

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani di sekolah selain bertujuan untuk menjaga kestabilan kebugaran jasmani peserta didik juga berperan sebagai media penanaman nilai-nilai karakter melalui aktivitas jasmani, seperti kejujuran, kedisiplinan, sportivitas, tanggung jawab, dan semangat pantang menyerah, serta membentuk pola hidup sehat (Rosmi, 2024). Menurut Mulzaman (2024) Pendidikan jasmani adalah bagian penting dari pendidikan, yang mencakup aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik, yang dilaksanakan secara interaksi sistematis antar pelaku pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan secara umum. Dengan pendekatan ini, pendidikan jasmani tidak hanya melatih fisik, tetapi juga karakter seperti kejujuran, tanggung jawab, disiplin, dan kerja sama. Kendala yang sering terjadi pada permainan *kid's athletic* adalah kurang kreatifnya guru dalam merancang permainan atau melakukan modifikasi permainan *kid's athletic* menyenangkan dan aman yang tidak menyebabkan peserta didik menjadi cepat bosan dan guru jarang memberikan permainan *kid's athletic* saat aktivitas pembelajaran. Padahal dengan permainan *kid's athletic* salah satu membangun karakter peserta didik. Guru di sini bertindak sebagai sumber belajar atau fasilitator dan peserta didik sebagai pebelajar atau orang yang belajar (Repriansyah et al., 2020).

Menurut Pranata (2022) Olahraga adalah suatu kegiatan yang menggunakan unsur fisik untuk memperoleh kegembiraan dan memulihkan kesehatan fisik. Olahraga umumnya dilakukan seseorang untuk meningkatkan

derajat kesehatan jasmaninya, namun ada juga sebagian orang yang melakukan olahraga untuk hanya untuk sekedar hobi, menurunkan berat badan, mencari keringat, mengisi waktu luang dan bahkan untuk berkarir. Ditinjau dari segi tujuannya olahraga dibedakan menjadi berbagai macam yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Program tahunan Kemendikbud tahun 2020 tentang penyelenggaraan *event* olahraga khusus pelajar di lingkungan Kemendikbud yaitu Olimpiade Olahraga Peserta didik Nasional (O2SN) sekarang nama Kompetisi Olahraga Peserta didik Nasional (KOSN), program tersebut penting diperhatikan dan ditindak lanjuti yaitu melalui pelaksanaan pertandingan/perlombaan KOSN (Widiyanto & Kurniawan, 2021).

Olahraga adalah suatu aktivitas yang berhubungan dengan fisik, dilihat dari namanya “olah” yang berarti mengolah, melatih dan “raga” yang berarti tubuh atau badan. Jadi olahraga adalah kegiatan atau aktivitas melatih fisik atau tubuh dengan tujuan tertentu. Prabowo & Soedjatmiko (2023) berpendapat bahwa Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.

Atletik disebut sebagai cabang olahraga yang meliputi berbagai model latihan fisik—termasuk latihan daya tahan, kekuatan, kecepatan, koordinasi—dan bahwa olahraga atletik mengintegrasikan aspek fisik dan mental dalam performa atlet menurut (Mappanyukki & Aksir, 2025). Olahraga ini sangat terkenal pada masa kejayaannya, dimulai dari negara Yunani, negara-negara dibenua Eropa sampai Amerika dan seluruh dunia, masyarakat sangat antusias

dan bersemangat dalam memainkannya. Dalam Olimpiade, atletik merupakan cabang olahraga yang memperebutkan banyak medali, hal ini muncul karena atletik mempunyai cabang olahraga yang banyak, terdiri dari 4 nomor yaitu; jalan, lari, lempar dan lompat. Dari tiap-tiap nomor tersebut di dalamnya terdapat beberapa nomor yang dilombakan. Untuk nomor lari terdiri dari: lari jarak pendek, jarak menengah, jarak jauh atau marathon, lari gawang, lari sambung dan lari lintas alam. Nomor lompat meliputi lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, lompat tinggi galah. Seiring dengan berkembangnya zaman, olahraga atletik mulai kurang diperhatikan masyarakat. Ini dapat kita perhatikan dalam hal jumlah penonton yang mulai berkurang antusiasmenya untuk melihat perlombaan atletik, bahkan dalam setiap perlombaan atletik yang ada di dalam stadion hanya ada atlet itu sendiri dan para *official*. Ini berbanding terbalik dengan olahraga Sepak bola yang disetiap kursi stadion dipenuhi oleh suporter baik laki-laki maupun perempuan, dimana setiap pemain sepakbola bisa dihafal dan dikenal oleh masyarakat sementara untuk atletik kurang begitu dikenal dikalangan masyarakat (Santi, 2021).

