

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu proses secara sadar dan terencana untuk proses pembelajaran peserta didik dan masyarakat dalam rangka membangun watak dan peradaban manusia yang bermartabat. Ciri-ciri manusia yang beradab dan bermartabat adalah manusia-manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, bersikap jujur, adil, bertanggung jawab, demokratis, menegakkan prinsip-prinsip kemanusiaan, menghargai sesama, santun dan tenggang rasa, toleransi dan mengembangkan kebersamaan dalam keberagaman, membangun kedisiplinan, serta kemandirian, oleh karena itu proses dan isi pembelajaran hendaknya dirancang secara cermat sesuai dengan tujuan pendidikan (Rukiyati, dkk, 2008: 222-223).

Salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). PJOK merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, 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 (Depdiknas, 2003: 1).

Salah satu materi olahraga yang diajarkan di tingkat Sekolah Dasar yaitu atletik. Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau diperlombakan yang meliputi atas nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar (Syarifuddin & Muhadi, 1992: 1). Saputra (2005: 4) menyatakan bahwa atletik dapat menjadi salah satu kegiatan yang digemari dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar sesuai dengan ciri perkembangannya, siswa sekolah dasar pada dasarnya sudah terampil melakukan unsur gerakan kegiatan atletik. Atletik dapat meningkatkan kualitas fisik siswa sehingga lebih bugar. Atletik dapat menyalurkan unsur kegembiraan dan sifat-sifat tertentu, seperti kegigihan, semangat berlomba, dan lain-lain. Namun tidak jarang, atletik menjadi kegiatan yang membosankan. Mengatasi hal tersebut diperlukan kemasan baru dalam bentuk kegiatan menarik dan menyenangkan, guru harus berusaha seoptimal mungkin dalam merancang tugas gerak yang menggembirakan. Tanpa itu, mustahil mutu pembelajaran atletik akan meningkat. Bahkan, akan tumbuh sikap tidak senang pada anak-anak terhadap kegiatan atletik.

Atletik masuk dalam kurikulum pembelajaran sekolah dasar. SD kelas atas terdapat Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD). Gerak dasar jalan masuk dalam pembelajaran atletik. Adanya KI dan KD Pembelajaran PJOK ini, maka diajarkan materi gerak dasar jalan diharapkan berlangsung secara aktif dan melibatkan semua ranah pendidikan baik afektif (sikap), psikomotor (ketrampilan fisik), maupun kognitif (konsep). Salah satu materi pembelajaran gerak dasar di

Sekolah Dasar adalah pembelajaran gerak dasar jalan, yang paling dominan dalam melakukan olahraga jalan adalah harus bisa mengatasi gerakan- gerakan dasar dan hambatan-hambatan lain. Oleh karena itu untuk mengatasi hal tersebut, yaitu dengan latihan yang teratur. Dengan berlatih secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan (*repetitions*) yang konstan, maka dalam melakukan gerakan akan menjadi bertambah baik/ meningkat, gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan akan meningkat menjadi gerakan-gerakan yang otomatis dan reflektif, daripada sebelum melakukan latihan-latihan tersebut.

Metode yang digunakan oleh guru PJOK dalam pembelajaran bermacam-macam seperti ceramah, demonstrasi, komando, *drill*, dan resiprokal. Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap para peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2, menunjukkan bahwa semangat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar jalan masih kurang. Hal ini dibuktikan masih terdapat beberapa peserta didik yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar jalan, dikarenakan peserta didik yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta peserta didik masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar jalan. Selain itu kurang maksimalnya peserta didik kelas kelas atas SD Negeri Surokarsan 2 dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar jalan, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton (*drill* dan komando), sehingga peserta didik merasa pembelajaran gerak dasar jalan tidak menyenangkan jika “bermain”, dan sebagainya.

