

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan mengamanatkan agar kurikulum tingkat satuan pendidikan dikembangkan sesuai dengan satuan pendidikan, potensi daerah/karakteristik daerah, sosial budaya masyarakat setempat, dan peserta didik (pasal 17 ayat 1). Sekolah dan komite sekolah mengembangkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dan silabusnya berdasarkan kerangka dasar kurikulum dan standar kompetensi lulusan, di bawah supervisi Dinas Kabupaten yang bertanggung jawab di bidang pendidikan SD, SMP, SMA dan SMK dan Departemen yang menangani di bidang MI, MTs, MA dan MAK (pasal 17 ayat 2).

Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) mengacu pada standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian tujuan pendidikan nasional. Standar Nasional Pendidikan terdiri dari standar isi, standar proses, kompetensi lulusan, tenaga kependidikan. Sebagai acuan utama adalah Peraturan Menteri Nomor 22 tahun 2006 tentang standar isi, Peraturan Menteri Nomor 23 tahun 2006 tentang standar kompetensi lulusan, dan Peraturan Menteri Nomor 24 tahun 2006 tentang Pelaksanaan Peraturan Menteri Nomor 22 dan 23 tersebut.

Salah satu tujuan pendidikan dasar adalah meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia dan keterampilan untuk hidup mandiri, serta mengikuti pendidikan lebih lanjut. Pendidikan jasmani sebagai salah satu materi pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, serta meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan menyeluruh yang menggunakan aktivitas fisik dengan permainan dan olahraga sebagai alatnya (Rusli Lutan, 2001: 22). Dengan demikian dapat diduga bahwa tujuannya bukan sekedar pencapaian yang bersifat fisik semata, akan tetapi juga melibatkan aktivitas psikis. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil, memiliki kesehatan jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Upaya peningkatan proses pembelajaran dan manajemen pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan, hal ini dapat dilihat bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan terhadap teknik dasar olahraga, demikian pula guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga pada peserta didik, sehingga

berakibat pada rendahnya hasil belajar lari cepat pada peserta didik di kelas III di SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang.

Kesulitan yang dihadapi guru pada peserta didik dalam melakukan lari langkah-langkah kakinya masih kurang baik, dikarenakan ada beberapa faktor kesalahan yang mungkin terjadi pada gerakan lari cepat pada peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang.

Adapun kesalahan tersebut adalah:

- a) Tolakan kaki kurang penuh, biasanya di sertai dengan kurang tingginya angkatan lutut.
- b) Gerakan lengan yang aktif, sehingga bahu akan terangkat keatas dan menjadikan badan tegang tidak dapat rilek, yang condong bukan badannya, tetapi hanya kepala dan lehernya yang membungkuk kedepan.
- c) Tolakan kaki tidak kearah depan tapi keatas. Ini disebabkan karena kaki yang kurang menolak keras dan badan yang tegak. Meskipun frekuensi gerakan sprint tinggi, tetapi langkahnya kurang lebar sehingga mengurangi kecepatan lari.

Dalam upaya peningkatan tehnik dasar lari, usaha-usaha yang dilakukan adalah dengan latihan-latihan sebagai berikut:

- 1) Latihan lari dengan “jinjit” setinggi mungkin. Yaitu lari di tempat dengan ujung kaki kemudian di teruskan lari kedepan sambil badan dicondongkan ke depan. Diusahakan pada waktu melakukan lari jinjit, tumit terangkat serenggang mungkin dengan tanah.

- 2) Latihan lari di tempat mengangkat lutut, kemudian bergerak maju dengan ayunan kaki melangkah lebar. Makin lebar langkahnya makin cepat larinya.
- 3) Latihan ayunan lengan. Yaitu siku ditekuk kira-kira 90 derajat. Gerakkan lengan kedepan kebelakang tangan menggenggam kendor.
- 4) Latihan condong kedepan. Diusahakan peserta didik pada waktu lari badan harus condong ke depan, bukan kepalanya yang nunduk.

