

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemampuan gerak dasar lari jarak pendek merupakan salah satu cabang olahraga dalam atletik. Gerak dasar ini dibelajarkan pada siswa agar siswa memiliki pengalaman gerak dalam melakukan lari jarak pendek, walaupun dalam proses pembelajaran yang berlangsung, siswa tidak harus melaksanakan atletik. Hal ini sesuai dengan pengertian pendidikan jasmani bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat yang aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Oleh sebab itu guru harus dapat mengatur lingkungan belajar secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh rana, jasmani, psikomotor, kognitif dan efektif setiap siswa.

Kemampuan gerak dasar lari jarak pendek dapat dibelajarkan pada siswa sekolah menengah pertama melalui suatu proses pembelajaran menyenangkan, agar siswa tidak merasa bosan dan jenuh sehingga pembelajaran dapat berlangsung secara maksimal, juga dapat disesuaikan dengan fokus program pendidikan jasmani sekolah menengah pertama kelas VIII diantaranya adalah bahwa pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada anak untuk beraksi (show off) dan anak juga mampu menghilangkan ketegangannya (Bucher, 1980), selain itu program pendidikan jasmani harus memberikan kesempatan untuk memperoleh kesenangan, belajar keterampilan baru, dan belajar berbagai cabang olahraga, anak juga membutuhkan latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, dipandang sebagai tempat untuk membentuk persahabatan baru. Guru seharusnya memperhatikan faktor-faktor seperti yang telah disebutkan tersebut, tanpa mengabaikan pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani.

SMP N 7 Kota Gorontalo merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang ada di Provinsi Gorontalo, sebagai wadah pendidikan yang menyediakan pelayanan pendidikan baik kegiatan pembelajaran didalam maupun

diluar jam sekolah usai jam sekolah. Dimana pembelaran pendidikan jasmani adalah satu diantaranya. Dalam hal ini pihak sekolah beserta guru pendidikan jasmani disekolah tersebut sangat memperhatikan hal-hal yang terkait dengan lancarnya proses pembelajaran baik menyangkut prasarana, sarana atau fasilitas, dan media belajar yang dapat digunakan dala proses pembelajaran, serta sumber belajar yang dapat menunjang pembelajaran dan juga prosedur evaluasi yang digunakan untuk menunjang pembelaran dan juga prosedur evaluasi yang digunakan untuk mengukur hasil belajar siswa.

Namun walaupun demikian masih banyak terdapat masalah-masalah yang ditemui guru dalam proses pembelajaran, sekalipun tidak memberhentikan proses pembelajaran pendidikan jasmani seluruhnya, tetap saja hal ini berpengaruh pada hasil belajar dan kemampuan siswa. Seperti halnya kemampuan lari jarak pendek yang dimiliki oleh siswa kelas VIII SMP N 7 Kota Gorontalo. Berdasarkan hasil nilai akhir yang diberikan oleh guru disekolah tersebut, diketahui bahwa siswa masih belum mampu menguasai tehnik dasar lari jarak pendek. Hasil nilai akhir ini dijadikan sebagai patokan untuk mengangkat masalah ini dalam suatu penelitian tindakan kelas. Penelitian ini dilaksanakan adalah untuk memperbaiki proses pembelajaran dan hasil belajar siswa.

Selanjutnya masalah tentang hasil belajar lari jarak pendek yang dimiliki siswa kelas VIII SMP N 7 Kota Gorontalo ini akan diupayakan solusinya dalam penelitian ini, dan salah satu upaya yang turut diangkat untuk mengatasi masalah tersebut diatas adalah menerapkan suatu metode pembelajaran yang cocok dengan materi yang diajarkan. Karena pada dasarnya penerapan suatu metode dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah hal yang penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa secara konstruksi dan mengarah pada penguasaan materi. Sehubungan dengan hal tersebut maka peranan guru dalam menentukan metode pembelajaran yang tepat akan dapat meningkatkan hasil belajar siswa berdasarkan hasil observasi.

Metode *problem solving* merupakan salah satu metode yang sampai sekarang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, namun tidak jarang guru menggunakan metode ini, bukannya tidak memiliki kekurangan, namun

memaksimalkan kelebihan yang dimiliki metode ini guru akan dapat meningkatkan hasil belajar dan kemampuan siswa.

Berdasarkan deskripsi singkat diatas, maka masalah yang diangkat dirumuskan dalam judul “Meningkatkan hasil belajar atletik lari jarak pendek dengan menggunakan metode *problem solving* pada siswa kelas VIII SMP N 7 Kota Gorontalo.”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah yaitu kurangnya pemahaman dan penguasaan teknik dasar dari pada lari jarak pendek pada cabang olahraga atletik sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa dan terbatasnya media belajar dalam proses pembelajaran baik menyangkut sarana, prasarana maupun fasilitas, serta penggunaan metode yang belum tepat, sehingga siswa kurang memperhatikan materi yang diajarkan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, rumusan masalah sebagai berikut : “apakah dengan menerapkan metode *problem solving* dapat meningkatkan pembelajaran teknik dasar lari jarak pendek siswa?”.

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Untuk mengatasi masalah yang diajukan dalam rumusan masalah, cara pemecahan masalah ini ditemui melalui cara-cara sebagai berikut:

- a. Guru menjelaskan tentang teknik dasar lari jarak pendek dan tujuannya serta menjelaskan metode *problem solving*
- b. Guru menyiapkan sarana dan prasarana dan alat bantu lainnya yang akan digunakan dalam pembelajaran.
- c. Guru memberikan contoh rangkaian teknik dasar lari jarak pendek
- d. Siswa melakukan lari jarak pendek
- e. Guru memberikan penguatan terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa berdasarkan instruksi yang diberikan siswa

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah: untuk meningkatkann pembelajaran atletik lari jarak pendek melalui metode *problem soving* pada siswa kelas V111 B SMPN 7 Kota Gorontalo

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Sebagai bahan alternatif untuk meningkatkan pembelejaraan atletik lari jarak pendek pada siswa kelas V111 B SMPN 7 Kota Gorontalo. Dan sebagai dasar pemikiran untuk penelitian selanjutnya, baik oleh peneliti sendiri baik peneliti lainnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Penelitian ini di harapkan dapat memberi dampak positif terhadap siswa sehingga melalui metode pembelajaran *problem solving* ini dapat di gunakan keterampilan dasar siswa dalam melakukan lari jarak pendek.

b. Bagi guru

Melalui penelelitian ini di harapkan dapat meningkatkan kretifitas guru dalam mengembangkan dan mendesain metode dalam pembelajaran dapat di cerna dengan baik oleh siswa, serta dapat meningkatkan kreatifitas guru dalam membina serta didik secara profesional.

c. Bagi sekolah

Diharapkan dapat di gunakan untuk pembangunan ilmu pengetahuan khususnya mata pelajaran penjaskes.

d. Bagi peneliti

Melalui penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan melalui metode pembelajaran *problem solving*

Dalam program pendidikan jasmani berkesan sebagai wahana pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan yang sesuai dengan harapan.