

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan. Dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah dapat diupayakan peranan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian dan kesehatan setiap individu peserta didik. Tanpa pendidikan jasmani, proses pendidikan di sekolah tidak akan seimbang. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta dapat mengembangkan kemampuan dan keterampilan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah. Dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah hasil belajar siswa dapat diukur dari perwujudan dan kemampuan yang optimal setelah menerima pembelajaran. Hasil belajar yang diterima oleh siswa dapat terlihat dari kolaborasi komponen-komponen belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran.

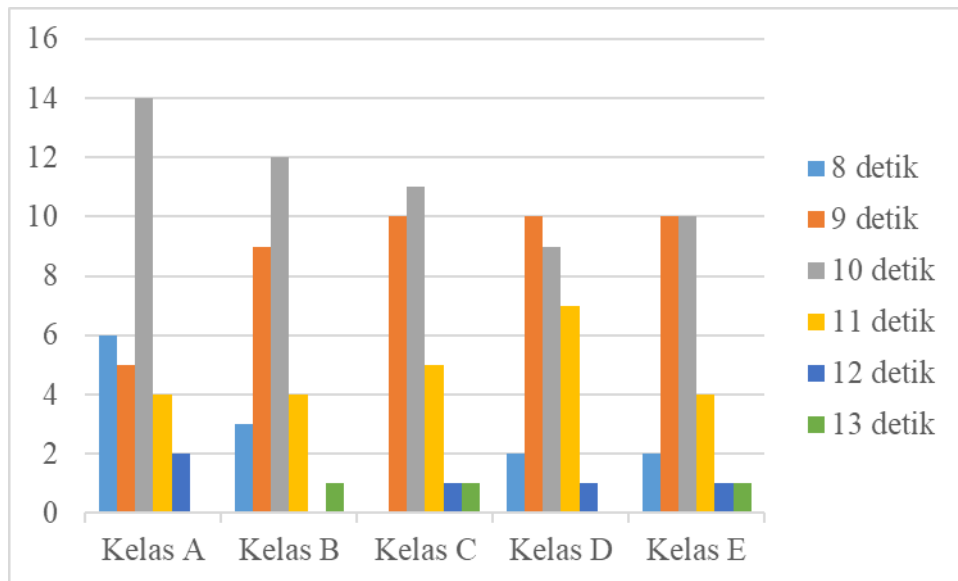
Mata pelajaran pendidikan jasmani memiliki beberapa materi pembelajaran, salah satunya adalah materi pembelajaran atletik. Atletik adalah induk dari semua cabang olahraga. Atletik sering disebut *the mother of sport*. Atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu *atlon* berarti bertanding atau berlomba. Istilah atletik dapat dijumpai dalam berbagai bahasa seperti bahasa Inggris, Perancis, Belanda, dan Jerman. Di Indonesia, istilah atletik diambil dari bahasa Inggris yaitu *athletic* yang artinya cabang olahraga yang meliputi lari, jalan, lompat, dan lempar. Dilihat berdasarkan jarak yang ditempuh lari dapat dikategorikan ke dalam beberapa kategori, yaitu lari jarak pendek atau biasa disebut lari cepat atau *sprint*, lari jarak menengah, lari jarak jauh dan *marathon* semua ditentukan berdasarkan hitungan jaraknya mulai dari hitungan meter sampai hitungan kilometer.

Bedasarkan teknik gerakan lari dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu pelan atau *jogging* dan cepat atau *sprint*. Lari jarak pendek merupakan kemampuan berlari secepat cepatnya dengan memindahkan tubuh dari titik tertentu ke titik lainnya. Dalam lari jarak pendek perlu memperhatikan tentang kecepatan dan percepatan reaksi. Lari jarak pendek terdiri atas beberapa tahapan yaitu tahap reaksi, tahap transisi, tahap percepatan atau akselerasi, tahap penguasaan kecepatan, dan tahapan kecepatan maksimum.

Pembelajaran lari jarak pendek memiliki dua tahapan yaitu tahap permainan atau bermain dan teknik dasar. Kedua tahapan tersebut mempunyai tujuan sebagai bentuk pengenalan gerak lari jarak pendek. Secara tidak langsung kedua tahapan tersebut memberikan pembelajaran yang benar secara anatomis dalam memperbaiki posisi tubuh ketika berlari dan memberikan motivasi lebih karena dengan pembelajaran melalui bermain akan membuat suasana bermain tidak membosankan.

