

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah pondasi utama dalam mengembangkan perubahan manusia. Pendidikan mempunyai pengertian bimbingan atau pertolongan yang diberikan secara sengaja kepada anak oleh orang dewasa sehingga ia menjadi dewasa. Pendidikan adalah suatu proses dalam rangka mempengaruhi siswa supaya mampu menyesuaikan diri sebaik mungkin dengan lingkungannya dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkannya untuk berfungsi secara baik dalam kehidupan masyarakat.¹

Pendidikan adalah suatu proses menimbulkan perubahan dalam diri melalui pengalaman-pengalaman belajar perorangan dalam bentuk pendidikan formal, non formal, dan informal di sekolah dan di luar sekolah yang berlangsung seumur hidup yang bertujuan untuk mengoptimalkan pertimbangan kemampuan-kemampuan individu agar dikemudian hari dapat memainkan peranan secara tepat.²

Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 menyatakan:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif,

¹Omar Hamalik, *Kurikulum dan Pembelajaran*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), h. 2.

²Redja Mudyaharjo, Tim LP31, *Keterampilan Dasar Mengajar*, (Jakarta: Arruz Media, 2001), h. 11.

mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.³

Berdasarkan rumusan di atas, pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan serta meningkatkan mutu kehidupan dan martabat bangsa. Pendidikan harus dimulai dengan pengadaan tenaga pendidikan sampai pada usaha peningkatkan mutu para tenaga pendidik tersebut. Tujuan pendidikan tersebut dapat direalisasikan jika seorang guru secara langsung dapat berhubungan dengan siswa dalam rangka membimbing dan mengarahkannya. Konsep mengajar seperti ini sesuai dengan firman Allah SWT. dalam Q.S. An-Nahl ayat 125, sebagai berikut:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ

رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Ayat tersebut berhubungan dengan dengan perilaku seorang guru. Guru tersebut dituntut untuk menyampaikan materi dengan benar, jelas, tegas, dan bijaksana. Hal tersebut karena salah satu fungsi seorang guru yaitu sebagai ujung tombak yang menjadi tumpuan dan andalan semua orang dalam pelaksanaan pendidikan di sekolah. Islam memandang bahwa pendidikan berarti upaya membangun individu yang memiliki kualitas dan peran sebagai *khalifah*, atau setidaknya menjadikan individu berada pada jalan yang akan mengantarkan

³Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003, *Sistem Pendidikan Nasional*, (Bandung: Citra Umbara, 2003), h. 7.

kepada tujuan tersebut. Kepentingan utama *khalifah* adalah beriman kepada-Nya dan menyerahkan diri sepenuhnya kepada-Nya

Berdasarkan pengertian pendidikan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah suatu proses menimbulkan perubahan dalam diri seseorang melalui pengalaman-pengalaman belajar dalam bentuk pendidikan formal, non formal, dan informal yang berlangsung seumur hidup mengantarkan kepada tujuan tertentu. Kemampuan guru penting dalam hal hubungannya dengan kegiatan mengajar dan hasil belajar siswa, karena proses belajar mengajar dan hasil belajar yang diperoleh siswa tidak hanya ditentukan oleh sekolah, pola, struktur dan isi kurikulumnya saja tetapi juga ditentukan oleh kemampuan guru yang mengajar.

Guru harus mampu menciptakan situasi pembelajaran yang mampu memberikan motivasi kepada siswa agar pembelajaran berjalan dengan lancar serta pembelajaran yang disampaikan oleh guru mampu diserap dengan baik oleh para peserta didik. Gurulah yang menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan menyenangkan serta mampu mengelola kelasnya agar hasil belajar peserta didik berada pada tingkat optimal.⁴ Setiap arah tujuan pendidikan di Indonesia hendaknya bisa membentuk pribadi yang tidak hanya cerdas dalam bidang intelektual, tetapi juga memiliki kepribadian yang mulia serta sehat jasmani dan rohani.

