

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1. Latar Belakang**

Penyelenggaraan pendidikan di sekolah adalah sebagai proses dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan manusia, dan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah sarana penting dalam merangsang pertumbuhan dan perkembangan dimaksud. Apabila proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah khususnya sekolah dasar dapat terorganisir dengan baik, maka akan memberikan manfaat dan rangsangan yang baik terhadap kognitif, afektik dan psikomotorik siswa, sehingga siswa mampu mengembangkan kepribadiannya secara bertahap dan berkesinambungan.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar pada umumnya memberikan kesempatan bagi guru untuk memilih, menetapkan serta mengembangkan metode pembelajaran yang relevan bagi siswanya. Dalam kegiatan tersebut seorang guru tidak hanya diberikan kesempatan untuk memilih, menetapkan serta mengembangkan metode yang tepat bagi siswa, melainkan harus memperhatikan kebutuhan aktivitas jasmani yang sesuai dengan tingkat perkembangan fisik, mental dan emosional siswa itu sendiri. Di samping itu guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diberikan tanggung jawab untuk mengembangkan kemampuan intelektual, dan emosional secara menyeluruh sebagai bagian integral dari pendidikan pada umumnya. Hal ini bertalian juga dengan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sebagai proses dalam menciptakan manusia yang seutuhnya yang sehat jasmani

dan rohani. Oleh karena itulah maka pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikatakan sebagai bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani, pertumbuhan dan pengembangan mental, sosial dan emosional maka untuk mencapai peningkatan dalam proses pembelajaran.

Pada prinsipnya bahwa tugas utama guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah adalah mendidik siswanya melalui dunia fantasi bermain sambil bergerak, karena itulah orientasi dari pada pendidikan dimaksud merujuk pada pengembangan aspek fisik. Khususnya di sekolah dasar tugas utama guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak mengfokuskan kegiatan pembelajarannya pada kegiatan melatih, melainkan adalah mendidik, membelajarkan siswanya untuk dapat mencapai keterampilan dasar yang optimal. Untuk itu agar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan efektif dalam melaksanakan tugas mengajarnya, maka guru berupaya menerapkan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik belajar siswa sekolah dasar.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar berbeda dengan pelaksanaan pembelajaran pada siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Khususnya dalam pembelajaran atletik, di sekolah dasar proses sangat membutuhkan metode yang tepat, tujuannya agar siswa mudah dalam mencerna setiap ulasan materi. Metode dalam pembelajaran merupakan upaya guru dalam karena itulah salah satu metode yang relevan yaitu dengan membelajarkan secara bagian perbagian atau dengan istilah metode pembelajaran bagian. Dengan metode tersebut guru dapat membelajarkan keterampilan gerak dasar lari secara bertahap. Artinya bahwa upaya

pembelajarannya diberikan dari gerak dasar yang sifatnya mudah berangsur-angsur mengarah ke bentuk gerak dasar yang sifatnya kompleks, atau dengan kata lain setiap bentuk gerakan dalam lari diberikan secara bertahap dan bagian per bagian dan selanjutnya keseluruhan.

Dalam proses pembelajaran gerak dasar lari jarak pendek pada siswa kelas V sekolah dasar, guru hendaknya mengetahui dengan jelas keterbatasan yang dimiliki siswa. Guru perlu memperhatikan tingkat kesulitan dari tugas gerak yang harus dilakukan oleh siswa. Disamping itu dengan menggunakan metode bagian tersebut guru harus terampil dan mampu melakukan berbagai macam variasi dalam proses pembelajaran, tujuannya agar siswa mampu menerima setiap penjelasan guru dengan baik dan benar. Artinya bahwa apabila metode pembelajaran bagian tersebut diberikan dengan cermat maka teknik-teknik baku yang sukar menjadi teknik yang mudah untuk dikuasai siswa, atau dengan kata lain bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran bagian cenderung pada unsur pemantapan dengan tidak mengabaikan tujuan yang ingin dicapai yaitu bagaimana membuat siswa sekolah dasar merasa senang dan gembira dalam mengikuti berbagai aktivitas gerak, sehingga tingkat keterlibatan dan intensitas gerak siswa dapat dioptimalkan.

Sesuai dengan prinsip metode pembelajaran bagian ini maka rangkaian pembelajaran bisa dimulai dari yang sifat gerak dasarnya mudah ke yang sukar, yakni jika gerak dasar pendahuluan yang diberikan telah dikuasai dengan baik, baru dilanjutkan dengan mengajarkan gerak dasar yang selanjutnya.

Di SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo khususnya pada siswa kelas V di mana dalam membelajarkan atletik khususnya yang menyangkut gerak dasar dalam melakukan lari jarak pendek belum terorganisir dengan baik. Belum terorganisirnya gerak dasar dimaksud nampak pada berbagai aktivitas lari yang dilakukan siswa, sebagian besar siswa dalam melakukan lari jarak pendek tersebut sikap badannya masih cenderung condong kedepan, badan tersebut sehingga belum semua siswa memenuhi standar keterampilan dalam melakukan gerak dasar lari. Beberapa kriteria dalam standar keterampilan gerak dasar lari antara lain yaitu gerakan ayunan tangan pada saat lari, pola langkah kaki dan cara memasuki garis finis. Untuk itu berdasarkan uraian di atas, maka untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek pada siswa kelas itu pada bagian dada, di mana siswa lebih mencondongkan dadanya, hal ini sebenarnya pada posisi yang keliru, yang semestinya dicondongkan yaitu kepala, selanjutnya sikap badan pada saat lari, di mana ayunan tangan belum maksimal menunjukkan gerak dasar yang sebenarnya, dan yang paling menonjol yaitu pada cara melakukan start jongkok. Beberapa hal yang telah dijelaskan di atas mendorong penulis untuk mengadakan penelitian dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan lari pada siswa sekolah dasar, Adapun judul dimaksud adalah sebagai berikut: "Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek Melalui Metode Bagian Pada Siswa Kelas V SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo".

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah upaya dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek siswa sekolah dasar
2. Apa kendala guru dalam upayanya meningkatkan keterampilan gerak dasar lari siswa SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo
3. Metode pembelajaran bagian diupayakan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas V sekolah dasar

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah metode bagian dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo.

## **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek pada siswa kelas V di sekolah dasar salah satunya melalui metode bagian yang bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah keterampilan dasar pada lari jarak pendek. Melalui metode bagian tersebut diharapkan akan meningkat keterampilan dasar lari jarak pendek pada siswa kelas V SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk melaksanakan peranan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui metode bagian dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lari di sekolah dasar, dan secara khusus untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 5 Limboto Kabupaten Gorontalo melalui metode bagian.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1. Manfaat teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berpikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan keterampilan dasar lari jarak pendek pada siswa sekolah dasar khususnya siswa kelas V.

