

BAB I **PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan aspek yang penting dan berkaitan erat dengan seluruh proses pendidikan di sekolah. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tidak boleh di pandang sebelah mata atau terkesan “ disepulekan ” dalam pelaksanaannya. Mata pelajaran ini juga mempunyai bobot dan kualitas yang tidak kalah dengan pelajaran lain bahkan harus benar-benar mendapat perhatian yang serius serta ditangani oleh orang yang profesional.

Siswa Sekolah Dasar mempunyai karakter khusus dan mereka dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, mereka juga generasi penerus bangsa, maju atau mundurnya sebuah bangsa sangat bergantung pada generasi penerusnya. Sebagai generasi penerus bangsa mereka harus mempunyai bekal hidup yang kuat, baik dari jasmani dan rohaninya. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus untuk membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru seyogyanya dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar

Berdasarkan pengamatan peneliti, bahwa kenyataan di lapangan tidak dapat di pungkiri bahwa atletik terkadang sangat menjemuhan bagi siswa, apalagi

bila guru pendidikan jasmani mengajar dengan monoton dan kurang variasi maka anak akan cepat jemu dan malas beraktivitas. Begitu pula yang terjadi pada siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02, saat pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi atletik nomor lari. Pada waktu siswa ditarik kemudian diberi penjelasan tentang materi pembelajaran berupa atletik nomor lari, semua siswa terlihat kecewa bahkan beberapa siswa berani mengusulkan untuk mengganti materi pembelajaran hari itu dengan permainan kasti dan sepak bola.

Siswa beranggapan bahwa lari sangat menjemu dan melelahkan. Siswa lebih menginginkan pembelajaran yang penuh dengan tantangan, kreativitas dan permainan yang lebih memacu semangat dan tentunya sangat menyenangkan bagi mereka. Pada saat siswa dihadapkan pada lintasan lari dan disuruh berlari, mereka hanya melakukan 1-2 kali saja, itupun mereka lakukan karena terpaksa, takut dengan guru tanpa didasari motivasi dalam diri mereka sendiri. Setelah itu mereka minta berhenti dan ingin bermain sesuka hati mereka. Apalagi siswa laki-laki, mereka merasa kurang dapat berkreasi dan tantangan bila hanya lari di lintasan terus.

Mereka juga merasa belum berolahraga jika belum bermain sepak bola atau kasti. Bahkan ada siswa laki-laki yang kemudian mengambil bola dari gudang dan langsung mengajak teman-temannya bermain. Demikian pula siswa putri, mereka mengatasi kejemuhan dengan duduk dibawah pohon dengan alasan sudah lelah dan kepanasan. Akan tetapi ketika melihat siswa laki-laki bermain bola, beberapa dari mereka dengan penuh semangat ikut bermain.

Pada SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap, Tahun Pelajaran 2010/2011 kelas 3 semester dua telah melakukan pembelajaran dengan materi pokok jalan, lari, lompat dengan empat pertemuan, setiap pertemuan 2 x 35 menit. Kemudian sarana yang digunakan adalah lapangan bola. Jadi anak berlari dengan jarak kurang lebih 40 meter, kemudian hasil evaluasi pembelajaran adalah: dua (2) anak mempunyai 75 ke atas sedangkan dua belas (12) anak mempunyai nilai 74 ke bawah. Hal tersebut dapat dilihat dalam tabel daftar nilai lari kelas III SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap di halaman 73.

Keadaan seperti itu jelas akan sangat merugikan siswa itu sendiri, karena tanpa melakukan dan mencoba teknik dasar tentu mereka tidak akan menguasai teknik tersebut dengan baik. Padahal teknik gerak lari merupakan gerak yang komplek dan terdiri dari enam fase gerakan, seperti yang dikatakan Eddi Purnomo dan Dapan (2011:33) lari terdiri dari enam fase yaitu : tahap reaksi dan dorongan, tahap percepatan, tahap transisi, tahap kecepatan maksimum, tahap pemeliharaan kecepatan dan finish.

Untuk mencapai tujuan tersebut guru pendidikan jasmani harus lebih kreatif dan inovatif dalam proses pembelajarannya, guru harus lebih dapat melihat karakteristik siswa SD usia 9-12 tahun, mereka masih cenderung menyukai bentuk-bentuk permainan. Guru mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, mampu membuat siswa bergairah, aktif dan bersemangat mengikuti proses pembelajaran sampai selesai. Proses pembelajaran harus dibuat agar siswa tertarik dan bergairah serta bersemangat melakukannya. Apabila perasaan senang

gembira telah muncul dalam diri siswa maka hal ini akan efektif untuk memacu semangat gerak.

Perasaan senang dan gembira akan muncul dalam diri siswa bila di ajak untuk bermain. Bermain dilakukan anak dengan suka rela tanpa paksaan atau tekanan dari luar. Oleh karena itu guru harus mampu menyajikan pembelajaran atletik khususnya nomor lari dalam nuansa kegembiraan dalam permainan, tetapi permainan yang berisi seperangkat teknik dasar lari yang disajikan dalam bentuk variasi permainan yang bertujuan memperkaya gerak dan membangkitkan semangat siswa dalam pelaksanaan proses belajar lari.

Memperhatikan uraian di atas, maka peneliti bermaksud untuk mengadakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Mengingat adanya keterbatasan dari segi tenaga, pengalaman, waktu dan dana maka masalah penelitian ini dibatasi dengan judul “Upaya Peningkatan Pembelajaran Lari dengan pendekatan bermain pada Siswa Kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasar latar belakang tersebut maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Suasana dalam proses pembelajaran menjemuhan siswa karena kurang variasi dan monoton.
2. Alat dan fasilitas yang tersedia di sekolah bersifat statis.
3. Metode pembelajaran yang dilaksanakan kurang sesuai dengan karakter.
4. Kurang berminatnya siswa terhadap pelajaran atletik pada lari.
5. Siswa banyak menyukai permainan bola tangan dan bola kaki.

6. Hasil Pembelajaran lari belum mencapai KKM.
7. Siswa yang masih senang dengan permainan.

C. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : “ Bagaimana peningkatan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain pada siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap? ”

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain pada siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap.

E. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai upaya untuk peningkatan pembelajaran lari bagi siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap. Dan akhirnya akan memberi manfaat terhadap :

1. Guru pendidikan jasmani
 - a. Guru pendidikan jasmani dapat memanfaatkan kegembiraan siswa dalam bermain sebagai metode untuk meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran.
 - b. Guru pendidikan jasmani memperoleh perasaan puas karena sudah melakukan sesuatu untuk meningkatkan kualitas pembelajaran yang di kelolanya.

c. Dengan hasil yang di perolehnya guru akan mampu menunjukkan otoritasnya sebagai guru yang professional.

2. Bagi Sekolah

- a. Sekolah yang mendorong gurunya membuat inovasi maka telah berhasil pula meningkatkan kualitas pendidikan untuk siswanya.
- b. Sekolah yang gurunya mampu membuat perubahan akan punya kesempatan berkembang lebih pesat.

3. Bagi Siswa

- a. Melalui peningkatan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain diharapkan siswa lebih cepat menguasai materi yang diberikan tanpa ada perasaan jemu dan tertekan.
- b. Siswa lebih bersemangat dan penuh motivasi mengikuti pembelajaran
- c. Karena merasa senang dan gembira, siswa juga melakukan aktivitas tersebut di luar jam pembelajaran, bahkan di rumah. Hal ini akan meningkatkan ketrampilan gerak siswa dengan cepat.