

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kemampuan suatu bangsa sangat ditentukan oleh kualitas pendidikan. Hal ini karena, pendidikan sebagai sarana untuk mencerdaskan kehidupan bangsa memiliki peranan yang sangat strategis. Pendidikan berkontribusi dalam mengembangkan sumber daya manusia (SDM) yang bermutu, dengan indikator berkualifikasi ahli, terampil, kreatif, inovatif, serta memiliki *attitude* (Sikap dan perilaku) yang positif.

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari pendidikan pada umumnya, pendidikan jasmani membentuk atau membangun manusia seutuhnya dari segi lahir maupun batin. Segi lahir atau jasmani ini meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, kesehatan dan rehalibitasi. Pertumbuhan dan perkembangan fisik akan lebih cepat melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani membentuk peserta didik mempunyai gaya hidup berolahraga sehingga menjadi perilaku hidup yang sehat, sedangkan rehabilitasi dalam hal ini maksudnya perbaikan sikap tubuh, misalnya: sikap jalan yang kurang baik, sikap duduk yang salah dan lain-lain.

Pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik mampu mengembangkan keterampilan, mengembangkan hidup sehat dan

menyumbangkan pada kesehatan fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada peserta didik berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang sudah direncanakan, yang mempunyai kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bermain dan aktifitas olahraga yang sistematis. Di dalam pendidikan jasmani terdapat pembelajaran yang mampu mengembangkan kemampuan dasar.

Pendidikan jasmani untuk awal masa kanak-kanak dan Sekolah Dasar dapat diidentifikasi sebagai belajar untuk bergerak, bergerak untuk belajar, belajar tentang gerak. Program pendidikan jasmani dipandang sebagai tempat berlaga, memperoleh kesenangan dan belajar bermain. Beberapa anak pada awal usia ini menunjukkan bahwa anak ingin belajar bagaimana menjadi atlet dan ingin bermain pada satu tim. Anak memiliki koordinasi yang jelek, diharapkan anak dapat meningkatkan kebugaran jasmani sehingga anak dapat bergabung kembali ke kelas reguler. Anak yang memiliki keterlambatan mental menunjukkan bahwa anak diharapkan dengan program pendidikan jasmani akan menjadi makin pintar.

Pendidikan jasmani di sekolah terbagi dalam beberapa cabang olahraga yaitu: cabang olahraga bola besar, cabang olahraga bola kecil, cabang olahraga senam, dan cabang olahraga atletik. Pembelajaran yang ada unsur permainannya seperti pada cabang olahraga bola besar di

sekolah, peserta didik sangat antusias dalam mengikutinya. Hal ini merupakan modal utama atau syarat utama yang paling penting dalam pembelajaran, dengan antusias atau rasa senang tujuan pembelajaran akan mudah tercapai. Keadaan sebaliknya, peserta didik kurang suka dalam mengikuti pembelajaran maka tujuan pembelajaran sulit tercapai ketidaksukaan ini menyebabkan peserta didik menjadi malas dalam beraktifitas.

Program pendidikan jasmani di Sekolah Dasar di kelas IV-VI memiliki fokus program antara lain harus memberikan kesempatan untuk memperoleh kesenangan, belajar keterampilan baru, dan belajar berbagai cabang olahraga, anak juga membutuhkan latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, pada tingkat usia dini hampir pendidikan jasmani di pandang sebagai tempat untuk membentuk persahabatan yang baru, pendidikan jasmani juga menekankan bahwa pendidikan jasmani memberikan kesempatan untuk "*Beraksi*" (*Show off*) dan anak juga mampu menghilangkan ketegangannya.

Atletik adalah cabang olahraga yg bersifat kompetitif dan memiliki beberapa nomor lomba yang terpisah berdasarkan kemampuan gerakan dasar-dasar manusia seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar. Materi lari merupakan salah satu materi dari cabang pembelajaran atletik yang pada umumnya kurang diminati oleh peserta didik. Hal ini terlihat dari kurangnya antusias peserta didik dalam mengikuti pembelajaran. Kurangnya

antusias peserta didik disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya diantaranya adalah gerakan lari tidak perlu diajarkan karena sebagian sudah merasa bisa dan terlatih sejak belum sekolah. Faktor lainnya adalah penyajian materi yang kurang variatif sehingga menyebabkan peserta didik malas dalam mengikutinya. Pembelajaran atletik dikenalkan sebagian atau sekilas, pembelajaran hanya berorientasi pada pembelajaran teknik, setelah itu pembelajaran dilanjutkan kegiatan lain, misalnya bermain futsal. Keadaan semacam ini sering terjadi bilamana pembelajaran teknik sudah selesai, sehingga orientasi peserta didik tidak kepada materi pembelajaran atletik tetapi pada bermain futsal dan akibatnya kurang baik bagi materi lari yang baik dan benar.

Peneliti mengamati pada saat pembelajaran atletik khususnya nomor lari, peserta didik kurang antusias dalam mengikutinya, baik peserta didik putra maupun peserta didik putri. Keadaan semacam ini menjadikan masalah agar bagaimana caranya materi pembelajaran berlari dapat meningkat. Karena dengan keadaan yang demikian, tujuan pembelajaran pun pasti belum tercapai. Setelah melakukan pengamatan, hal ini disebabkan karena pembelajaran yang monoton atau pembelajaran yang hanya berorientasi pada pembelajaran teknik, tidak adanya unsur bermain dalam penyajian materi pembelajaran. Oleh sebab itu guru harus mampu mengembangkan kemampuan gerak anak yang sesuai ada dalam dirinya atau secara spesifik

melalui pembelajaran pendidikan jasmani kegiatan bermain dan berolahraga yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Upaya yang sangat penting dalam melakukan pengembangan, pengayaan dan variasi gerak pada pembelajaran pendidikan jasmani ialah harus melaksanakan rencana pembelajaran sesuai dengan kurikulum, selain itu juga dalam proses pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan membantu peserta didik bergerak lebih terarah dalam ruang gerak yang luas. Disamping itu seorang guru diharapkan mampu menggunakan alat dan tempat yang ada semaksimal mungkin di sekolah sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang optimal karena pada umumnya peralatan dan ruang yang disediakan sekolah untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga berbeda-beda tiap sekolah di Indonesia.

