

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Di dalam UU No. 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan adalah sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, sehingga dapat menjadi manusia yang memiliki perilaku yang baik dan bertanggung jawab (Peraturan Pemerintah RI, 2003).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Tujuan pendidikan bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Dalam proses aktivitas pembelajaran jasmani dan rohani, guru dapat mengajarkan berbagai macam keterampilan gerak dasar, teknik dan taktik sebuah permainan, nilai-nilai sportivitas, jujur, disiplin dan bertanggung jawab.

Aktivitas yang diberikan dalam proses pembelajaran harus diberikan sentuhan didaktik metodik, sehingga aktivitas pembelajaran dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui Pendidikan jasmani dan rohani siswa dapat memperoleh pengalaman yang dapat mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, serta menambah pemahaman siswa terhadap gerak manusia.

Salah satu gerak dasar manusia adalah lari, Pendidikan jasmani dan rohani diajarkan dalam setiap jenjang dari SD, SMP dan SMA merupakan bagian penting dalam proses Pendidikan karena dapat memberikan pengalaman secara langsung dalam aneka bentuk aktivitas jasmani rohani dan olahraga.

Pelaksanaan pembelajaran menggunakan kurikulum tiga belas dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani, di dalam Pendidikan jasmani dan rohani ada beberapa materi yang diajarkan salah satunya adalah olahraga atletik yang di dalamnya memuat olahraga seperti lari, lompat dan lempar. Lari merupakan salah satu komponen pertumbuhan fisik yang dibutuhkan dan faktor pendukung dalam aktivitas bermain.

Faktor – faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa terkait materi pembelajaran olahraga atletik seperti lari antara lain; menurunnya kebugaran siswa, obesitas, kurangnya intensitas dalam bergerak atau latihan, dan Proses Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (PTMT).

Berdasarkan pengalaman penulis dalam mengajar di SMPIT Insan Teladan Mandiri sebelumnya, hasil belajar siswa kelas VII SMPIT Insan Teladan Mandiri terkait materi pembelajaran lari 100 meter kurang memuaskan. Dari keseluruhan siswa kelas VII yang berjumlah 35 siswa hanya sebanyak 30% (11 siswa) yang tuntas dalam materi pembelajaran lari 100 meter. Hal ini dikarenakan faktor kondisi Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (PTMT), dimana sesi waktu pembelajaran yang terlalu singkat yang menyebabkan proses pembelajaran terhambat dan tidak maksimal. Pada proses pembelajaran sebelumnya, siswa terlihat kurang tertarik dalam mengikuti proses pembelajaran karena model pembelajaran sebelumnya membosankan dan terkesan monoton seperti guru hanya menjelaskan dan siswa hanya mendengarkan.

Selanjutnya, permasalahan yang ditemukan pada siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri adalah siswa menyatakan bahwa olahraga atletik terutama lari sangat melelahkan dan membosankan sehingga melakukannya pun dengan rasa terpaksa dan hanya sebatas tuntunan pembelajaran yang harus dipenuhi dan diselesaikan.

Selain itu, kondisi belajar yang dialami oleh siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri terbilang memungkinkan untuk terjadinya sebuah pembelajaran. Dari pengalaman penulis sarana dan prasarana yang ada di sekolah SMPIT Insan Teladan Mandiri cukup lengkap seperti cone, lapangan, dan stopwatch.

Dari pengalaman penulis di atas, untuk membantu kelancaran dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani di SMP IT Insan Teladan Mandiri maka perlu adanya pendekatan yang sesuai. Penulis menerapkan sebuah metode modifikasi permainan bentengan. Permainan yang dimaksud memiliki peraturan yang mudah diikuti, maka siswa akan lebih senang daripada meminta atau menyuruh siswa berlari secara langsung.

Pendekatan bermain sangat cocok di terapkan pada siswa kelas VII karena siswa VII merupakan siswa yang baru pindah jenjang dari SD ke jenjang SMP, pada pendekatan ini siswa tidak hanya mendengarkan guru dalam menjelaskan materi tetapi siswa terlibat langsung dalam aktivitas yang menggunakan gerak tubuh seperti lari.

Lari cepat dapat diartikan lari menempuh jarak tertentu pada bidang datar yang harus dilakukan dalam kecepatan maksimum (Khomisin dalam Salim, 2016) dari pernyataan ini dapat disimpulkan bahwa kebutuhan utama dari lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan dalam melakukan gerakan secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat - singkatnya (Harsono dalam Salim, 2016), atau kemampuan berpindah tempat ke tempat yang lain dalam waktu yang cepat.

Bentengan adalah salah satu permainan tradisional yang inti dari permainannya adalah merebut dan mempertahankan benteng agar bisa memenangkan permainan tersebut. Permainan bentengan ini memerlukan keterampilan dalam berlari cepat, kelincahan dalam bergerak, dan strategi yang handal.

Tujuan pembelajaran lari jarak pendek dengan pendekatan permainan bentengan pada penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Penulis mencoba membuat model pembelajaran yang menarik bagi siswa dengan pendekatan bermain. Penulis berupaya memasukkan unsur lari 100 meter (sprint) dengan tujuan agar siswa menjadi aktif, merasa senang dan bersemangat di dalam kegiatan pembelajaran dan menciptakan suasana yang menyenangkan sehingga dengan harapan materi lari 100 meter (sprint) dapat digemari siswa dan tujuan pembelajaran tercapai.

Berdasarkan penjelasan di atas penulis ingin mengetahui peningkatan hasil belajar lari 100 meter siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri melalui pendekatan bermain bentengan yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan. Oleh karena itu, penulis memilih penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Materi Lari 100 Meter Melalui Pendekatan Bermain Bentengan Pada Kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri di Kabupaten Bekasi.”

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat merumuskan sebagai berikut:

“Apakah pembelajaran dengan metode bermain bentengan dapat meningkatkan hasil belajar Pendidikan jasmani materi lari 100 meter siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri tahun pelajaran 2021 - 2022 ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar Pendidikan jasmani materi lari 100 meter siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri dengan menggunakan metode bermain bentengan.

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk berbagai pihak yaitu:

1. Siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri  
Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan lari 100 meter siswa kelas VII SMP IT Insan Teladan Mandiri.
2. Guru olahraga  
Diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam proses pembelajaran dengan metode pendekatan permainan bentengan.
3. Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk sekolah agar untuk mengembangkan proses pembelajaran dengan metode yang lebih variatif salah satunya adalah pendekatan permainan bentangan.

#### 4. Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat dapat bacaan yang baru dan dapat menambah wawasan dari segi bentangan dan lari dan cara meningkatkan hasil belajar.

