

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lembaga pendidikan mempunyai fungsi untuk meletakkan dasar pengembangan aspek-aspek afektif dan psikomotor disamping aspek kognitif sebagai unsur menuju kepada pembinaan anak menjadi pribadi-pribadi yang utuh, sehat dan bugar, baik jasmani, rohani maupun sosialnya. Hal tersebut dapat dibina dan dikembangkan melalui berbagai macam mata pelajaran yang diberikan kepada siswa di setiap lembaga pendidikan, salah satu dari sekian banyak mata pelajaran tersebut adalah pendidikan jasmani.

Tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan kemampuan koordinasi gerakan motorik dasar. Anak mulai belajar berjalan pada saat mereka berusia kira-kira dua tahun. Sejak saat itu mereka mulai mengenal gerak dasar seperti berjalan berlari.

Setelah memasuki masa kanak-kanak, mereka mencoba melakukan gerakan melempar dan menendang. Namun, kondisi semacam ini akan bergantung pada kesempatan dan dorongan yang mereka terima dari anggota keluarganya. di bandingkan dengan orang dewasa yang sudah memiliki gerakan yang efisien.

Pola gerak dasar merupakan pola dasar perilaku yang dapat diamati aktivitas lokomotor seperti berlari, lompat dan aktivitas manipulatif seperti lempar dan tangkap, serta aktivitas non lokomotor seperti meregang dan memutar

merupakan tugas-tugas gerak untuk gerak. peningkatan kemampuan gerak dasar pada usia ini terjadi secara berangsur-angsur dan bertahap.

Menurut Saputra (2001:14) fase perkembangan gerak dasar di bagi menjadi tiga tingkatan:

1. Tingkat awal: merupakan awal dari munculnya kesadaran anak akan pola gerak dasar, meskipun perpaduan dan koordinasi gerakanya masih belum sempurna.
2. Tingkat dasar : merupakan proses menuju pematangan ke arah pola gerak dasar.
3. Tingkat kematangan: merupakan tahap pematangan gerak dasar yang di tandai dengan semakin efisiennya koordinasi gerak yang dilakukan.

Standar kompetensi bahan kajian mata pelajaran Pendidikan Jasmani untuk SD adalah sebagai berikut :

1. Permainan dan olahraga
2. Aktivitas pengembangan
3. Uji diri/senam
4. Aktivitas ritmik
5. Akuatik (Aktivitas Air)
6. Pendidikan luar kelas

Beberapa perkembangan kemampuan gerak hasil penelitian Espenschade dan Eckert dalam Sugiyanto dan Sudjarwo, (1991: 18) diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Perkembangan kemampuan Berlari
Berlari dihasilkan dari panjang langkah yang dipengaruhi panjang kaki dan irama langkah yang dipengaruhi kekuatan otot tungkai.
2. Perkembangan Kemampuan Meloncat
Kemampuan meloncat digunakan sebagai prediktor kekuatan tubuh dan merupakan tes diagnostik koordinasi gerakan. Perkembangannya terkait dengan peningkatan kekuatan dan koordinasi tubuh. Pada anak besar perkembangan kemampuan meloncat cukup cepat, makin jauh atau makin tinggi dengan kualitas gerak semakin efisien.
3. Perkembangan Kemampuan Melempar
Perkembangan kemampuan melempar pada anak besar dapat dibedakan menjadi dua bentuk yaitu perkembangan yang bersifat kuantitatif dan perkembangan yang bersifat kualitatif.

Kata “bermain” mungkin kita semua pernah dengar, lihat, atau alami. Mulai dari anak-anak sampai orang tua : khususnya pada masa kanak-kanak ikhwal bermain menjadi satu hal dominan dan sesuai dengan karakteristik dunia anak yaitu dunia bermain. Dilihat dari kedudukannya anak adalah tunas bangsa dan penerus cita-cita perjuangan bangsa yang kelak akan menjadi pemimpin di masa yang akan datang. Oleh karena itu, anak perlu mendapat perhatian, peran dan pendidikan yang benar sejak dini. Dalam hal ini, pendidikan jasmani mempunyai peran dalam mengembangkan potensi anak khususnya melalui aktivitas jasmani. Disamping itu, pendidikan jasmani memberikan pengalaman gerak dan berbagai kemampuan lain yang dikemas secara menyenangkan dalam aktivitas bermain sehingga para peserta dalam pendidikan jasmani merasa senang untuk melakukannya.

Jika tujuan pembelajaran gerak itu harus berakhir dengan adanya suatu produk tertentu, maka produk itu pastilah penguasaan mengembangkan kemampuan anak. Kemampuan dari seseorang dalam tugas gerak tertentu akan

menentukan seberapa besar kemampuan orang itu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dengan derajat keberhasilan yang tinggi.

