

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Undang-Undang 20, 2003: 3). Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan setiap manusia, baik pendidikan formal maupun non formal. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kubugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (BNSP, 2006: 207).

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. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di

sekolah dasar terdiri dari beberapa cabang olahraga yaitu permainan, senam dan atletik yang pada umumnya cabang olahraga atletik masih kurang diminati oleh siswa sekolah dasar. Cabang atletik khususnya kelas V terdiri dari lompat jauh, lompat tinggi dan lari cepat, pada gerakan lari cepat kemampuan siswa masih rendah karena untuk siswa kelas V lebih menyukai cabang permainan dibandingkan cabang atletik lari cepat. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus di kembangkan lebih optimal sehingga siswa lebih inovatif, terampil, kreatif, memiliki kesehatan jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia. Hal ini menjadi suatu tantangan bagi guru penjas untuk mencari jalan dan berupaya agar atletik menjadi kegiatan yang menyenangkan, membahagiakan, meningkatkan kebugaran jasmani, serta dapat memperkaya pengalaman gerak atau motorik siswa sebagai dasar-dasar gerak cabang-cabang olahraga lainnya.

Tujuan utama dari lari cepat adalah menempuh suatu jarak tertentu (lari tanpa rintangan atau dengan rintangan) dengan waktu yang secepat mungkin (Yoyo Bahagia, dkk,1999/2000: 11). Oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari cepat adalah kecepatan. Kecepatan lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang dirubah menjadi gerakan halus, lancar, efisien dan sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi (Eddy Purnomo, 2011 : 32).

Nomor lari cepat termasuk salah satu nomor yang sudah diajarkan di Sekolah Dasar. Teknik berlari dapat diajarkan dengan memperkenalkan kunci

ketangkasan yang berkaitan dengan unsur-unsur lari cepat yaitu: reaksi, percepatan/akselerasi, kecepatan maksimum, dan pemeliharaan kecepatan (IAAF, 2000: 8).

Menurut pengamatan penulis yang dilakukan di SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Purbalingga, pada umumnya siswa kelas V dalam melakukan lari, langkah-langkah kakinya masih kurang baik, sehingga hasil yang dicapai kurang optimal. Secara umum dapat dikemukakan bahwa, unsur utama penyebab kurangnya pencapaian kecepatan lari pada siswa adalah langkahnya kurang panjang dan frekuensi langkahnya rendah. Faktor penyebabnya adalah kurangnya *power* otot tungkai yang dimiliki dan kurang baiknya teknik langkah yang digunakan. Selain teknik langkah siswa juga belum memiliki kemampuan teknik *start* dan *finish* yang baik. Gerakan kaki belum mencakar serta belum adanya Kemampuan gerakan ayunan lengan yang kuat dan rilaks.

Dalam melakukan gerak lari cepat siswa harus memiliki kemampuan teknik dasar lari, faktor-faktor kesulitan teknik dasar lari yang dialami siswa pada umumnya yaitu siswa pada saat lari teknik langkahnya kurang baik dan *power* tungkainya juga masih kurang. *Power* tungkai dan teknik langkah yang kurang baik menyebabkan langkah menjadi pendek dan kurang cepat, sehingga kecepatan lari yang dicapai menjadi kurang optimal. Keadaan tersebut perlu langkah pemecahan. Salah satu langkah pemecahan yang dapat dilakukan yaitu, dengan memberikan pembelajaran yang bertujuan untuk memperbaiki teknik langkah, meningkatkan kecepatan, panjang langkah, ayunan lengan.

Mengacu uraian diatas, maka perlu diadakan penelitian tentang identifikasi kesulitan yang dihadapi siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Purbalingga dalam mempelajari penguasaan keterampilan lari cepat. Sehingga keberhasilan dalam proses pembelajaran lari cepat dapat tercapai dengan baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas dapat di peroleh identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Cabang atletik kurang diminati oleh siswa Sekolah Dasar.
2. Siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang lebih menyukai pembelajaran olahraga permainan.
3. Belum diketahuinya faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan siswa dalam penguasaan kemampuan lari cepat.
4. Masih banyak siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang yang belum menguasai kemampuan lari cepat dengan baik.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan kemampuan tenaga, biaya ,waktu penelitian dan agar menjadi lebih fokus, maka penelitian ini dibatasi pada masalah yang menyebabkan dalam kesulitan penguasaan kemampuan lari cepat siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Purbalingga.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah identifikasi dan pembatasan masalah tersebut di atas maka dapat diajukan rumusan masalahnya adalah: “Faktor-faktor kesulitan apa yang menyebabkan siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Purbalingga dalam penguasaan keterampilan lari cepat?”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui factor-faktor penyebab kesulitan dalam penguasaan kemampuan lari cepat siswa kelas V SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Purbalingga.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang di harapkan dari penelitian ini adalah :

1. Secara Teoritis:

Dapat memberikan informasi mengenai faktor penyebab kesulitan belajar siswa, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman secara objektif yang menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.

2. Secara Praktis:

a. Bagi Lembaga

Penelitian ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dan meningkatkan hasil pembelajaran siswa dalam hal kemampuan lari cepat.

b. Bagi Akademisi

Dapat dijadikan pembanding atau literatur penyusunan skripsi dimasa yang akan datang serta menambahkan referensi perpustakaan untuk meningkatkan kualitas pendidikan serta menambahkan wawasan dan ilmu pengetahuan.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dimaksudkan agar dapat memberikan informasi dan gambaran tentang penelitian yang telah dilakukan.