

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia secara utuh. Dengan berkembangnya sistem pendidikan dari waktu ke waktu menjadi gambaran serta tolak ukur kemajuan dari sebuah sistem pendidikan. Segala bentuk upaya yang dilakukan untuk mencapai keberhasilan pendidikan tak lepas dari tujuan utama pendidikan nasional, sebagai mana yang terdapat dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3, yaitu “ Tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab “.

Berbicara tentang pendidikan sangat erat kaitannya dengan kemajuan peradaban manusia. Karena pendidikan merupakan bagian penting dari kehidupan manusia yang tidak pernah bisa ditinggalkan. Sebagai sebuah proses yang diorganisasikan dan direncanakan secara sistematis, melainkan merupakan bagian kehidupan yang memang telah berjalan sejak manusia itu ada. Kedua, pendidikan bisa dianggap sebagai proses yang terjadi secara disengaja, direncanakan, dan didesain dengan sistematis berdasarkan aturan-aturan yang berlaku terutama perundang-undangan yang dibuat atas dasar kesepakatan masyarakat.

Pada saat ini pendidikan lebih menekankan pada pembentukan karakter dari peserta didik, dengan perubahan serta pengembangan sistem pendidikan ini tentu ini menjadi tugas dari pada semua pihak yang terlibat dalam ranah pendidikan yaitu pemerintah, guru, peserta didik dan masyarakat, untuk terlibat secara langsung sehingga sistem pendidikan berjalan dengan baik.

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pada pendidikan itu sendiri yang memiliki peran sendiri dalam mengembangkan kualitas pendidikan. Pendidikan

jasmani merupakan bagian dari integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional.

Pendidikan jasmani juga merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pembentukan watak. Sehingga pendidikan jasmani sangat penting dalam memajukan pendidikan, dengan adanya pendidikan jasmani peserta didik dapat memiliki kecerdasan secara intelektual, emosional serta nilai-nilai spritual sehingga merangsang peserta didik untuk kreatif serta mampu mengembangkan keterampilannya.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan, (sikap, mental, emosional, spritual dan sosial), dan pembiasaan pada pola hidup sehat sehingga merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Untuk mencapai hal tersebut maka proses pembelajaran pendidikan jasmani harus tidak bersifat konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun lebih melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pendidikan jasmani harus dapat sentuhan didaktik-metodik sehingga aktivitas pendidikan jasmani dapat dilakukan sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Menurut Dini Rosdiani dalam buku pendidikan jasmani dan kesehatan, pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional, (2013:137).

Proses belajar mengajar merupakan inti proses pendidikan secara keseluruhan dengan guru sebagai pemegang pemeran utama. Guru adalah orang yang bertanggung jawab dalam melaksanakan pendidikan dalam arti memberikan bimbingan dan pengajaran bagi siswa, sebagai mana yang terdapat

dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen.

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guna mencapai fungsi proses pembelajaran, pendidikan saat ini haruslah menekankan pada upaya-upaya pembentukan kompetensi para siswa yang harus pula diikuti dengan perubahan kemauan pendidikan atas budaya pengajaran saat ini.

Dengan demikian, guru haruslah benar-benar mampu menemukan cara untuk mendorong dan mengembangkan konsep pembelajaran untuk memenuhi seluruh kebutuhan siswa berdasarkan potensi yang dimiliki siswa. Tanpa usaha ini akan sulit tercipta lulusan yang berbekal kemampuan berpikir dan keterampilan tingkat tinggi. Dalam menjalankan proses belajar mengajar, guru haruslah benar-benar memahami kondisi dan berbagai cara yang berbeda dalam belajar. Guru harus pula memahami perkembangan siswa dan berbagai konsep pedagogis sebaik mereka menguasai materi pembelajaran dan penilaian yang digunakan untuk mengukur keterampilan dasar siswa.

Pembelajaran pendidikan jasmani, di sekolah menengah pertama sangatlah penting sebagai dasar pendidikan anak ketingkat yang lebih tinggi. Keberhasilan pendidikan jasmani di sekolah tergantung pada kreatifitas guru dan penerapan model pembelajaran yang sesuai materi yang diajarkan. Penerapan model pembelajaran yang kurang tepat sangat berpengaruh pada hasil pembelajaran.

