

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan adalah salah satu hal yang penting bagi setiap generasi bangsa, pendidikan ini bertujuan untuk memajukan bangsa dalam segala sektor, dengan demikian Indonesia akan maju jika generasinya berpendidikan, mulai dari pendidikan dasar hingga ke jenjang perguruan tinggi.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pengarahan manusia yang berlangsung di dalam pendidikan, Pendidikan jasmani meliputi banyak aspek di dalam pembelajaran yang dapat menambah pengetahuan dan membentuk sikap serta perilaku setiap individu di dalam proses belajar untuk mencapai pengetahuan yang belum dimiliki sebelumnya, dalam olahraga yang dilakukan secara sistematis pada proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan mulai dari gerak dasar, teknik, strategi permainan olahraga, internalisasi nilai-nilai sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain (Saleh, Saputra, Hamzah, Zunarti, Apdoludin, & Sari, 2023, hal. 88).

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik supaya dapat mengembangkan kualitas manusia Indonesia. Pendidikan jasmani adalah proses di mana siswa dapat berinteraksi dengan lingkungan melalui kegiatan jasmani yang disusun secara sistematis untuk mencapai Indonesia seutuhnya (Suherman, 2018, hal. 8).

Menurut undang-undang RI Nomor 11 Tahun 2022 tentang keolahragaan

yang di maksud adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran dan jiwaraaga secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang tercantum di dalam kurikulum diantaranya ialah pendidikan jasmaniolahraga dan kesehatan yang memilikiperanan penting dalam memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung di dalam proses belajar melalui aktivitas. Pendidikan jasmani adalah bagian dariintegral suatu pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilangerak, berpikir kritis, sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, pendidikan jasmani telah di rencanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Sebagai salah satu bentuk latihan jasmani, kegiatan olahraga khususnya bagi siswa dalam masa pertumbuhan memang perlu dibina dan dibimbing serta di lakukan secara rutin agar tumbuh kembang anak dapat terjadi seara alami dan teruji. Untuk mencapai tujuan tersebut guru pendidikan jasmani harus merancang dan melaksanakan pembelajaran berdasarkan tahapan dan karakteristik perkembangan anak. Guru harus menyusun rencana pembelajaran yang baik, mampu mengusulkan rencana pembelajaran dengan tepat, mampu mengevaluasi hasil proses pembelajaran dan mampu melakukan tindakan tindak lanjut. Kenyataanya, tidak semua guru dapat mengatasi permasalahan, bahkan ada yang mengabaikanya karna tuntutan dan keterbatasan waktu. Apabila permasalahan tersebut dibiarkan terus menerus tanpa segera diatasi maka akan berdampak pada

kualitas pembelajaran selanjutnya, baik dalam proses maupun pembelajaran siswa.

Proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah juga sangat penting, hal ini bertujuan untuk mengarahkan atau membimbing peserta didik terhadap perubahan tingkahlaku yang di inginkan. Tentunya dalam mencapai perubahan tersebut tidak akan mudah, hal itu cukup di maklumi karna membimbing peserta didik itu tidaklah mudah dan membutuhkan proses yang matang. Maka dari itu sangatlah penting peranan seorang guru dalam proses pembelajaran, khususnya di Sekolah Menengah Pertama guru juga harus mendorong, membimbing dan menciptakan pembelajaran yang menyenangkansertamemberikan fasilitas belajar untuk mencapai suatu tujuan pembelajaran, guru juga memiliki tanggung jawab dalam perkembangan siswa.

Tidak hanya itu guru juga harus membuat atau menggunakan strategi pembelajaran yang sesuai dan menerapkan model atau metode pembelajaran yang dapat membangkitkansemangat belajar siswasecara kreatifdanefektif. jika siswa belajar dengan ikhlas, antusias, dan tingkat kesadaranyang tinggi,maka guru akan merasa puas. Hal ini dapat di capai apabila guru mempunyai sikap profesional dan kemampuan mengelola proses belajar mengajar secara menarik dan efektif.

Atletik merupakansalahsatu mata pelajaran yang ada didalampendidikan jasmani yang harus diberikan kepada siswa mulai dari sekolah dasar atau (SD), sekolah menengah pertama atau (SMP), serta sekolah menengah atas atau (SMA). Hal ini di perkuat dengan terbitnya keputusan menteri pendidikan dan kebudayaan

Nomor 0413/U/87. Di beberapa perguruan tinggi, atletik merupakan salah satu dari mata kuliah sarjana umum (MKDU) dan wajib di ambil sebagai mata kuliah bagi mahasiswa fakultas ilmu ke olahraga. Dalam kegiatan olahraga atletik ini juga mencakup unsur gerak yang sangat kompleks dan juga semakin lama semakin bervariasi, lari jarak pendek atau sering disebut dengan lari cepat atau (sprint) ini merupakan salah satu bagian dari nomor materi yang harus di tingkatkan, sebab lari sprint ini mempunyai teknik gerakan yang sangat kompleks, dan juga pelaksanaan gerakanya mencakup gerakan start, laridan finish.