Kesehatan adalah harta yang paling berharga, karena kesehatan berguna untuk berfikir jenius, berfikir ke depan dan berfikir untuk menjadi yang terbaik

⁴Daryanto, *Belajar dan Mengajar*, (Bandung: Yrama Widya, 2010), h. 204.

bagi diri maupun orang lain, oleh karena itu sehat adalah faktor utama untuk memperoleh dan menikmati hidup, sehingga banyak sekali usaha yang dilakukan agar kesehatan tubuh kita terjaga dan selalu fit dalam keadaan apapun. Olahraga dapat menjadikan kita senantiasa dalam keadaan sehat dan bugar.

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh. Oleh karena itu kesehatan perlu kita jaga dengan melakukan sarapan sebelum jam 9 pagi, mengonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna, tidur yang cukup, menjaga kebersihan makanan, mengonsumsi buah-buahan, makanan yang mengandung karbohidrat, makanan kaya akan serat, makanan untuk menurunkan kolestrol, serta hindari mengonsumsi makanan instan, hindari kebiasaan begadang, hindari mengonsumsi minuman isotonik. Makanan yang dikonsumsi akan berpengaruh terhadap kebugaran jasmani seseorang dalam melakukan aktivitas sehingga akan mengurangi kelelahan.

Olahraga adalah kegiatan yang dilakukan untuk menggerakkan anggota tubuh dengan gerakan-gerakan tertentu agar tubuh menjadi sehat dan kuat. Pembangunan kesehatan merupakan bagian terpadu dari pembangunan sumber daya manusia dalam mewujudkan bangsa yang maju dan mandiri serta sejahtera lahir dan batin. Salah satu ciri bangsa yang maju adalah bangsa yang mempunyai derajat kesehatan yang tinggi. Pembangunan manusia yang seutuhnya harus mencakup aspek jasmani dan kejiwaannya disamping spritual dan kepribadian. Sujudi (1997), menyebutkan bahwa pembangunan kesehatan ditujukan untuk mewujudkan manusia yang sehat, cerdas, dan produktif.⁵

⁵Wiku Adisasmito, *Sistem Kesehatan*, (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2007), h. 4.

Olahraga yang dilakukan akan membuat anak bugar sehingga bisa lebih aktif dan produktif. Olahraga bagi anak dapat menstimulasi perkembangan otak mereka, dengan aktivitas jasmani yang teratur dapat membuat koordinasi kerja otak yang semakin bagus sehingga anak mudah menyerap informasi yang diberikan. Olahraga yang dianjurkan untuk keperluan kesehatan adalah aktivitas gerak raga yang biasa dilakukan untuk keperluan pelaksanaan tugas kehidupan sehari-hari.⁶ Pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah dasar sudah harus mulai fokus pada program yang mampu mengembangkan semua dimensi dan potensi peserta didik. Pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah dasar harus berlandaskan olahraga kesehatan dengan titik berat pada pelatihan jasmani untuk meningkatkan derajat sehat dinamis dan kemampuan koordinasi motorik yang lebih baik, agar para siswa selama masa belajar memiliki kesehatan dan kebugaran jasmani.⁷

Pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu alat yang penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia, karena pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia. Gerak bagi manusia sebagai aktivitas jasmani merupakan salah satu kebutuhan hidup yang sangat penting, yaitu sebagai dasar bagi manusia untuk belajar mengenal alam sekitar dalam usaha memperoleh berbagai pengalaman berupa pengetahuan dan keterampilan, nilai dan sikap. Selain itu, melalui gerak dapat mengenal dirinya sendiri sebagai makhluk individu dan makhluk sosial dalam

⁶Santoso Giriwijoyo, *Ilmu Faal Olahraga*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), h. 39.

