

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak dapat dipisahkan lagi dalam kehidupan manusia. Mata pelajaran ini, sangat penting karena pendidikan jasmani merupakan satu-satunya lingkungan dimana semua anak memiliki kesempatan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasarnya.

Menurut Badan Nasional Standar Pendidikan (BNSP) Depdikbud (2005:15) pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut ini. 3) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, 4) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, 5) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, 6) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, 7) Mengembangkan sikap *sportif*, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis, 8) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, dan 9) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk

mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat, bugar, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Balyi, Istvan; Way, Richard; Higgs, Celin (2013) Aktivitas fisik memiliki beberapa dampak positif untuk anak-anak, khususnya di 6-7 tahun pertama, diantaranya dapat meningkatkan perkembangan fungsi otak, membantu anak membangun kepercayaan diri dan harga diri yang positif, membantu membangun tulang dan otot yang kuat, meningkatkan *fleksibilitas*, mengembangkan kebiasaan postur dan keseimbangan, meningkatkan kebugaran, mengurangi stres, meningkatkan kualitas tidur, menjaga tubuh agar tetap ideal dan sehat, membantu anak-anak belajar bergerak dengan terampil dan menikmati menjadi aktif.

Seiring dengan perkembangan zaman dan teknologinya yang canggih membuat intensitas bergerak individu semakin berkurang. Hal ini pastinya menimbulkan begitu banyak dampak negatif bagi tumbuh kembang pelakunya. Dalam fenomena ini, Pendidikan jasmani memiliki peran penting untuk mengurangi dampak negatif yang terjadi. Melalui pendidikan jasmani setiap individu dapat mempelajari banyak hal mulai dari *kognitif*, *afektif* dan *psikomotor*. Dimana tiga hal ini merupakan modal dasar setiap individu untuk mencapai tujuan hidupnya.

Gallahue, D.L & Ozmun, (1998) Perkembangan gerak (motorik) yang dialami oleh manusia merupakan perubahan yang terjadi terus menerus sepanjang hidup, Pertumbuhan dan perkembangan tersebut banyak berlangsung dimasa anak-anak dan remaja maka dari itu pendidikan jasmani harusnya sudah ditanamkan pada masa kanak-kanak, karena proses pertumbuhan dan

perkembangan yang terjadi pada masa anak-anak terutama pada penguasaan keterampilan gerak dasar sangat menentukan kesuksesan gerak motorik dimasa selanjutnya.

Corbin (1380) salah satu konsep tentang perkembangan adalah totalitas. Individu merupakan suatu *organisme* terpadu, bukan merupakan bagian-bagian terpisah dan tidak berhubungan antara satu aspek dengan lainnya. Oleh sebab itu, untuk memungkinkan perkembangan optimal diperlukan adanya pembinaan yang menyeluruh dan seimbang antara aspek fisik motorik, *inteligensi*, emosi, dan sosial anak. Lebih lanjut Kiram (1395) mengatakan bahwa mengabaikan pandangan terhadap aksi-aksi motorik sebagai bagian dari perilaku manusia, berarti mengabaikan keberadaan manusia sebagai totalitas *systembio-psichosociocultural*. Dengan demikian, memperhatikan perkembangan gerak yang dilakukan melalui berbagai aktivitas motorik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan dalam berbagai program pelatihan bagi anak-anak, tidak hanya diartikan sebagai upaya untuk menguasai keterampilan motorik olahraga, melainkan juga sebagai upaya untuk pembentukan integritas kepribadian.

Pendidikan jasmani pastinya tidak terlepas dari sebuah aktivitas yaitu “pembelajaran”. Pendidikan jasmani menawarkan sebuah proses pembelajaran yang menyeluruh dalam mengawal perkembangan anak, yang harapannya perkembangan ini dapat berkembang secara menyeluruh, bukan hanya aspek jasmaniah yang lazim disebut psikomotorik. Namun juga, perkembangan pengetahuan dan penalaran yang dicakup dalam istilah kognitif dan dapat dicapai

juga perkembangan watak serta sifat-sifat kepribadiannya, yang tercakup dalam istilah perkembangan *afektif*.

Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan republik indonesia (2013) kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yaitu bagian kompetensi dasar 4.1, siswa dididik agar mampu mempraktekan pola gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan, arah, ruang gerak, hubungan dan usaha, dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

hasil observasi yang peneliti lakukan pada bulan maret 2020 di SDN Palas Pasemah, Lampung Selatan, ditemukan pada umumnya kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani didasarkan pada keterampilan gerak dasar permainan olahraga yang sebenarnya atau menggunakan peralatan yang sebenarnya, dalam hal ini siswa kelas 1 sekolah dasar seringkali menemui hambatan dan merasa kesulitan dalam mengikuti pembelajaran, yang akhirnya menimbulkan rasa tidak percaya diri, malas dan pesimis dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani.

Kurniawan (2018) mengatakan bahwa fenomena ini ternyata adalah hal yang lumrah karena pada usia 6-7 tahun anak anak masih dalam fase *fundamental movement* dibagian *mature stage* dimana kemampuan gerak dasar lokomotor sudah terkoordinir dan lebih efisien, namun masih belum baik dalam penguasaan gerak dasar permainan olahraga yang spesifik. Maka dari itu upaya dalam mengembangkan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar harus mendapatkan perhatian dari guru pendidikan jasmani dengan menyesuaikan tahap pertumbuhan dan perkembangan. Mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor pada

siswa dapat dilakukan melalui berbagai macam aktivitas yang menarik bagi siswa kelas 1 sekolah dasar. Permainan merupakan salah satu jenis kegiatan yang sangat digemari oleh anak-anak. Menurut Patty (2008) jenis permainan ada enam macam yaitu : (1) Permainan pengenalan, (2) permainan perorangan, (3) permainan beregu, (4) permainan pada upacara pesta, (5) permainan dalam air, (6) permainan pramuka. Melalui aktivitas bermain, dapat memberikan kesenangan yang lebih besar dan sekaligus mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor anak di sekolah dasar, karena mengingat masa sekolah dasar termasuk masa bermain.

Berangkat dari hal ini peneliti terdorong untuk mencoba membuat model permainan berkelompok yang harapannya bisa menjadi media pembelajar yang menyenangkan dan juga bisa memacu siswa untuk mengoptimalkan perkembangan gerak dasar lokomotornya. Namun disini peneliti membatasi penelitiannya hanya pada gerak dasar lokomotor berlari, berjalan dan melangkah agar pembahasannya tidak terlalu meluas. Jenis permainan yang akan diteliti adalah permainan berkelompok dalam peningkatan gerak dasar lokomotor berlari dan berjalan. Berlari dan berjalan merupakan gerak dasar lokomotor yang dilakukan manusia sepanjang hidupnya.

Bakhtiar (2015) mengatakan aktivitas berjalan dan berlari paling tidak dilakukan seseorang ketika usia 7 bulan keatas, seiring dengan bertambahnya usia aktivitas berjalan dan berlari ini akan mengalami perubahan dalam pelaksanaannya, maka dari itu dibutuhkan pengawalan yang baik dalam membentuk pola jalan dan lari seseorang, agar mampu melaksanakan aktivitas ini dengan baik dan benar.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada model permainan berkelompok dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor berlari dan berjalan siswa kelas 1 sekolah dasar, yang diharapkan mampu membuat anak mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan baik.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Bagaimana kah model permainan berkelompok dalam peningkatan gerak dasar lokomotor berlari, berjalan dan melangkah untuk siswa kelas 1 sekolah dasar?
2. Apakah model tersebut dapat diterapkan dalam proses kegiatan belajar pendidikan jasmani siswa kelas 1 sekolah dasar?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang berupa permainan berkelompok ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pihak yang bersangkutan, baik secara teoritis maupun praktis.

1. Teoritis

Memberikan sumbangan referensi khususnya dalam bidang pendidikan jasmani tingkat sekolah dasar.

2. Praktis.

a. Bagi Guru

- 1) Menambah model pembelajaran yang lebih variatif untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

2) Informasi ini nantinya bisa dijadikan bahan masukan dalam upaya meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih baik

b. Bagi siswa

Menjadi sarana untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani dengan suasana yang menyenangkan.