Atletik merupakan olahraga yang erat kaitanya dengan kehidupan sehari-hari, Olahraga yang sering kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari antara lain jalan kaki, lari, lempar, lompat dan lain-lain (Nopiyanto, Raibowo, & Arwin, 2020, hal. 3) Atletik diketahui sebagai olahraga tertua di dunia nenek moyang dari semua olahraga yang ada. Sebab, semua olahraga mengandung unsur olahraga kompetitif. Keberhasilan pembelajaran ditunjukkan dengan dikuasainya materi pembelajaran oleh siswa. Dalam Standar kompetensi menggunakan aturan-aturan yang di modifikasi dan nilai-nilai yang di kandunginya untuk menggambarkan praktik berbagai variasi gerak dasar dalam permainan dan olahraga. Selain itu, keterampilan dasar, termasuk mempraktikkan variasi teknik olahraga dasar yang di modifikasi, dan nilai disiplin, toleransi, motivasi dan tingkatan kefokusannya siswa.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, dalam proses belajar di SMP Negeri

2 Buay Pemaca metode yang di gunakan guru dalam memberikan dan

menyampaikan materi kurang tepat, hal ini membuat siswa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Pada saat melakukan lari jarak pendek, teknik awalan (start), teknik berlari, dan teknik memasuki garis finish kurang baik. Kesalahan yang paling banyak terjadi pada siswa yaitu teknik pada saat berlari yakni langkah kaki kurang panjang dan cepat. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian teknik dasar siswa yang masih banyak belum mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang harus mencapai nilai 70 ke atas. Adapun secara umum kekurangan yang dimiliki oleh siswa pada saat lari jarak pendek menyebabkan lari jarak pendek kurang optimal. Permasalahan tersebut perlu adanya pemecahan, salah satunya upaya yang dapat dilakukan yaitu, dengan memberi pembelajaran yang dapat memperbaiki teknik lari jarak pendek yang lebih baik. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi teknik dasar lari jarak pendek salah satunya adalah metode mengajar, penggunaan metode yang kurang tepat dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.

Salah satu upaya yang menarik dalam meningkatkan keterampilan lari jarak pendek adalah penggunaan metode pembelajarannya. Salah satu Metode yang dapat digunakan yaitu metode bermain. Metode bermain ini dipilih oleh peneliti karena didasarkan oleh hasil penelitian yang menggunakan metode tersebut antara lain penelitian yang dilakukan oleh (Podungge, Nurhayati, & Ella H, 2021) metode bermain yang diterapkan dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar lari sprint karena kegiatan belajar tersebut menekankan pada aktifitas yang menyenangkan. Ada pun permainan yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu, gerak lari zig-zag mengambil bola, gerak lari ABC, gerak lari

sambil berhadapan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Darmawan, Nasution, & Nugroho, 2021) bahwa metode bermain pada materi servis atas pembelajaran bola voli mampu meningkatkan motivasi siswa. Adapun bentuk bermain yang diberikan pada siswa yakni, permainan kucingan, melakukan passing atas sambil berjalan, passing atas dengan formasi saling berhadapan.

Oleh karena itu metode bermain dijadikan alternative pilihan yang diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar pada lari jarak pendek. Adapun permainan yang akan diterapkan dalam penelitian ini yaitu, permainan berlari melewati ban, permainan hijau hitam, berlari di atas rangkaianbilah bambu. Hal ini dipilih karena pada umumnya melalui metode bermain yang dilakukan pada saat pembelajaran dapat meningkatkan semangat dan peningkatan gerak dasar serta kepuasan yang tinggi bagi siswa dalam pelaksanaan aktivitas gerak fisik pada saat proses pembelajaran lari jarak pendek. Sehingga hasil belajar mereka dapat meningkat sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “pengaruh metode bermain terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca”.

## **1.2 Masalah Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

1.2.1.1 Metode yang digunakan guru dalam memberikan dan menyampaikan materi kurang tepat, hal ini membuat siswa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran.

1.2.1.2 Teknik awalan (start), teknik berlari, dan teknik memasuki garis finish

kurang baik.

1.2.1.3 Belum diketahui apakah metode bermain dapat meningkatkan keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca.

### **1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini, agar tidak terlalu luas maka perlu adanya batasan masalah dalam penelitian ini yaitu Pengaruh Metode Bermain Terhadap Keterampilan Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 2 Buay Pemaca.

### **1.2.3 Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, peneliti merumuskan permasalahan yaitu: “Adakah pengaruh metode bermain terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan masalah yang sudah di rumuskan di atas, maka tujuan peneliti yaitu untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca.

### **1.4 Manfaat penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan baru tentang peningkatan keterampilan lari jarak pendek dengan menggunakan metode

bermain.

## **1.4.2 Manfaat Praktis**

### 1.4.2.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini di harapkan dapat member pengetahuan tentang peningkatan keterampilan lari jarak pendek menggunakan metode bermain.

### 1.4.2.2 Bagi Sekolah

Penelitian ini di harapkan dapat di jadikan masukan baru tentang metode pembelajaran lari jarak pendek.

### 1.4.2.3 Bagi Siswa

Penelitian ini membuat anak lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajara pendidikan jasmani.