Apa yang dimaksud dengan kemampuan? Istilah kemampuan sulit untuk didefinisikan dengan suatu kepastian yang tidak dapat dibantah. Kemampuan dapat menunjuk pada aksi khusus yang ditampilkan atau pada sifat dimana kemampuan itu dilaksanakan. Banyak kegiatan dianggap sebagai suatu kemampuan, atau terdiri dari beberapa kemampuan dan derajat penguasaan yang dicapai oleh seseorang menggambarkan tingkat kemampuannya. Hal ini bisa terjadi karena kebiasaan yang sudah diterima oleh umum untuk menyatakan bahwa satu atau beberapa pola gerak atau perilaku yang diperhalus bisa disebut kemampuan, misalnya menulis, bermain gitar, menyanyi, berjalan, berlari, melompat dan sebagainya.

Dunia anak adalah dunia bermain. Bagi anak-anak kegiatan bermain selalu menyenangkan. Melalui kegiatan bermain ini, anak bisa mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Perkembangan secara fisik dapat dilihat saat bermain. Perkembangan intelektual bisa dilihat dari kemampuannya menggunakan atau memanfaatkan lingkungannya. Perkembangan emosi dapat dilihat ketika anak merasa senang, tidak senang, marah, menang dan kalah. Perkembangan sosial bisa dilihat dari hubungannya dengan teman sebaya, menolong dan memperhatikan kepentingan orang lain.

Melalui pengalamannya bermain ini, anak sebenarnya sedang belajar meningkatkan kemampuannya yang akan digunakannya kelak untuk mempertahankan hidupnya. Demikian pula dengan anak-anak, dimana bermain

adalah pengalaman mereka yang harus dilalui. Melalui permainan ini sebenarnya mereka sedang menciptakan pengalaman, yang tidak perlu harus merepotkan dengan melarangnya untuk tidak bermain ini atau bermain itu. Biarkan mereka melakukan aktivitas sendiri yang menyenangkan itu tanpa harus terganggu oleh batasan-batasan yang kita ciptakan. Bila ini terjadi, anak akan mempunyai sifat penakut dan bersikap ragu-ragu.

Menurut beberapa pengertian, aktivitas bermain tidak sama dengan aktivitas lainnya seperti belajar, mandi, makan dan tidur. Namun dalam bermain sebenarnya anak sedang belajar. Ciri-ciri yang membedakan itu antara lain :

1. Aktivitas bermain bisa menimbulkan efek yang menyenangkan dan gembira.
2. Aktivitas bermain bisa dilakukan secara spontanitas dan suka rela serta tidak ada unsur paksaan.
3. Dalam bermain ada aturan yang diciptakan oleh pemainnya sendiri dan sifatnya insidental.
4. Dalam bermain anak bisa termotivasi untuk menyenangi permainan.

Keempat ciri di atas itulah yang membedakan aktivitas bermain dengan aktivitas lainnya. Namun demikian dalam melakukan aktivitas bermain hendaknya harus mengandung unsur-unsur pelajaran. Ini dilakukan agar anak dapat meningkatkan kemampuan ketrampilan, kecerdasan, emosi, dan sosial secara optimal. Bermain tidak lepas dari gerak sehingga gerak adalah kehidupan dan apabila gerak tersebut berhenti maka kehidupannya pun akan berakhir.

Dengan demikian sejalan dengan pendidikan jasmani di Sekolah Dasar, yang dimana dijelaskan dalam KTSP (2007 : 6) sebagai berikut:

1. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
2. Mengembangkan kemampuan gerak dan ketrampilan berbagai macam permainan dan olahraga.
3. Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya mengembangkan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani dapat menyalurkan hasrat dan keinginan mereka untuk bergerak, selain itu melalui pendidikan jasmani dapat membentuk, membina dan mengembangkan kemampuan gerak dasar peserta didik. Berbagai bentuk dan corak yang diperoleh siswa merupakan dasar dalam memasuki tahap-tahap perkembangannya, baik perkembangan yang berhubungan dengan pengetahuan, nilai dan sikap maupun kemampuan gerak dasar itu sendiri.

Keberhasilan siswa dalam belajar kemampuan gerak, ditentukan oleh faktor-faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi terjadinya perubahan pada diri siswa. Salah satu usaha untuk mewujudkan keberhasilan siswa dalam belajar kemampuan gerak, adalah melalui program pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Sebagai peneliti di SDN Sirahcai hal yang sangat sulit untuk mengetahui karakteristik siswa di sekolah ini adalah ketika siswanya sedang beraktivitas di lapangan. Hal ini disebabkan adanya keragaman karakter siswa pada saat proses belajar mengajar berlangsung. Maka peneliti mengamati dari 20 orang siswa

perempuan yang dijadikan sampel penelitian ternyata banyak gejala-gejala dan faktor-faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran gerak.

