

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu faktor terpenting bagi masyarakat untuk memperjuangkan keberhasilan dan pembangunan bangsanya. Dengan adanya pendidikan, masyarakat dapat berkehidupan dengan baik dan dapat meningkatkan kualitas hidup. Pemerintah sadar bahwa di suatu negara harus diciptakan pendidikan untuk menuju bangsa yang gemilang. Masyarakat juga memahami pentingnya pendidikan untuk menciptakan penerus bangsa yang cerdas dan berkarakter serta berakhlak mulia. Masyarakat menyadari bahwa pendidikan tidak hanya dibutuhkan berdasarkan keuntungan bagi orang lain, namun juga akan memberikannya keuntungan bagi dirinya sendiri, yakni demi kehidupan yang makmur. Kesadaran masyarakat akan pencapaian pendidikan bukan dimulai sejak usia dini, melainkan seumur hidup. Pemerintah tahu tentang itu dan menyediakan sumber daya dan layanan pendidikan untuk siapa saja. Saat ini pemerintah juga mengupayakan pembinaan dalam meningkatkan perkembangan prestasi olahraga, permasalahannya yang mencakup tentang pembibitan, pemanduan bakat, sarana prasarana yang memadai, serta perkembangan teknologi yang baik dalam sekolah maupun umum.

Olahraga merupakan alat untuk terciptanya tubuh yang sehat jasmani dan rohani sehingga bisa menjadikan penerus bangsa yang berkualitas. Di bidang ini, pemerintah mengadakan pembinaan dan pengembangan di seluruh bidang olahraga.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia (UU RI) Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 4 menyatakan bahwa “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial.”

Berdasarkan penjelasan tersebut bahwa olahraga merupakan hal terpenting bagi kesehatan seseorang. Orang yang dikatakan sehat yaitu orang yang menjaga aktivitas olahraganya secara rutin, contoh kecilnya saja dengan berjalan kaki ke sekolah, pemanasan ringan waktu pagi setiap hari dll. Dalam pendidikan jasmani aktivitas gerak merupakan peran utama untuk mencapai suatu kebugaran.

Pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang digunakan untuk mendorong perubahan kualitas tubuh seseorang dengan sehat jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani merupakan hal terpenting karena olahraga bukan sekedar hiasan tambahan dalam kurikulum sekolah yang membuat anak tetap aktif. Pembelajaran olahraga dikenalkan sejak dini di bangku sekolah dasar untuk menjaga kesehatan tubuhnya. Tidak hanya disekolah, di lingkungan rumah yaitu sebagai orang tua wali siswa

mengajarkan anaknya menjaga kebugaran tubuh. Melalui pengalaman tersebut membawa perubahan baik secara fisik maupun mental.

Ada banyak sekali olahraga yang dapat dipelajari dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah atletik nomor lari jarak pendek, lari jarak menengah, dan lari jarak jauh. Pengertian lari yaitu langkah kaki yang dipercepat dengan mencapai waktu secara singkat. Perbedaan ketiga tersebut mengukur dari segi tingkat jaraknya dalam melakukan aktivitas olahraga lari. Jarak perlombaan ini yaitu 100m, 200m, dan 400m. Tujuan dari lari jarak pendek ini yaitu untuk mencapai waktu sesingkat mungkin. Yoyo Bahagia (2000:11) mengemukakan bahwa “lari adalah gerakan tubuh dimana kedua kaki ada saat melayang di udara (kedua telapak kaki lepas dari tanah) yang mana lari diartikan berbeda dengan jalan yang selalu kontak dengan tanah.” Djumidar (1998:13) menyatakan “Lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecenderungan badan melayang, yang artinya pada waktu lari kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah.”