Dengan bermain secara tidak langsung siswa dapat menyerap unsur-unsur pembelajaran dalam bentuk permainan seperti permainan tradisional. Permainan tradisional adalah permainan rakyat dari generasi ke generasi yang mempunyai makna dari setiap gerakan dan alat-alat yang digunakan. Permainan tradisional mempunyai manfaat untuk menghibur diri, sebagai alat untuk memelihara hubungan sosial, dan sebagai pembentuk karakter positif bagi anak. Contoh permainan tradisional diantaranya benteng, tikus dan kucing. Kedua permainan tersebut mempunyai manfaat yang dapat melatih keterampilan fisik dan motorik.

Berdasarkan data yang diperoleh pada Kamis, 7 November 2018 di SMP Negeri 7 Kota Sukabumi pada pembelajaran penjas khususnya atletik nomor lari jarak pendek menunjukkan bahwa hasil belajar siswa kelas VIII C dapat dikatakan belum mencapai hasil belajar yang baik sesuai dengan yang telah di standarkan oleh guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 7 Kota Sukabumi. Dari data hasil belajar yang diperoleh siswa kelas VIII dalam pelajaran atletik nomor lari jarak pendek dibuktikan dengan diagram berikut :



Gambar 1.1

Daftar Diagram Hasil Pembelajaran Atletik Nomor Lari Jarak Pendek Siswa  
Kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi tahun ajaran 2019/2020

Berdasarkan uraian gambar diagram 1.1 bahwa kelas A yang memperoleh waktu delapan detik sebanyak enam siswa, sembilan detik sebanyak lima siswa, 10 detik sebanyak 14 siswa, 11 detik sebanyak empat siswa, 12 detik sebanyak dua siswa. Kelas B yang memperoleh waktu delapan detik sebanyak tiga siswa, sembilan detik sebanyak sembilan siswa, 10 detik sebanyak 12 siswa, 11 detik sebanyak empat siswa, dan 13 detik sebanyak satu siswa. Kelas C yang memperoleh waktu sembilan detik sebanyak 10 siswa, 10 detik sebanyak 11 siswa, 11 detik sebanyak lima siswa, 12 detik sebanyak satu siswa, dan 13 detik sebanyak satu siswa. Kelas D yang memperoleh waktu delapan detik sebanyak dua siswa, sembilan detik sebanyak 10 siswa, 10 detik sebanyak sembilan siswa, 11 detik sebanyak tujuh siswa, dan 12 detik sebanyak satu siswa. Kelas E yang memperoleh waktu delapan detik sebanyak dua siswa, sembilan detik sebanyak 10 siswa, 10 detik sebanyak 10 siswa, 11 detik sebanyak empat siswa, 12 detik sebanyak satu siswa, dan 13 detik sebanyak satu siswa.

Berdasarkan uraian diagram 1.1 maka diperlukan suatu upaya dalam rangka meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII C karena kelas tersebut merupakan satu-satunya kelas yang tidak tuntas dalam hasil belajar lari jarak pendek berdasarkan kriteria norma penilaian yaitu delapan detik, salah satunya dengan mengemas pembelajaran yang inovatif, dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Salah satu pembelajaran yang relevan untuk hal tersebut adalah model pembelajaran melalui permainan tradisional seperti permainan benteng dengan permainan tikus dan kucing yang dianggap sebagai suatu alternatif yang mampu memberikan dampak positif bagi perkembangan siswa, serta diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar atletik nomor lari jarak pendek.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dalam materi atletik nomor lari jarak pendek di sekolah SMP Negeri 7 Kota Sukabumi. Diharapkan siswa bisa meningkatkan hasil belajar, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi tahun ajaran 2019/2020”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah yang peneliti ajukan yaitu “Apakah ada pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi tahun ajaran 2019/2020 ?”.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka batasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Peneliti hanya meneliti tentang ada atau tidaknya pengaruh permainan tradisional terhadap hasil belajar lari jarak pendek .
2. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi tahun ajaran 2019/2020.

3. Sampel dalam penelitian ini siswa kelas VIII C SMP Negeri 7 Kota Sukabumi tahun ajaran 2019/2020.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan dari penelitian ini yaitu “Untuk mengetahui adakah pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VIII SMP Negeri 7 Kota Sukabumi”.

#### **E. Manfaat Penulisan**

Manfaat penelitian yang peneliti harapkan dari beberapa hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi peneliti

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat mengetahui ada atau tidaknya pengaruh permainan tradisional terhadap hasil belajar lari jarak pendek.

2. Bagi Guru

Dapat menciptakan pembelajaran yang kondusif dan menyenangkan serta dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

3. Bagi Siswa

- a. Memberikan pengalaman yang diharapkan siswa dapat termotivasi.
- b. Mempermudah poses pembelajaran.