Kemampuan guru dalam mengimplementasikan metode mengajar yang relevan menduduki posisi yang paling penting agar pembelajaran dilakukan dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Kondisi nyata di lapangan menunjukkan bahwa model pembelajaran yang efektif sangat jarang dilakukan oleh guru ketika melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di SMP Negeri 8 Gorontalo, hal ini disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya adalah keluhan dari siswa tentang pembelajaran

pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi atletik nomor lari di sekolah tersebut tidak menarik untuk diikuti oleh siswa.

Pembelajaran atletik di SMP Negeri 8 Gorontalo hendaknya dilakukan dengan memilih model pembelajaran yang tepat oleh guru, sehingga akan mendukung keberhasilan pembelajaran itu sendiri.

Pada pembelajaran atletik nomor lari peneliti menggunakan pembelajaran pengaruh latihan interval keterampilan lari 100 meter, alasan penggunaan pembelajaran ini adalah untuk mengatasi rendahnya keluhan dari siswa tentang pembelajaran atletik nomor lari karena daya tahan mereka yang tidak begitu kuat. Dengan pembelajaran ini diharapkan siswa akan dengan mudah mengikuti pembelajaran atletik nomor lari.

Dari uraian latar belakang di atas, peneliti ingin melakukan sebuah penelitian yang di formulasikan dalam judul “Pengaruh Latihan Interval Terhadap Keterampilan Dasar Lari *Sprint* 100 Meter Terhadap siswa Kelas VIII¹ SMP Negeri 8 Gorontalo.”

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang di atas, penulis dapat mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Yang mengakibatkan pembelajaran atletik di SMP Negeri 8 Gorontalo, tidak berkembang karena mungkin belum tepat atau pembelajaran terhadap materi Lari, untuk menarik kemauan siswa terhadap olahraga tersebut
2. Yang mengakibatkan kurang berminatnya siswa terhadap pembelajaran lari mungkin dalam proses pembelajaran siswa tidak mendapatkan kenyamanan selama proses pembelajaran, karena mungkin prasarana yang terlalu terbuka sehingga media pembelajaran yang diberikan tidak menarik minat sebagian besar siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo.
3. Keterampilan dasar lari kurang terampil atau kurang sempurna dilakukan oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo mungkin,

mungkin karena belum terlalu tepat pembelajaran yang diterapkan oleh guru olahraga tersebut

1.3. Rumusan Masalah

Sehubungan dengan identifikasi masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu, Pengaruh Latihan Interval Terhadap Keterampilan Dasar Lari *Sprint* 100 Meter pada siswa Kelas VIII¹ SMP Negeri 8 Gorontalo Kota Gorontalo.”

1.4. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di rumuskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar *Pengaruh Latihan Interval pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo* dalam keterampilan lari 100 meter.

1.5. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yaitu peneliti berharap hasil penelitian ini menjadi bahan referensi pembelajaran atau bahan perkuliahan yang dapat menambah pengetahuan bagi seluruh civitas jurusan pendidikan keolahragaan bagi calon guru nanti.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Siswa, penggunaan model pembelajaran PENGARUH LATIHAN INTERVAL dapat memberikan pengalaman baru dalam belajar, sehingga dapat meningkatkan keterampilan lari 100 meter
- 2) Bagi Guru, penelitian ini tentu menjadi informasi bagi guru tentang efektifnya pembelajaran PENGARUH LATIHAN INTERVAL dalam rangka meningkatkan keterampilan lari 100 meter
- 3) Bagi Sekolah, Penelitian ini menjadi bahan informasi tentang bagaimana meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan materi lari 100 meter, selain itu sebagai bahan masukan SMP Negeri 8 Gorontalo untuk meningkatkan kualitas pendidikan.

- 4) Bagi Peneliti, penelitian ini dapat menjadi penemuan baru dalam bidang pendidikan, dan dapat menjadi referensi untuk dikembangkan pada penelitian-penelitian dalam bidang lainnya