

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan “merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara” (UU No 20 tahun 2003)”.

Pendidikan adalah seluruh pengetahuan belajar yang terjadi sepanjang hayat dalam semua tempat serta situasi yang memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan setiap makhluk individu. Bahwa pendidikan berlangsung selama sepanjang hayat (*long life education*) (Pristiwanti, 2022).

Pendidikan jasmani adalah suatu disiplin ilmu yang fokus pada pengajaran dan pembelajaran aktivitas fisik, olahraga, dan gerakan dalam konteks pendidikan (Halim et al., 2023).

Pendidikan jasmani sangat penting dalam sistem pendidikan, karena membantu meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswa, serta mempromosikan gaya hidup sehat. Selain itu, pendidikan jasmani juga dapat membantu meningkatkan konsentrasi dan kinerja akademik siswa, karena aktivitas fisik yang dilakukan dapat meningkatkan aliran darah ke otak dan memperbaiki kemampuan kognitif (Halim et al., 2023).

Pendidikan jasmani memiliki manfaat untuk menjaga kebugaran dan kesehatan, serta memberikan pengalaman pada siswa untuk mempelajari pola hidup sehat (Mustafa, 2022). Pendidikan Jasmani pada dasarnya memiliki tujuan utama dalam tiga domain yaitu sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang dapat dicapai melalui pembelajaran gerak dan aktivitas fisik yang mengadopsi gerakan olahraga (Mustafa, 2022).

Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) Depdiknas (2005), Pendidikan Jasmani, Olah raga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki beberapa kemampuan, di antaranya meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

Gerak dasar (*fundamental skill*) menurut Pangrazi (2007) adalah keterampilan yang membentuk dasar dari gerakan manusia. Kemampuan gerak dalam keterampilan gerak dasar (*fundamental motor skill*) menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata tangan dan mata kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual (Bakhtiar, 2014).

Keterampilan gerak dasar terdiri atas dua kelompok, yaitu keterampilan lokomotor dan keterampilan manipulasi. Keterampilan lokomotor adalah keterampilan seperti lari, lompat, *hopping*, *leaping*, *sliding*, *galloping* dan *skipping* dengan kata lain, anak menggerakkan tubuhnya dari satu titik ke titik lain. Keterampilan manipulasi (atau disebut juga *object control*) berupa keterampilan melempar, menangkap, menendang, menjatuhkan dan menendang benda (objek) seperti bola atau pemukul.

Surahni (2017) menjelaskan bahwa aktivitas lokomotor merupakan dasar utama untuk memindahkan posisi seseorang untuk berpindah dari satu tempat ke tempat lain. Aktivitas lokomotor ini terbagi menjadi 3 yaitu gerakan dengan kaki, gerakan dengan tumpuan, dan gerakan tergantung waktu. Tanpa aktivitas lokomotor, seseorang tidak akan dapat menjelajahi lingkungan sekitar secara optimal.

Gerak lokomotor atau sering disebut *travelling* diartikan sebagai perpindahan dari suatu tempat ke tempat lain, seperti berjalan, berlari, dan melompat. Ketiga keterampilan tersebut dianggap sebagai keterampilan lokomotor yang paling dasar karena merupakan keterampilan yang berkembang seiring dengan perkembangan dan sifatnya lebih fungsional. Sehingga dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah gerak yang terdiri dari berjalan, berlari, melompat, meluncur dan sebagainya (Fajarwati & Arini, 2023).

Permainan dan anak-anak merupakan dua hal yang berbeda tetapi satu dengan lainnya tidak dapat dipisahkan. Dapat dikatakan hampir sepanjang masa anak-anak tidak lepas dari permainan. Salah satu tugas perkembangan anak yang harus dipenuhi adalah seorang anak mampu untuk menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan anak harus berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya, sebagian besar interaksi teman sebaya selama masa anak-anak adalah melibatkan permainan (Marlina Siregar et al., 2018).

Dari pemaparan di atas, maka diperoleh informasi bahwa pendidikan jasmani di sekolah dasar memegang peranan penting dalam membentuk

keterampilan gerak, perkembangan fisik, serta pembentukan karakter siswa. Salah satu aspek utama dalam pendidikan jasmani adalah pembelajaran gerak dasar. Gerak ini merupakan fondasi penting bagi siswa dalam mengembangkan keterampilan motorik yang lebih kompleks di jenjang pendidikan berikutnya. Namun, dalam praktiknya pembelajaran gerak dasar seringkali disampaikan secara monoton dan kurang menarik, sehingga mengurangi minat belajar siswa, terutama di jenjang sekolah dasar kelas 3.

Pada usia ini mereka cenderung lebih menyukai kegiatan yang bersifat menyenangkan, aktif, dan melibatkan permainan, permainan tidak hanya meningkatkan motivasi belajar siswa, tetapi juga memberikan suasana belajar yang menyenangkan dan menantang, serta memungkinkan siswa belajar sambil bergerak aktif. Namun, berdasarkan pengamatan awal di SDN Rawamangun 09, ditemukan bahwa banyak siswa kelas 3 belum menunjukkan penguasaan gerak dasar berlari dan melompat secara optimal. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya variasi metode pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari dan melompat berbasis permainan sebagai solusi untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran gerak dasar. Model ini dirancang agar siswa lebih aktif dan termotivasi dalam proses belajar, sehingga keterampilan gerak dasar mereka dapat berkembang dengan lebih baik.

**B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan Latar Belakang Masalah diatas, maka peneliti memfokuskan membuat Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar.

**C. Perumusan Masalah**

1. Bagaimana Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas 3 SD?
2. Apakah Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Efektif untuk Siswa Kelas 3 SD?

**D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan “Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar”.

Dengan menghasilkan “Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar” dapat bermanfaat untuk berbagai pihak.

**E. Kegunaan Hasil Penelitian**

1. Penelitian ini secara teoritis diharapkan menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi para pengajar yang akan mengetahui model pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari dan Melompat Pada Siswa kelas 3 SD.
2. Bagi peserta didik, menambah pengetahuan, wawasan dan kemampuan dalam melakukan keterampilan gerak Berlari dan Melompat yang lebih mudah dan dapat dipahami sehingga mendapatkan hasil belajar yang maksimal dalam pelajaran pendidikan jasmani.

3. Bagi guru, berguna untuk menambah masukan dan pengetahuan untuk variasi dalam modifikasi permainan, sehingga memudahkan dalam proses belajar mengajar khususnya pelajaran pendidikan jasmani.
4. Bagi peneliti, hasil penelitian model pembelajaran ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk model pembelajaran gerak dasar lokomotor.