⁷Santosa giriwijoyo, *Kesehatan Pendidikan Jasmani dan Pembelajaran Olahraga di Usia Sekolah Dasar*. geraksehat.wordpress.com/2018/05/05/.

usaha penyesuaian dan pengajaran pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar dapat terorganisasikan dengan baik, akan dapat memberikan sumbangan yang sangat berarti bagi pertumbuhan dan perkembangan murid-murid di SD/MI, baik pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani yang harmonis, maupun dalam rangka menyiapkan murid-murid secara fisiologis yang mengarah kepada usaha-usaha keras yang sangat berguna untuk meningkatkan kemandirian jasmani dan rohani dalam membantu mengembangkan kemampuan dan kepribadian, yang sangat besar pengaruhnya terhadap penyesuaian diri di dalam lingkungannya.⁸

Undang-Undang No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN) yang disahkan dan diundangkan pada tanggal 23 September 2005 merupakan jaminan kepastian hukum yang harapannya terjadi pembenahan yang meliputi prinsip penyelenggaraan keolahragaan, ruang lingkup, pembinaan dan pengembangan olahraga, pengelolaan keolahragaan, penyelenggaraan kejuaraan, sarana dan prasarana olahraga hingga pendanaan kegiatan olahraga. Penetapan hukum olahraga nasional yang sudah berusia hampir lima tahun ini membawa kabar yang menggembirakan bagi arah pembangunan olahraga yang jelas, terkoordinasi, terstruktur dan memberikan peluang pada masyarakat untuk berperan aktif dalam pengembangan olahraga nasional. Namun, setelah hampir lima tahun diundangkan nasib Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional seperti tidak ada terdengar gaungnya dan masih menemui banyak tantangan dalam implementasinya.

⁸Cholik M, Tono, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, (Jakarta: Proyek Pengembangan Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 1996), h. 23.

Ruang Lingkup Olahraga menurut Pasal 17 Undang-Undang No. 3 Sistem Keolahragaan Nasional meliputi domain: olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. Olahraga rekreasi adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan.

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Selain itu dalam pengembangan olahraga perlu dilakukan sebuah pendekatan keilmuan yang menyeluruh dengan jalan pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan adalah peningkatan kualitas dan kuantitas pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaedah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk peningkatan fungsi, manfaat, dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada atau menghasilkan teknologi baru bagi kegiatan keolahragaan. Kompleksitas permasalahan keolahragaan masih ditambah dengan pandangan negatif pada sebagian pihak termasuk dari institusi pendidikan. Misalnya, mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga belum dapat memosisikan dirinya pada tempat yang terhormat, bahkan masih sering

dilecehkan dan dianggap tidak penting apalagi pada masa-masa menjelang ujian akhir, mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga dihapuskan dengan alasan agar para siswa dalam belajarnya untuk menghadapi ujian akhir nasional “tidak terganggu”.

Sungguh ironis apabila melihat pasal 25 Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional yang menyebutkan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dan diarahkan sebagai suatu kesatuan yang sistematis dan berkesinambungan dengan Sistem Pendidikan Nasional. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di sekolah merupakan tumpuan yang sangat vital dalam pembangunan sistem olahraga nasional, karena dari sekolah tersebut akan muncul bibit-bibit atlet potensial yang pada gilirannya akan menuju pada olahraga prestasi. Krisis pendidikan jasmani di tingkat institusi pendidikan ada hubungannya dengan krisis prestasi olahraga nasional. Peran penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah harus mendapat perhatian yang serius, mulai dari olahraga usia dini. Pendidikan jasmani di sekolah bukanlah bertujuan menghasilkan olahragawan yang berprestasi, di lembaga itulah dibentuk dasar olahraga, yaitu pengajaran keterampilan gerak yang benar, motivasi berolahraga yang tinggi, dan identifikasi bakat sedini mungkin. Pembinaan dan pengembangan olahraga perlu dilakukan secara komprehensif dan melibatkan ilmu pengetahuan teknologi (IPTEK) dalam pelaksanaannya.⁹

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan

⁹Aris Fajar Pambudi, *Manfaat Manajemen Kurikulum* blog.uny.ac.id/2018/04/09/.

serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Ada beberapa tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang ingin dicapai dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah yang harus mengacu pada pengembangan pribadi manusia secara utuh, baik manusia sebagai makhluk individu, makhluk susila dan makhluk religius.