Keberhasilan pembelajaran ditujukan dengan dikuasainya materi pembelajaran oleh peserta didik. Ketika peneliti melakukan tes formatif mata pelajaran pendidikan jasmani dengan materi cabang lari pada peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang terdapat kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Hanya 9 peserta didik saja dari 30 peserta didik yang mencapai tingkat penguasaan materi 75% ke atas. Ini membuktikan rendahnya tingkat penyerapan materi yang diajarkan. Jika kondisi ini dibiarkan jelas akan berdampak buruk bagi peserta didik dalam proses dan hasil belajar selanjutnya. Sadar akan keadaan tersebut, peneliti mencoba melakukan upaya peningkatan pembelajaran lari dengan metode bermain.

Salah satu masalah menarik dalam peningkatan teknik dasar lari adalah menyangkut metode pembelajarannya. Metode pembelajaran yang digunakan sangat berpengaruh terhadap hasil yang dicapai. Dalam praktik pembelajaran lari di sekolah, umumnya guru hanya menekankan pada pencapaian hasil, tanpa berusaha memperbaiki metode dan proses pembelajarannya. Dalam

pembelajaran teknik dasar lari yang dilakukan para guru pendidikan jasmani di sekolah, pelaksanaannya hanya ke lapangan, lalu peserta didik diberikan materi teknik lari, kemudian peserta didik disuruh mempraktikkan secara berulang-ulang dan diukur hasilnya, lalu sudah selesai. Tetapi model pembelajaran seperti itu seringkali tidak menarik dan membosankan, sehingga peserta didik malas mempelajari gerakannya sehingga hasilnya pun menjadi kurang optimal.

Agar peserta didik tertarik dan tidak merasa bosan guru mencoba mengadakan pembaharuan dalam pembelajaran, dengan menyesuaikan karakteristik peserta didik, sehingga peserta didik lebih tertarik untuk aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Anak akan merasa senang jika melaksanakan kegiatan yang sifatnya menggemirakan. Pembelajaran teknik dasar lari dapat dilakukan dengan bentuk lain yang menyerupai dan mengarah pada pembentukan gerak keterampilan lari. Bentuk pembelajaran seperti ini dapat disebut pembelajaran dengan metode tidak langsung. Salah satu bentuk pembelajaran secara tidak langsung adalah metode bermain.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang tersebut di atas dapat diperoleh identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Hasil belajar lari cepat peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang masih rendah.
2. Belum diterapkannya pembelajaran lari cepat dengan metode bermain di SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang.

3. Tingkat penguasaan lari cepat peserta didik SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang yang masih rendah.

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah diuraikan tersebut di atas, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti. Penelitian ini dibatasi upaya peningkatan hasil belajar lari cepat dengan menggunakan metode bermain pada peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah, identifikasi dan pembatasan masalah tersebut di atas diajukan rumusan masalahnya, apakah melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari cepat? Dan bagaimana upayanya agar hasil belajar lari cepat pada peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang meningkat?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Meningkatkan hasil belajar lari cepat dengan metode bermain.

2. Tujuan Khusus

Meningkatkan hasil belajar lari cepat pada peserta didik kelas III SD Negeri Pabelan 3, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang dengan menggunakan metode bermain.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis.

Manfaat penelitian ini secara teoritis dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian yang sejenis untuk masa yang akan datang.

2. Secara Praktis.

Adapun penelitian secara praktis adalah:

- a. Dapat meningkatkan proses dan hasil belajar peserta didik khususnya materi lari cepat.
- b. Dapat membantu guru memperbaiki kinerjanya sehingga dapat berkembang secara profesional serta dapat meningkatkan percaya diri.
- c. Membantu sekolah untuk berkembang karena adanya peningkatan kemampuan pada diri guru dan pendidikan di sekolah.