Proses belajar akan mengubahnya menjadi orang yang benar-benar baru luarnya tetap sama, tetapi kemampuannya sudah berubah. Kemana pun orang itu pergi, dalam kondisi apapun ia berada, kemampuannya tetap melekat. Belajar sangat penting untuk meyakini bahwa faktor latihanlah yang akan mempengaruhi penampilan secara menetap. Perubahan kemampuan itu akan menjadi ciri dari orang bersangkutan yang akan berguna ketika suatu waktu yang dibutuhkan. Kemampuan terbaru itu akan terbawa kemanapun orang yang bersangkutan berpindah tempat.

Berdasarkan uraian diatas, serta mengacu kepada permasalahan yang penulis temukan di lapangan, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerak. Untuk itu penulis akan mencoba meneliti lebih jauh tentang perkembangan kemampuan gerak dasar di sekolah dasar. Kemampuan gerak dasar itu sendiri terdiri dari unsur lari, lempar dan lompat. Sehubungan dengan hal tersebut, maka penulis memandang perlu khususnya siswi perempuan untuk melakukan penelitian secara khusus tentang perkembangan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya aktivitas bermain atletik terhadap perkembangan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar di SD Negeri Sirahcai di Kabupaten Sumedang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang dan uraian di atas, penulis perlu meneliti lebih jauh adalah Bagaimanakah pengaruh pembelajaran aktivitas bermain atletik terhadap kemampuan gerak dasar siswa di Sekolah Dasar Negeri Sirahcai di Kabupaten Sumedang.

C. Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan yang akan kita lakukan harus mempunyai tujuan. Tujuan penelitian yang penulis lakukan adalah untuk

- a. Mengetahui perubahan tingkat perkembangan kemampuan gerak dasar siswa pada Sekolah Dasar Negeri Sirahcai di Kabupaten Sumedang.
- b. Manfaat pembelajaran aktivitas bermain atletik terhadap kemampuan gerak dasar siswa di di Sekolah Dasar Negeri Sirahcai di Kabupaten Sumedang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi penulis, masyarakat umum dan akademik.

1. Bagi penulis untuk memperoleh pengetahuan lebih dalam mengenai perkembangan kemampuan gerak dasar siswa di Sekolah Dasar
2. Bagi masyarakat umum sebagai bahan masukan bagi pola pengajaran guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar sekaligus usaha untuk meningkatkan kesehatan kebugaran jasmani pada siswa Sekolah Dasar.

3. Bagi akademik sebagai sumbangan pemikiran yang dapat memperkaya khasanah karya ilmiah yang berkaitan dengan perkembangan kemampuan gerak dasar dan peningkatan kebugaran jasmani pada siswa Sekolah Dasar.

E. Batasan Penelitian

Agar penelitian lebih terarah serta memperoleh gambaran yang jelas, maka penulis membatasi masalah penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian penulis fokuskan perkembangan kemampuan gerak dasar siswa kelas V pada siswa Sekolah Dasar Negeri Sirahcai di Kabupaten Sumedang
2. Pola perkembangan difokuskan pada kemampuan gerak berupa test general motor ability yang meliputi :
 - a. Shuttle Run 4 x 10 meter
 - b. Tes lempar tangkap bola dengan jarak sejauh 1 meter dengan tembok/dinding
 - c. Stork Stand Postitional Balance
 - d. Lari cepat 30 meter

F. Batasan Istilah

Agar tidak terjadi salah tafsir pada istilah yang penulis gunakan dalam penelitian ini, maka penulis mendefinisikan istilah-istilah sebagai berikut :

1. Perkembangan ialah suatu proses kerja atau cara meningkatkan hasil. Dalam hal ini peningkatan yang dimaksud adalah ketika mengikuti pembelajaran penjas, anak mampu untuk berfikir sendiri tentang pengembangan dan

peningkatan kemampuannya. Untuk itu, anak harus mampu menggunakan kemampuan berfikirnya secara kreatif, melalui pemecahan masalah-masalah gerak. Dengan demikian, anak diharapkan tidak saja meningkat kemampuan fisiknya tetapi juga kognitif dan afektifnya.