Mengingat pengetahuan guru dan siswa tentang pembelajaran gerak lari masih belum mumpuni, maka penting untuk mengembangkan metode permainan untuk tujuan pendidikan sekolah dasar guna meningkatkan keterampilan gerak dan motivasi siswa. Melalui pendidikan jasmani ini mampu mengajarkan siswa untuk lebih aktif saat menerapkan materi yang akan diajarkan sehingga siswa memperoleh kesehatan yang

maksimal, badan fit dan optimal, dan terciptanya kebugaran tubuh sehingga siswa tidak gampang terkena penyakit.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap siswa di SDN Banasare I Rubaru terdapat beberapa masalah yang membuat belajar siswa kurang baik, yaitu : 1) Minat dan kemauan siswa mengikuti pembelajaran lari jarak pendek sangat rendah. 2) Keterampilan teknik dasar lari yang salah atau tidak sesuai. 3) Tidak adanya guru PJOK. 4) Sarana prasarana yang tidak memadai. 5) Pembelajaran yang dilakukan pada materi lari jarak pendek monoton sehingga siswa cepat bosan.

Peningkatan hasil belajar yang baik pada pembelajaran teknik dasar lari jarak pendek dibutuhkan salah satu metode yaitu menggunakan model pembelajaran tipe TGT (*Teams Games Tournament*). Metode ini berhasil diterapkan dengan baik untuk memudahkan siswa menangkap materi pada saat pembelajaran berlangsung. “metode ini untuk mengalih bakat dan minat murid yang ada pada dalam dirinya” (Kurniawan & Kartiko., 2017, hal. 554-559). Pembelajaran kooperatif model TGT adalah metode pembelajaran yang menggabungkan elemen permainan. “Setiap siswa dapat berpartisipasi tanpa batasan status dengan teman sebaya dan membantu mereka bekerja sama dalam kelompok” (Sudirman, S. 2023).

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di atas tersebut, perlu dilakukannya tindakan dengan tujuan agar pembelajaran lari jarak pendek dapat ditingkatkan khususnya lari jarak pendek 100m. Penulis tertarik mengangkat masalah tersebut menjadi penelitian yang berjudul “**Upaya**

Meningkatkan Kualitas Belajar Teknik Dasar Lari Jarak Pendek Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT (*Teams Games Tournament*) Siswa SDN Banasare I Rubaru Tahun Pelajaran 2023-2024”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dibuat agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan diantaranya:

1. Bagaimana model pembelajaran tipe TGT (Teams Games Tournament) dapat meningkatkan kualitas belajar pada lari jarak pendek SD Negeri Banasare I Rubaru?
2. Seberapa besar tingkat kualitas belajar pada model pembelajaran tipe TGT (Teams Games Tournament) lari jarak pendek SD Negeri Banasare I Rubaru?

Hipotesis Tindakan

- Dapat memudahkan dan menangkap materi pembelajaran teknik dasar lari jarak pendek.
- Dapat menambah minat pembelajaran teknik dasar lari jarak pendek.

Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki keuntungan teoritis dan praktis. Keuntungan teoritis berasal dari kemajuan jangka panjang dalam teori pembelajaran, dan keuntungan praktis berasal dari pengaruh langsung pada elemen-elemen pembelajaran. Manfaat teoritis dan manfaat praktis yakni:

a. Manfaat Teoritis

Temuan penelitian ini dapat diterapkannya untuk menambah minat dan kualitas dalam materi pembelajaran dan siswa mampu melakukan teknik yang baik dan benar.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi siswa: sebagai masukan untuk peningkatan pembelajaran lari jarak pendek.
2. Bagi guru: meringankan guru dalam menyampaikan materi lari jarak pendek.
3. Bagi sekolah: menambah prestasi sekolah pada cabang atletik, salah satunya lari jarak pendek.
4. Bagi peneliti: bertambahnya wawasan dan sebagai bahan referensi penelitian selanjutnya, serta untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Pendidikan di STKIP PGRI Sumenep.

Definisi Operasional

Kualitas belajar adalah mencukupi kebutuhan siswa dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas dalam kegiatan pembelajaran.

Lari jarak pendek merupakan cabang olahraga dengan menggunakan kaki untuk berlari secepat mungkin dari start sampai finish sesuai dengan jarak yang ditempuh.

Model pembelajaran *Teams Games Tournament* (TGT) merupakan pembagian tim secara berkelompok yang terdiri dari kurang lebih 5 orang.