

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup. Menurut (rinda, 2013) Pendidikan merupakan suatu usaha untuk membantu perkembangan anak supaya lebih progresif baik dalam perkembangan akademik maupun emosi sosialnya sehingga mereka dapat hidup dalam lingkungan sekitarnya. Pada dasarnya pendidikan jasmani harus sudah ditanamkan sejak masih kanak-kanak karena pada umumnya jika ingin menguasai berbagai macam aktivitas, dasarnya harus diletakkan pada masa kanak-kanak dan menurut para orang dewasa kebanyakan hobi dari mereka berdasarkan pengalaman pada masa kanak-kanak. Usia sekolah dasar merupakan masa-masa yang sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak yang memegang peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas dikemudian hari.

Pendidikan jasmani tidaklah mungkin terlepas dari belajar, untuk lebih spesifiknya dinamakan “pembelajaran”. Melalui pembelajaran anak dapat mengetahui lebih banyak hal, anak dididik dan dibina untuk menjadi manusia yang berkualitas dari yang tidak bisa menjadi bisa, melalui proses belajar tersebut pendidikan jasmani ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan anak, sebuah perkembangan yang tidak berat sebelah. Pembelajaran jasmani melakukan pembelajaran di dalam dan di luar kelas secara menyenangkan. Pembelajaran di dalam kelas lebih pada menjelaskan teknik teori secara verbal, sedangkan pembelajaran di luar kelas dilakukan untuk penerapan teknik dan dilaksanakan secara menyenangkan.

Perkembangan bersifat menyeluruh, sebab yang dikembangkan bukan saja aspek jasmanilah yang lazim disebut psikomotorik. Namun juga, perkembangan pengetahuan dan penalaran yang dicakup dalam istilah kognitif. Selain itu dapat

dicapai juga perkembangan watak serta sifat-sifat kepribadiannya, yang tercakup dalam istilah perkembangan afektif. Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yang ada sekarang memiliki ciri-ciri yang terdiri atas keterampilan teknik dasar beberapa cabang olahraga. perkembangan keterampilan motorik sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Kemampuan motorik terbagi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Menurut (Hanief & Sugito, 2015) Keterampilan teknik dasar olahraga ini, akan dapat dikuasai bila sebelumnya menguasai keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar di sekolah dasar itu dapat dibagi menjadi beberapa kategori meliputi tiga macam, yaitu: lokomotor, non lokomotor, dan manipulasi. Keahlian atau keterampilan gerak dasar yang baik dapat tercapai dengan cara latihan dan pengkondisian yang teratur dan tertata dengan baik sesuai dengan teori behaviorisme yang dimana perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman, pengalaman diperoleh dari adanya proses belajar melalui pendidikan.

Gerak motorik mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya ungkap (Hanief & Sugito, 2015). Para siswa sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor. Pada umumnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah termasuk sekolah dasar didasarkan pada keterampilan yang sebenarnya atau menggunakan peralatan sebenarnya. Dari pembelajaran keterampilan tersebut, ternyata siswa sekolah dasar mengalami kendala atau kesulitan, karena pada masa kanak-kanak kemampuan gerak lokomotor baru berkembang, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dilaksanakan secara maksimal.

Gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain. (Muslihin, 2020) menyatakan bahwa permainan lokomotor terdiri dari bermain (lari, mendaki, melompat dari tempat satu ke tempat yang lain) yang melibatkan aktivitas tubuh yang didukung oleh otot, kekuatan, daya tahan dan keterampilan. menurut (Sulistiawati, 2017) permainan lokomotor terdiri dari bermain (lari, mendaki, melompat dari tempat satu ke tempat yang lain) yang

melibatkan aktivitas tubuh yang didukung oleh otot, kekuatan, daya tahan dan keterampilan.

Berdasarkan hasil pengamatan ketika pembelajaran PJOk berlangsung gerak dasar siswa dalam melakukan gerakan lompat masih kurang maksimal. Gerakan lompat yang kurang maksimal membuat perkembangan gerak lokomotor sedikit terhambat, merupakan latar belakang munculnya permainan tradisional untuk meningkatkan gerak dasar siswa. Pada penelitian ini peneliti akan melihat peningkatan gerak dasar melalui permainan tradisional engklek dan balap karung.