Pada masa perkembangan usia sekolah dasar, keterlibatan dalam aktivitas fisik seperti atletik sangatlah penting. Atletik *Kids*, sebagai kegiatan ekstrakurikuler di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang, menawarkan berbagai manfaat yang tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mendukung perkembangan mental dan sosial anak-anak. Melalui kegiatan ini, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar dan halus mereka, meningkatkan kesehatan kardiovaskular, serta membangun daya tahan fisik yang kuat.

Atletik *Kids* berperan penting dalam membentuk karakter peserta didik. Kegiatan ini mengajarkan nilai-nilai disiplin, kerjasama tim, dan sportivitas yang sangat berguna dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak yang aktif dalam olahraga cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, kemampuan untuk bekerja dalam tim, dan keterampilan untuk menghadapi tantangan dengan lebih baik. Dalam konteks sekolah yang mendukung seperti SDN Pandanwangi 05, kegiatan atletik juga dapat menjadi sarana untuk mengajarkan etika dan moral yang baik. Oleh karena itu, ikut serta dalam Atletik *Kids* tidak hanya membantu peserta didik menjadi sehat secara fisik, tetapi juga tumbuh menjadi individu yang seimbang secara mental dan sosial.

Kids' Athletics merupakan bentuk modifikasi dari olahraga atletik yang disesuaikan dengan karakteristik anak-anak tanpa meninggalkan unsur dasar dari latihan atletik itu sendiri. Melalui kegiatan ini, anak-anak dapat mengembangkan kemampuan motorik dasar seperti berlari, melompat, dan melempar dengan cara yang menyenangkan serta kompetitif (Qibtiyah dkk, 2024). Selain itu juga tidak dibedakan kategori putra dan putri, sehingga semua mempunyai ketentuan yang sama dalam melaksananya. Ini berbeda dengan atletik yang sebenarnya, dimana setiap nomor yang akan dipelajari ada perbedaan ketentuan antara putra dan putri (Santi, 2021).

Atletik kids adalah suatu program pelatihan atletik untuk atlet masa SD/MI sesuai dengan kebijakan *International Athletics Amateur Federation*. Sedangkan kondisi fisik atletik adalah keadaan seseorang bisa di awal latihan, pada saat latihan ataupun juga di setelah mengalami proses latihan. Kecepatan merupakan suatu komponen gerakan yang serupa secara berturut-turut dalam

suatu waktu yang singkat atau keahlian menempuh jarak waktu singkat. Daya ledak merupakan kemampuan otot untuk melalui pertahanan dengan kontraksi cepat. Kekuatan otot lengan merupakan kemampuan otot lengan agar mampu mengatasi suatu beban dalam suatu kegiatan (Wijaya et al., 2022).

Olahraga terdiri dari 9 nomor yang diajarkan ditingkat SD atau tahap perkembangan usia 11- 12 tahun, diantaranya adalah nomor lari yaitu *Sprint/Hurdles*, *Sprint Relay*, *Hurdles Race*, *1000m Endurance*. Untuk nomor lempar yaitu *Teens' Javelin Throw*, *Teens' Discus Throwing* sedangkan nomor lompat yaitu *Pole Long Jumping over a sandpit*, *Short Run- up Long Jumping* dan *Short Run-up Triple Jumping*. *Sprint/ hurdles* adalah *relay* lari gabungan dan kaki rintangan dengan sudut melengkung, *sprint relay* adalah estafet lari dengan cara sudut melengkung, *hurdles race* adalah berlari lebih dari rintangan secara berkala, *1000m endurance* adalah 1000 m lari ketahanan, *teens' javelin throwing* adalah satu lemparan bersenjata untuk jarak/ presisi, *teens' discus throwing* adalah berputar untuk jarak lemparan dan presisi menggunakan piringan yang tepat, *pole long jumping over a sandpit* adalah melompat menggunakan tongkat untuk melewati bak pasir, *short run- up long jumping* adalah melompat satu kali kesempatan dengan tolakan yang kuat dan yang terakhir *short run-up triple jumping* adalah melakukan lompat tiga kali berturut turut dengan tumpuan dua kaki bersamaan.