Azhar Ramadhan mengemukakan bahwa “pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan melalui aktivitas-aktivitas jasmani.” Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan pelaku gerak untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial. Aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan pelaku. Kegiatan keolahragaan diharapkan pelaku atau pengguna dapat tumbuh dan berkembang secara sehat, dan segar jasmaninya, serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis.¹⁰

Islam adalah agama yang sempurna segala sesuatu diatur oleh agama islam, bahkan tentang pendidikan jasmani dan keterampilan Islam juga mengatur hal tersebut, Islam memberikan kesehatan jasmani dan rohani, hanya Islam agama yang mengatur sedetail itu, Islam mengajarkan olah raga yang sangat baik untuk kesehatan, salah satunya berenang, sudah tidak asing lagi manfaat renang pada zaman sekarang.

¹⁰Azhar Ramadhana Sonjaya, “Pengaruh Metode Pendekatan Bermain Terhadap Partisipasi Belajar Pendidikan Jasmani Pada Siswa Adaptif Tuna Grahita Ringan,” h. 28.

Sebagaimana yang disabdakan Rasulullah Saw:

كُلُّ شَيْءٍ لَيْسَ فِيهِ ذِكْرُ اللَّهِ ، فَهُوَ لَهُمْ وَلَعِبٌ ، إِلَّا أَرْبَعَ مُلَاعَبَةُ الرَّجُلِ
 امْرَأَتَهُ ، وَتَأْدِيبُ الرَّجُلِ فَرَسَهُ ، وَمَشْيُهُ بَيْنَ الْغَرَضَيْنِ ، وَتَعْلِيمُ الرَّجُلِ
 السَّبَّاحَةَ

Pada hadist tersebut dijelaskan bahwa Rasulullah Saw. memerintahkan untuk mengajari generasi penerus agar selalu mempersiapkan kekuatan untuk menembak atau memanah, karena setelah melakukan banyak penelitian atau riset ternyata menembak atau memanah memiliki banyak manfaat untuk diri manusia di antaranya baik untuk konsentrasi dalam melakukan berbagai kegiatan, baik untuk jasmani maupun rohani, menjadikan otot lengan agar kuat dan masih banyak lagi yang lainnya.¹¹

Uraian di atas menyebutkan bahwa kesehatan jasmani sangat penting bagi manusia, bukan menganggap bahwa kesehatan jasmani itu tidak penting, kesehatan rohanipun sangat penting pula, kesehatan jasmani banyak sekali dicari oleh orang, bahkan sering kita jumpai bahwa banyak sekali orang kaya yang kesulitan untuk mendapatkan kesehatan jasmani, mereka memiliki harta benda, tetapi mereka tidak diberi kesempatan untuk menikmatinya. Islam memang benar-benar agama yang sangat relevan bagi manusia, bukan hanya kesehatan rohani saja yang di ataur oleh agama Islam, kesehatan jasmanipun di atur oleh agama Islam. Begitu sempurnanya agama Islam maka dikatakan sebagai *Rahmatal lil' alamin*.

¹¹Ani Laila, *Pendidikan Jasmani dan Keterampilan Menurut Al-Quran dan Hadist*.
 acedemia.edu/ diakses pada tanggal 2018/04/09.

Berolahraga membuat tulang sendi otot kuat, olahraga juga baik untuk jantung dan paru-paru.¹² Peserta didik di tingkat Madrasah Ibtidaiyah memiliki kemampuan dalam mengembangkan kebiasaan diri untuk berperilaku sehat. Pendidikan kesehatan dan pendidikan keterampilan hidup sehat sangat tepat dan sesuai untuk dikembangkan pada peserta didik.¹³ Seluruh peserta didik memerlukan olahraga, baik sebagai konsumsi yaitu mendapatkan manfaat langsung dari melakukan kegiatan olahraga, maupun sebagai media bagi pendidikan.