Permainan tradisional engklek dan balap karung membuat anak bergerak berpindah tempat dengan menyenangkan. Permainan tradisional engklek dimainkan dengan cara melompat dari satu kotak ke kotak yang lain secara bergiliran. Alat yang digunakan juga sederhana yaitu menggunakan gacu yang dijadikan alat pemicu tingkatan permainan. Balap karung berasal dari balap yang berarti lomba atau adu kecepatan, dan karung yang berarti kantong yang besar dari goni. Cara berbalapnya, bebas asal tetap dalam karung. Ada yang meloncat-loncat dengan dua kaki, melangkah pelan-pelan, atau lari biasa. Yang paling sering digunakan adalah cara meloncat-loncat. Jatuh adalah soal biasa, cepat bangun lagi melanjutkan sampai di garis akhir. Antara peserta tidak boleh saling menubruk atau menghalangi lawan. Karena sifatnya lebih menonjolkan kelucuannya, meskipun bertanding antara peserta terjadi saling mentertawakan sambil berusaha sekuat tenaga untuk menang. Permainan tersebut juga dapat memicu kekuatan otot tubuh, keterampilan dan daya tahan tubuh anak.

Berdasarkan hasil penelitian observasi dilapangan didapatkan data bahwa dari 37 anak didik hanya 23 anak yang mendapatkan nilai tuntas, sedangkan 14 anak nilainya belum tuntas dari nilai minimum. Dengan persentase nilai tuntas sebanyak 62% dan 38% dari nilai yang belum tuntas. Guru menginginkan minimal 75% siswa harus mendapatkan nilai tuntas. Maka dari itu perlu adanya media baru yang menarik dan variatif untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar tersebut. Dengan materi pokok gerak dasar motorik peneliti mencoba melaksanakan kegiatan penelitian tidakan kelas sebagai acuan proses tingkat keberhasilan pembelajaran siswa dalam meningkatkan gerak dasar motorik siswa dengan memanfaatkan permainan tradisional engklek dan balap karung sebagai sumber

belajar. Dalam penelitian tindakan kelas ini yang menjadi fokus penelitian adalah menggunakan permainan tradisional untuk meningkatkan gerak dasar siswa. Berdasarkan paparan di atas maka penggunaan permainan tradisional engklek dan balap karung di dalam pembelajaran gerak dasar motorik diharapkan dapat meningkatkan gerak lokomotor siswa di dalam mata pelajaran Penjaskes. Berdasarkan uraian di atas, penulis melakukan penelitian dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN GERAK DASAR MOTORIK SISWA DI SD PLUS AL QOMARIYAH TANJUNGHARJO MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL ENKLEK DAN BALAP KARUNG”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dapat dirumuskan masalah Apakah ada peningkatan gerak dasar motorik dari siswa SD Plus Al-Qomariah Tanjungharjo melalui permainan tradisional engklek dan balap karung?

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, untuk menghindari meluasnya pembahasan penelitian ini, maka dibuat batasan masalah agar penelitian ini tidak terlalu meluas, maka peneliti membuat fokus pada penelitian apakah ada peningkatan gerak dasar motorik dari siswa SD Plus Al-Qomariah Tanjungharjo melalui permainan tradisional engklek dan balap karung.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan gerak dasar dari siswa SD Plus Al-Qomariah Tanjungharjo melalui permainan tradisional engklek dan balap karung.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

### **1.5.1 Bagi Siswa**

Sebagai motivasi siswa meningkatkan gerak dasar siswa.

### **1.5.2 Bagi Sekolah**

Memberikan pengetahuan dengan adanya model pembelajaran

dalam meningkatkan belajar.

### **1.5.3 Bagi Guru**

Memberikan variasi pembelajaran agar lebih kaya dengan teknik, model ataupun metode pembelajaran dan memberikan inspirasi agar lebih inovatif saat pembelajaran PJOK.

### **1.5.4 Bagi Peneliti**

Sebagai pengalaman dan menambah pengetahuan bagi peneliti sebagai calon guru pendidik dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar melalui permainan tradisional.

## **1.6 Definisi Istilah**

### **1.6.1 Gerak Lokomotor**

Menurut (Sulistiawati, 2017) secara pengertian, gerak lokomotor adalah gerak dari seluruh anggota tubuh melalui ruangan atau jarak tertentu, lebih mudahnya adalah gerakan berpindah tempat. Contoh paling mudah adalah berjalan, berlari, melompat, atau aktivitas olahraga seperti roll ke belakang maupun ke depan, dan lain sebagainya.

### **1.6.2 Permainan Tradisional Engklek Dan Balap Karung**

Menurut (Dian Apriani, 2013) Permainan engklek merupakan permainan tradisional lompat - lompatan pada bidang - bidang datar yang digambar diatas tanah, dengan membuat gambar kotak-kotak kemudian melompat dengan satu kaki dari kotak satu ke kotak berikutnya dan menggunakan batu atau pecahan genting untuk menjadi alat lemparnya. Balap karung berasal dari balap yang berarti lomba atau adu kecepatan, dan karung yang berarti kantong yang besar dari goni. Cara berbalapnya, bebas asal tetap dalam karung.