Dengan dijadikannya *Kids Atletik* sebagai cabang olahraga resmi, PB PASI telah berhasil mensosialisasikan atletik di tingkat sekolah dasar di Indonesia. Melalui usaha ini, diharapkan atletik semakin digemari oleh anak-anak dan bibit-bibit baru semakin banyak ditemukan. Secara bertahap Departemen

Pendidikan Nasional harus menyediakan peralatan yang dibutuhkan di sekolah-sekolah agar *Kids Atletik* makin dikenal dan digemari anak-anak (Santi, 2021).

Kegiatan ekstrakurikuler mempunyai peran yang sangat penting karena peserta didik dapat bertambah wawasan mengenai mata pelajaran yang erat kaitannya dengan pelajaran di ruang kelas. Melalui kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat menyalurkan bakat, minat dan potensi yang dimiliki (Inriyani et al., 2020). Ekstrakurikuler merupakan bentuk kegiatan pengembangan diri yang dirancang untuk menjawab kebutuhan peserta didik di luar jam pelajaran. Melalui kegiatan ini, siswa dapat menyalurkan energi dan kreativitasnya dalam kegiatan yang positif, sehingga mencegah keterlibatan mereka pada aktivitas yang kurang bermanfaat. (Nuryansyah & Hermawan, 2021).

Kegiatan ekstrakurikuler juga untuk mengisi waktu luang anak pada kegiatan yang positif dan dapat lebih memperkaya keterampilan, memperluas wawasan, daya kreativitas, jiwa sportifitas, meningkatkan rasa percaya diri, dan lain sebagainya. Keberadaan ekstrakurikuler sangat baik apabila diletakkan pada perannya dengan tujuan yang jelas. Kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya sebagai pelengkap pembelajaran di sekolah tetapi justru menjadi sebuah tempat pengembangan bakat yang tertanam dalam diri peserta didik. Pembinaan dan pengembangan olahraga sejak dini di Sekolah Dasar khususnya atletik sudah diprogramkan oleh pemerintah sejak tahun 2009 yang dikenal dengan *kids' athletics* (Hendra et al., 2022).

Pelaksanaan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang masih menghadapi sejumlah tantangan baik dari segi fasilitas,

pembinaan, maupun kesesuaian dengan pedoman cabang olahraga atletik nasional. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* secara mendalam, meninjau tingkat partisipasi siswa, hambatan yang dihadapi guru pembina, serta kesesuaian pelaksanaannya dengan standar PASI. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi pihak sekolah dalam meningkatkan mutu pembinaan ekstrakurikuler atletik agar lebih efektif, menarik, dan berorientasi pada prestasi.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang, pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* telah dilaksanakan sebagai bagian dari program pengembangan minat dan bakat peserta didik di bidang olahraga. Kegiatan ini berjalan dengan rutin walaupun pelaksanaannya masih menghadapi berbagai kendala yang berpengaruh terhadap efektivitas pembinaan. Salah satu kendala utama adalah belum adanya capaian prestasi yang menonjol di bidang atletik, baik di tingkat kecamatan, kota maupun antar sekolah dasar lainnya. Selama beberapa tahun terakhir, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler *Atletik Kids* belum pernah membawa nama sekolah pada ajang perlombaan resmi atau kejuaraan atletik tingkat daerah. Kondisi ini menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan belum optimal dalam membina kemampuan dan potensi atletik siswa.

SDN Pandanwangi 05 juga masih memiliki keterbatasan dari sisi fasilitas dan sara pendukung dalam ekstrakurikuler *Atletik Kids*. Beberapa peralatan dasar seperti bola peluru, lembing mini, cakram ringan, serta alat bantu lompat masih sangat terbatas jumlahnya dan sebagian bahkan sudah tidak layak pakai.