Berdasarkan observasi awal di MIN 4 Banjar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah mata pelajaran pokok yang diajarkan di sekolah tersebut. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ada terdapat beberapa peserta didik yang berprestasi dalam bidang olahraga seperti cabang olahraga sepek bola dan lari 100 meter antar sekolah sekecamatan. Pelatihnya atau guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tersebut adalah lulusan tamatan pendidikan olahraga dan menguasai di bidangnya sehingga mempengaruhi prestasi yang ada di sekolah tersebut.

¹²Tim Abdi Guru, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Penjas Orkes Kelas !*, (Jakarta: Tiga Serangkai, 2008), h. 37.

¹³Yuda Saputra, *Konsep Dasar Pendidikan Jasmani Kesehatan*, (Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen Agama Republik Indonesia, 2009), h. 19.

Oleh karena itu saya tertarik dan mengetahui lebih mendalam tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi lari jarak pendek yang dilaksanakan oleh guru mata pelajaran tersebut di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 4 Banjar. Pelaksanaan olahraga yang penulis teliti mengacu pada kurikulum, silabus, RPP yang diajarkan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 4 Banjar. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui secara rinci, mengenai lari jarak pendek yang dilakukan oleh guru disana maka dilakukan penelitian yang hasilnya akan disusun dalam sebuah skripsi yang berjudul: **“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar”**

B. Rumusan Masalah

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

1. Bagaimana Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi lari jarak pendek Kelas V MIN4 Banjar ?

C. Definisi Istilah

Penulis perlu menjelaskan beberapa pengertian, Untuk memperjelas dan menghindari kesalahpahaman terhadap judul diatas, maka sebagai berikut:

1. Pelaksanaan

Pelaksanaan dalam kamus besar Bahasa Indonesia pelaksanaan berasal dari kata laksana, kemudian mendapat awalan “pe” dan akhiran “an” yang berarti proses, cara, perbuatan melaksanakan (rancangan/keputusan).¹⁴ Makna lain pelaksanaan merupakan suatu proses penerapan ide, konsep, kebijakan, atau inovasi dalam suatu tindakan praktis sehingga memberikan dampak, baik berupa perubahan pengetahuan, keterampilan maupun nilai, dan sikap. Pelaksanaan yang dimaksudkan di sini adalah proses, cara atau perbuatan siswa untuk melakukan sesuatu yang berkenaan dengan praktik olahraga di MIN 4 Banjar.

2. Pembelajaran

Pembelajaran adalah totalitas pembelajaran yang diawali dengan perencanaan dan diakhiri dengan evaluasi.¹⁵ Pembelajaran dalam penelitian ini adalah proses perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran yang dilaksanakan dalam pembelajaran PJOK di MIN 4 Banjar.

¹⁴Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2001), Cet ke-1 edisi 3, h. 488.

¹⁵Ahmad Rohani, *Pengelolaan Pengajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), Cet. Ke-2, h.68.

3. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang berbagai cara untuk menuju hidup yang lebih sehat berkenaan dengan mempertahankan kebugaran tubuh, menjaga kesehatan tubuh dan lingkungan sekitar terutama dengan rutin berolahraga.

4. Lari Jarak Pendek

Lari jarak pendek merupakan suatu gerakan yang menggunakan kedua kaki untuk mencapai jarak yang ingin di capai. Lari jarak pendek disebut juga lari sprint.¹⁶ Lari jarak pendek ini terdiri dari nomor-nomor jarak 100 m, 200 m dan 400 m.