Desminta (2009: 5), menyatakan bahwa sesuai dengan masa perkembangannya anak usia Sekolah Dasar adalah sosok individu yang sedang

mengalami masa perkembangan dengan pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Pembelajaran pada usia Sekolah Dasar seyogyanya memperhatikan beberapa prinsip belajar seperti belajar harus menantang anak, dan untuk anak Sekolah Dasar biasanya penyampaian pembelajaran salah satunya dengan menggunakan metode bermain. Dalam metode bermain terdapat aktivitas peserta didik dengan suasana yang menantang dan menyenangkan. Hal ini juga sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas atas SD Negeri Surokarsan 2 yang masih tergolong anak-anak di mana bermain merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Penting bagi pertumbuhan dan perkembangan jiwa anak yang masih bergejolak sehingga tertarik dengan suasana yang menyenangkan, menantang, dan ada persaingan.

Proses pembelajaran PJOK di SD Negeri Surokarsan 2 berjalan kurang maksimal karena keadaan halaman sekolah yang sempit. Hal tersebut dibuktikan dengan pelaksanaan pembelajaran gerak dasar jalan bagi peserta didik kelas atas SD Negeri Surokarsan 2 menjadi kurang maksimal, jarak dari sekolah menuju lapangan berjarak sekitar 1 Km. Jarak yang cukup jauh mengakibatkan kegiatan proses pembelajaran gerak dasar jalan kurang maksimal. Keadaan peserta didik yang sudah lelah ketika perjalanan yang cukup jauh dan waktu kegiatan pembelajaran berkurang karena peserta didik harus berjalan menuju lapangan.

Pembelajaran PJOK, guru juga kurang memperhatikan pemberian materi berupa teori yang mengacu pada aspek pengetahuan tentang materi yang ada dalam PJOK, khususnya teknik dasar olahraga gerak dasar jalan. Pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik agar

peserta didik memiliki tubuh yang sehat dan konsentrasi yang baik. Namun sangat disayangkan jika pendidik kurang memperhatikan aspek pengetahuan ketika proses pembelajaran di sekolah berlangsung dan peserta didik hanya mendapat materi yang bersifat praktik atau mengarah ke aspek psikomotor saja, sedangkan pengetahuan atau intelegensi peserta didik kurang dikembangkan. Akibatnya pengetahuan peserta didik mengenai materi dalam PJOK khususnya olahraga gerak dasar jalan kurang maksimal. PJOK memiliki tujuan yang ideal dan bersifat menyeluruh, yaitu menyangkut tentang tiga aspek pendidikan, yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian “**Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas Atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap Olahraga Jalan Cepat**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut.

1. Peserta didik kurang antusias pada saat mengikuti pembelajaran PJOK khususnya materi atletik.
2. Pembelajaran cabang olahraga atletik gerak dasar jalan sangat diperlukan, namun pada prosesnya belum berjalan maksimal.
3. Kurangnya perhatian guru secara teori tentang olahraga gerak dasar jalan.
4. Belum adanya data tentang tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa tinggi tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian tersebut diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Memberi pengetahuan kepada peneliti lain, yang ingin melakukan penulisan yang berhubungan dengan penulisan ini.
 - b. Dapat digunakan sebagai tambahan bacaan di perpustakaan sekolah.

- c. Dapat digunakan oleh pihak sekolah sebagai pedoman untuk melaksanakan penelitian tentang tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat.
- d. Dapat digunakan sebagai referensi penelitian tentang olahraga gerak dasar jalan di sekolah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru dapat digunakan sebagai pengetahuan akan pentingnya pengetahuan tentang olahraga gerak dasar jalan secara teori.
- b. Bagi Peserta didik, dapat meningkatkan pengetahuannya terhadap olahraga jalan cepat, sehingga siswa yang kurang dapat terpacu untuk meningkatkan pengetahuannya.
- c. Bagi sekolah dapat digunakan sebagai masukan pentingnya mengetahui olahraga gerak dasar jalan bagi peserta didik.
- d. Bagi peneliti dapat digunakan sebagai wawasan, tentang tingkat pengetahuan peserta didik kelas atas di SD Negeri Surokarsan 2 terhadap olahraga jalan cepat.