Seorang guru pendidikan jasmani harus lebih kreatif dalam memberikan materi pembelajaran khususnya dalam mengembangkan keterampilan gerak serta materi yang diberikan dapat membuat anak tertarik dan senang melakukannya. Guru pendidikan jasmani pada umumnya hanya menilai hasil belajar peserta didik berdasarkan hasil akhir setelah peserta didik melakukan gerakan suatu materi pembelajaran, bukan menilai proses kebenaran yang berorientasi pada *fundamental skill*.

Ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian ini berawal dari pengamatan di lapangan bahwa pembelajaran olahraga lari di SDN Manggarai 01 pagi, kecamatan Jakarta Selatan belum optimal. Kemampuan

teknik dasar lari mereka masih terbatas dimana peserta didik pada saat kegiatan lomba lari peserta didik belum memahami teknik lari yang benar, baik langkah kaki, ayunan tangan dan pandangan. Posisi tubuh peserta didik pada saat berlari masih belum stabil dimana posisi bagian kaki dan tangan tidak berlawanan.

Penelitian ini berfokus kepada pendekatan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain pada materi pembelajaran gerak dasar lari, selanjutnya mengupayakan perbaikan kekurangan-kekurangan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta mencari jalan keluar dan mengupayakan agar pelajaran pendidikan jasmani pada umumnya dan atletik khususnya menjadi mata pelajaran yang menyenangkan hingga peserta didik tidak jenuh mengikutinya serta dapat memperkaya pengalaman gerak atau motorik peserta didik. Sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu bahan ajar dalam peningkatan proses belajar mengajar pendidikan jasmani pada peserta didik kelas IV SD Manggarai 01 Pagi Jakarta Selatan.

## **B. Identifikasi Area dan Fokus Penelitian**

### **1 Identifikasi Area**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi yaitu:

- a Kemampuan gerak dasar lari mereka masih terbatas dimana peserta didik pada saat kegiatan lomba lari

- b Peserta didik belum memahami teknik lari yang benar
- c Anak merasa takut saat berlari dengan cepat baik lari jarak pendek maupun lari jarak menengah
- d Posisi tubuh peserta didik pada saat berlari masih belum stabil dimana posisi bagian kaki dan tangan tidak berlawanan
- e Metode yang digunakan guru pendidikan jasmani belum optimal untuk meningkatkan teknik dasar lari

## 2 Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini, dimana permasalahan menjadi lebih optimal dan tidak menjadi lebih luas sehingga tidak terjadi kesalahan persepsi maka peneliti membatasi masalah kepada upaya meningkatkan gerak dasar lari melalui pendekatan bermain pada peserta didik kelas IV SD Manggarai 01 Pagi Jakarta Selatan.

### **C. Pembatasan Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi area dan fokus penelitian di atas, maka peneliti membatasi fokus penelitian yang dikaji pada fokus peningkatan gerak dasar lari dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan bermain pada peserta didik kelas IV SDN Manggarai 01 Pagi Jakarta Selatan.

#### **D. Perumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana meningkatkan gerak dasar lari dengan pendekatan bermain pada peserta didik kelas IV SDN Manggarai 01 Pagi Jakarta Selatan?
2. Apakah pendekatan bermain dapat meningkatkan gerak dasar lari pada peserta didik kelas IV SDN Manggarai 01 Pagi Jakarta Selatan?

#### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

##### **1. Secara teoritis**

Melalui penelitian ini diharapkan untuk menambah pengetahuan serta berfungsi sebagai bahan pembelajaran untuk pembaca, khususnya pendidikan jasmani dalam meningkatkan gerak dasar lari pada peserta didik kelas IV Sekolah Dasar.

##### **2. Secara Praktis**

###### **a. Kegunaan Bagi Peserta didik**

Diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam kemampuan gerak dasar lari dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Peserta didik mampu menunjukkan kemampuan gerak dasar lari ketika mata pelajaran pendidikan jasmani, serta peserta didik lebih berani dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani

###### **b. Bagi Orang Tua**

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menjadi pedoman orang tua dalam membimbing anaknya serta mengembangkan kemampuan jasmani khususnya kemampuan gerak dasar lari.

**c. Kegunaan Bagi Guru**

Diharapkan dapat memotivasi guru dalam melaksanakan proses belajar mengajar untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan menambah wawasan serta ilmu pengetahuan.

**d. Kegunaan Bagi Sekolah**

Membantu sekolah dalam mengembangkan diri peserta didik dan guru, penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam mengatasi masalah pendidikan jasmani yang terjadi dalam proses pembelajaran.

**e. Kegunaan Bagi Peneliti**

Peneliti ini diharapkan akan menambah wawasan peneliti tentang bagaimana meningkatkan gerak dasar lari peserta didik dalam pendidikan jasmani, sehingga dapat meningkatkan perkembangan peserta didik secara efektif dan optimal.

**f. Bagi PGSD**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan tambahan wawasan bagi mahasiswa PGSD tentang pembelajaran dalam pendidikan jasmani.