D. Alasan Memilih Judul

Alasan peneliti memilih judul karena sekolah tersebut memiliki prestasi dibidang olahraga, khususnya lari jarak pendek antar sekolah, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hal-hal yang telah dikemukakan dalam rumusan masalah yaitu, memberikan gambaran tentang:

1. Mengetahui pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar.

¹⁶Yudha Saputra, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.*, h. 33

2. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat berguna antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Madrasah, memberikan masukan dalam rangka perbaikan pelaksanaan pembelajaran olahraga pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam materi lari jarak pendek.
2. Bagi guru, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dan masukan serta diharapkan dapat memberikan motivasi agar guru terus menambah dan mengembangkan pengetahuannya dalam hal pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi lari jarak pendek.
3. Bagi siswa, dapat meningkatkan motivasi terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi lari jarak pendek.
4. Bagi penulis, menambah ilmu pengetahuan dan wawasan penulis, khususnya yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran olahraga pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas V di MIN 4 Banjar pada materi lari jarak pendek.

G. Tinjauan Pustaka

Tabel I Orisinalitas Penelitian

No	Nama Peneliti - Tahun Penerbitan – Judul	Persamaan	Perbedaan	Orisinalitas Penelitian
1	Irma Utari - 2018- Pengaruh Penggunaan Strategi Permainan Hijau Hitam Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran PJOK Materi Lari <i>Sprint</i> Di Kelas V MI TPI Keramat Banjarmasin	Meneliti pembelajaran PJOK	Penelitian Irma Utari meneliti tentang Pengaruh Penggunaan Strategi Permainan Hijau Hitam	Berdasarkan beberapa penelitian di samping penulis dapat menarik kesimpulan bahwa penelitian yang penulis cari persamaan dan perbedaannya itu memang mempunyai persamaan yaitu pada penelitian Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, akan tetapi meskipun begitu penelitian penulis juga memiliki perbedaan, seperti lari menggunakan strategi hijau hitam, penerapan teknik <i>Basic Parkour</i> Gaya Jongkok, Hasil Belajar Pembelajaran PJOK, Hubungan
2	Sidrah - 2018- Penerapan Teknik <i>Basic Parkour</i> Pada Mata Pelajaran PJOK Materi Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelas V MIN Muara Banta Kota Kandangan	Meneliti pembelajaran PJOK	Penelitian Sidrah meneliti tentang Materi Lompat Jauh Gaya Jongkok	
3	Muhammad Rusma - 2016 - Pengaruh Media Mind Map Terhadap Hasil Belajar Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MIN Sungai Lulut Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar	Meneliti pembelajaran PJOK	Penelitian Muhammad Rusma meneliti tentang media mind map terhadap hasil belajar pada pembelajar - ran pjok	
4	Anna Mariam Sofiarini - 2016- Hubungan Antara Penjas Dengan Prilaku	Meneliti tentang pembelajar-	Penelitian Anna Mariam	

	Sosial Siswa	ran pjok	Sofiarini meneliti tentang hubungan penjas dengan prilaku sosial	antara penjas dengan perilaku Sosial Siswa, dan pembelajaran lari cepat.
5	Bingun- 2014 – Upaya Peningkatan Pembelajaran Lari Cepat Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas 5 SDN 1 Kabupaten Wonosobo	Meneliti tentang pembelajaran pjok	Penelitian Bingun Meneliti Tentang Lari Cepat Melalui Pendekatn Bermain	

H. Sistematika Penulisan

Mempermudah dalam penyusunan skripsi ini. Penulis membuat sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab 1 pendahuluan, yang berisikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, definisi istilah, alasan memilih judul, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan tinjauan pustaka.

Bab II landasan teoritis, tentang pengertian hakekat pendidikan jasmani, pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani oalhrag dan kesehatan SD/MI, lari jarak pendek, perbedaan lari jarak pendek dengan lari jarak menengah dan jarak jauh, faktor-faktor yang mempengaruhi dan karakteristik anak SD/MI.

Bab III metode penelitian, yang berisi tentang jenis dan pendekatan penelitian, desain penelitian, subjek dan objek penelitian, data, sumber data dan teknik pengumpulan data, teknik pengolahan dan analisis data, prosedur penelitian.

Bab IV laporan hasil penelitian, yang berisi tentang gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data, dan analisis data.

Bab V penutup, yang berisi tentang simpulan dan saran.