

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga juga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia. Upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta didik mulai dari pendidikan jasmani dan olahraga untuk terus dilakukan dengan kesabaran dan keihlasan untuk berkorban. Untuk itu pembentukan sikap dan pembangkitan motivasi mulai dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan formal. Berbagai cabang olahraga termasuk didalam wilayah olahraga prestasi. Seperti halnya cabang olahraga lari khususnya pada teknik dasar start jongkok.

Dalam start jongkok ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai terdiri atas aba-aba “bersedia”, “siap”, dan “ya”. Seperti proses belajar mengajar terutama di kelas V SDN 74 Kota Timur. Teknik dasar start jongkok digunakan pada lari jarak pendek dan lari estafet. Penguasaan teknik start jongkok yang baik dan benar akan mempengaruhi lari seorang atlet.

Saat melakukan observasi awal, pada materi cabang olahraga atletik dalam nomor lari, hasil yang didapatkan di kelas V SDN 74 Kota Timur, ternyata dari 20 siswa yang terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan diperoleh data bahwa hampir seluruh peserta didik yang menjadi subjek penelitian kesulitan dalam melakukan teknik dasar start jongkok, dengan rata-rata klasifikasi nilai “baik sekali” belum ada, “baik” belum ada, “cukup” 8 orang siswa atau jika dipersenkan 40%, “kurang” 12 orang siswa, atau jika dipersenkan 60% dan

“kurang sekali” tidak ada. Dari hasil capaian di atas dapat disimpulkan bahwa siswa kelas V SDN 74 Kota Timur belum menguasai teknik dasar start jongkok.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis ingin meningkatkan kemampuan dasar start jongkok dengan menerapkan metode keseluruhan. Metode keseluruhan merupakan pembelajaran yang sudah sering digunakan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam hal tertentu, khususnya pada pembelajaran yang memerlukan peragaan.

Dari pembahasan di atas, penulis berkeinginan untuk meningkatkan kemampuan dasar start jongkok dengan menerapkan metode keseluruhan terhadap siswa kelas V SDN 74 Kota Timur yang dijadikan sampel dalam penelitian ini.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari penjelasan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan dalam karya ilmiah ini, yakni : penguasaan kemampuan dasar start jongkok masih kurang, fasilitas masih belum memadai di sekolah, serta penerapan metode yang masih belum efektif.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: apakah dengan menggunakan metode keseluruhan dapat meningkatkan kemampuan dasar start jongkok pada siswa kelas V SDN 74 Kota Timur?

## **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Dengan mengidentifikasi masalah yang ditemukan, maka diberikan solusi yang lebih efektif dan menyenangkan siswa. Untuk lebih efektifnya pelaksanaan tindakan, guru perlu mempertimbangkan kondisi perkembangan peserta didik yaitu potensi diri dan kemampuan dan keterampilan dalam bermain. Masalah tentang rendahnya kemampuan dasar start jongkok pada siswa kelas V SDN 74 Kota Timur akan dipecahkan dengan menggunakan metode keseluruhan.

Dalam metode keseluruhan ini, guru akan menggunakan salah satu metode keseluruhan untuk mengajarkan dasar start jongkok dengan menjelaskan teknik-teknik dasar start jongkok dan memperagakan contoh-contoh gerakan mulai dari (a) Aba-aba “bersedia”, (b) Aba-aba “siap”, dan (c) Aba-aba “ya!”.

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan kemampuan dasar start jongkok dengan menerapkan metode keseluruhan pada siswa kelas V SDN 74 Kota Timur.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diperoleh dalam penelitian tindakan kelas kali ini, adalah :

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Dengan diterapkannya metode keseluruhan dalam cabang olahraga atletik khususnya start jongkok, siswa bisa menjadi terampil dalam menguasai gerakan dari gerak yang sifatnya sederhana ke gerak yang sifatnya kompleks dan sebagai bahan masukan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sehingga dapat disajikan lebih menarik.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

- a) Bagi Siswa : 1) Dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk dapat mengatasi kekurangmampuannya dalam melakukan teknik dasar start jongkok. 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi dalam proses belajar mengajar sehingga kemampuan dapat meningkat.
- b) Bagi Guru : Memberikan tambahan pengetahuan yang dapat menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran serta untuk memotivasi untuk lebih jeli dan kreatif melaksanakan tugas pembelajaran.
- c) Bagi Sekolah : 1) Memberi sumbangan yang berarti dan pengajaran tempat meneliti dalam upaya pengembangan minat dan bakat serta penggunaan metode pembelajaran yang efektif dan efisien. 2) Dapat memberikan tambahan pemahaman dalam menghadapi permasalahan dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)
- d) Bagi Peneliti : Sebagai bahan pedoman dalam penerapan metode pembelajaran selanjutnya.