2. Bagi Guru

a. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani bisa lebih kreatif dalam mengembangkan model pembelajaran untuk berjalannya proses kegiatan belajar mengajar.

b. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan guru pendidikan jasmani bisa lebih memahami akan pentingnya modifikasi model pembelajaran pada pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada pembelajaran lari *sprint*.

3. Bagi Sekolah

a. Dapat dijadikan sebagai tolak ukur dalam peningkatan hasil belajar siswa, khususnya dalam pembelajaran lari *sprint*.

b. Dapat dijadikan bahan evaluasi tentang keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

4. Bagi Lembaga

a. Dapat dijadikan sebagai acuan untuk dapat memberikan suntikan motivasi untuk menciptakan tenaga pengajar yang berkualitas di masa yang akan datang.

b. Dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam pembelajaran lari *sprint*.

5. Bagi Peneliti

a. Pribadi

1) Dapat memperoleh data dan informasi yang transparan tentang permasalahan-permasalahan di dalam proses kegiatan belajar mengajar pada siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran lari *sprint*.
2) Dapat memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan pengalaman dalam menyusun karya ilmiah.
3) Dapat memberikan pengetahuan baru tentang karakteristik-karakteristik siswa kelas V dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani.

b. Peneliti lain

1) Dapat dijadikan sebagai sumber atau referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya.
2) Dapat memperoleh pengetahuan baru tentang pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran pada lari *sprint*.

F. Batasan Istilah

Meningkatkan adalah suatu proses perubahan yang terjadi pada diri hasil belajar atau latihan (SISDIKNAS, 2003).

Gerak Dasar adalah kemampuan awal yang dimiliki seseorang (Kamus Besar : 359).

Lari Sprint adalah suatu cara untuk berlari dimana si atlit harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin (Muhtar, 2009 : 12).

Modifikasi adalah perubahan dari sesuatu yang telah ada sebelumnya (Ngasmin dan Soepartono, 1997: 13).

Model Pembelajaran mengandung arti “Bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik, tetapi ada juga suatu pengertian bagaimana anak didik mempelajarinya” (Sukintaka, 1992: 70).

Group Investigastion kreativitas kooperatif dimana guru dan murid membangun proses pembelajaran yang disarkan pada perencanaan mutual dari berbagai pengalaman, kapasitas, dan kebutuhan mereka masing-masing (Miftahul, 2011 : 123).