2. Apa yang dimaksud dengan kemampuan? Istilah kemampuan sulit untuk didefinisikan dengan suatu kepastian yang tidak dapat dibantah. Kemampuan dapat menunjuk pada aksi khusus yang ditampilkan atau pada sifat dimana kemampuan itu dilaksanakan. Banyak kegiatan dianggap sebagai suatu kemampuan, atau terdiri dari beberapa kemampuan dan derajat penguasaan yang dicapai oleh seseorang menggambarkan tingkat kemampuannya. Hal ini bisa terjadi karena kebiasaan yang sudah diterima oleh umum untuk menyatakan bahwa satu atau beberapa pola gerak atau perilaku yang diperhalus bisa disebut kemampuan, misalnya menulis, bermain gitar, menyanyi, berjalan, berlari, melompat dan sebagainya. Jika ini yang digunakan, maka kata "*kemampuan*" yang dimaksud adalah kata benda. Di pihak lain, kemampuan juga bisa digunakan sebagai kata sifat, walaupun hal ini digunakan, kata tersebut sudah berubah strukturnya hanya menjadi *terampil*. Kata ini digunakan untuk menunjukkan suatu tingkat keberhasilan dalam melakukan suatu tugas. "Kemampuan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum dan pengeluaran energi dalam waktu yang minimum, (Schmidt, 1991). Sedangkan Singer (1980) menyatakan bahwa. "kemampuan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif.

3. Kemampuan Gerak Dasar

Pendidikan jasmani yang tepat sesuai dengan tingkat perkembangan siswa/i di tingkat sekolah dasar adalah dengan memberikan aktivitas yang melibatkan penggunaan kemampuan gerak dasar yang lebih banyak dibandingkan dengan olahraga permainan, terutama pada siswa/i pada level rendah. Semua ini dikarenakan belum siapnya perkembangan anak untuk beraktivitas dengan menggunakan bola-bola besar saat pembelajaran penjas. Kurikulum penjas di tingkat SD memang menyebutkan permainan bola kecil sebagai materi yang dilakukan di pelajaran penjaskes, seperti kasti, bulu tangkis. Tetapi pada pelaksanaannya masih banyak ditemukan siswa/i sekolah dasar yang sudah diberikan olahraga permainan bola besar, seperti bola basket, sepak bola, dan bola voli.

Salah satu alasannya karena pembelajaran dilaksanakan menurut perhatian/kesenangan guru, bukan berdasarkan kebutuhan/minat/ketertarikan dari siswanya. Dengan mengetahui beberapa kemampuan gerak dasar dibawah ini, diharapkan guru-guru penjaskes di tingkat SD mampu menciptakan permainan-permainan yang melibatkan/merangsang kemampuan gerak dasarnya.

Kemampuan gerak dasar itu diantaranya:

- a. Non-lokomotor. Siswa melakukan gerakan tetapi tidak berpindah tempat. Contoh dari gerakan ini adalah memutar-mutar lengan, mengangguk-anggukan kepala, membungkukan badan dan memantul-mantulkannya.

- b. Lokomotor. Siswa melakukan gerakan dengan berpindah tempat. Contohnya berjalan, berlari, melompat kedepan.
- c. Manipulatif. Siswa melakukan gerakan dengan menggunakan benda/objek. Contohnya melempar bola, memukul bola, menggiring bola.

Dengan mengetahui beberapa kemampuan gerak dasar diharapkan para guru pengajar penjaskes khususnya pada level rendah menjadi lebih mampu memodifikasi bahkan berinovasi untuk mencari aktivitas-aktivitas fisik yang dapat membuat siswanya mendapatkan pengalaman gerak yang tepat sehingga seluruh siswanya mampu bertumbuh dan berkembang.

4. Aktivitas bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan rasa senang, kaitan bermain sebagai wahana pencapaian dengan rasa senang, serta kaitan bermain sebagai wahana pencapaian tujuan pendidikan.
5. Sekolah dasar adalah jenjang paling dasar pada pendidikan formal di Indonesia. Sekolah dasar ditempuh dalam waktu 6 tahun, mulai dari kelas 1 sampai kelas 6. Saat ini murid kelas 6 diwajibkan mengikuti Ujian Nasional yang mempengaruhi kelulusan siswa. Lulusan sekolah dasar dapat melanjutkan pendidikan ke sekolah menengah pertama (atau sederajat). Pelajar sekolah dasar umumnya berusia 6-12 tahun. Di Indonesia, setiap warga negara berusia 6-15 tahun tahun wajib mengikuti pendidikan dasar, yakni sekolah dasar (atau sederajat) 6 tahun dan sekolah menengah pertama (atau sederajat) 3 tahun.

Sekolah dasar diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta. Sejak diberlakukannya otonomi daerah pada tahun 2001, pengelolaan sekolah dasar negeri (SDN) di Indonesia yang sebelumnya berada di bawah Departemen Pendidikan Nasional, kini menjadi tanggung jawab pemerintah daerah kabupaten/kota. Sedangkan Departemen Pendidikan Nasional hanya berperan sebagai regulator dalam bidang standar nasional pendidikan. Secara struktural, sekolah dasar negeri merupakan unit pelaksana teknis dinas pendidikan kabupaten/kota.