Kondisi lapangan yang kurang luas dan belum memenuhi standar latihan atletik juga menjadi hambatan tersendiri dalam pelaksanaan kegiatan. Akibatnya, guru harus menyesuaikan latihan dengan kondisi lapangan yang ada sehingga banyak nomor-nomor dasar atletik tidak dapat dilaksanakan secara maksimal. Keterbatasan fasilitas ini secara langsung memengaruhi kualitas pembinaan dan keterampilan dasar siswa dalam olahraga atletik.

Pelaksanaan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 belum sepenuhnya mengacu pada pedoman resmi dari induk cabang olahraga atletik, yaitu PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia). Berdasarkan hasil telaah, kegiatan yang dilakukan di sekolah masih cenderung bersifat umum dan belum terstruktur sesuai dengan konsep *kids athletics* yang sebenarnya. Beberapa nomor dan bentuk kegiatan seperti sprint relay, hurdles race, maupun lompat jangkit belum diterapkan secara sistematis sesuai pedoman PASI. Guru pembina juga belum memperoleh pelatihan teknis terkait implementasi *kids athletics* di sekolah dasar, sehingga pelaksanaan kegiatan lebih mengandalkan pemahaman umum tanpa mengikuti standar teknik, keselamatan, dan penilaian resmi. Kondisi ini mengakibatkan hasil pembinaan belum mampu mengarah pada pengembangan kompetensi atletik yang sesuai dengan harapan induk organisasi olahraga.

Kesenjangan antara pelaksanaan kegiatan di sekolah dengan pedoman dari PB PASI ini menunjukkan perlunya evaluasi dan pembinaan lebih lanjut dari pihak sekolah maupun dinas pendidikan setempat. Program ekstrakurikuler seharusnya tidak hanya menjadi kegiatan tambahan, tetapi menjadi sarana yang efektif dalam menemukan dan mengembangkan potensi siswa di bidang

olahraga, termasuk cabang atletik. Dengan adanya penyesuaian program ekstrakurikuler terhadap pedoman PASI, diharapkan kegiatan *Atletik Kids* dapat berjalan lebih terarah, kompetitif, dan mampu mencetak bibit atlet yang berprestasi sejak dini.

Ekstrakurikuler memiliki peran penting dalam menunjang perkembangan anak di sekolah dasar. Selain sebagai sarana pengembangan bakat, kegiatan ekstrakurikuler juga membantu anak dalam meningkatkan keterampilan sosial, kedisiplinan, serta kesehatan fisik. Khususnya untuk olahraga seperti atletik, kegiatan ini berkontribusi dalam meningkatkan daya tahan tubuh, kelincahan, serta membangun kebiasaan hidup sehat sejak dini. Dengan adanya ekstrakurikuler, anak-anak juga memiliki kesempatan untuk belajar nilai-nilai sportivitas dan kerja sama tim yang sangat berguna dalam kehidupan mereka ke depan.

Pemilihan lokasi penelitian di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang didasarkan pada pertimbangan akademik dan empiris yang relevan dengan fokus penelitian. Berdasarkan hasil penelusuran awal di wilayah kelurahan Pandanwangi, diketahui SDN Pandanwangi 05 merupakan satu-satunya sekolah dasar yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids*. Sekolah lain di lingkungan yang sama, seperti SDN Pandanwangi 1, SDN Pandawangi 2, SDN Pandanwangi 3, dan SDN Pandanwangi 4, hingga saat ini belum memiliki kegiatan ekstrakurikuler khusus di bidang atletik.

Kondisi ini menjadikan SDN Pandanwangi 05 sebagai lokasi yang paling tepat dan relevan untuk dijadikan objek penelitian. Keberadaan program *Atletik Kids* di sekolah ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengkaji

secara langsung proses pelaksanaan, partisipasi siswa, serta efektivitas pembinaan ekstrakurikuler atletik di tingkat sekolah dasar. Dengan hanya adanya satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan tersebut di wilayah Pandanwangi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mendalam dan representatif mengenai bagaimana kegiatan *Atletik Kids* diterapkan pada jenjang pendidikan dasar.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada analisis peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif terkait kendala dan peluang dalam meningkatkan partisipasi peserta didik, sehingga dapat menjadi landasan untuk pengembangan program yang lebih efektif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, selanjutnya dirumuskan masalah pada penelitian yaitu :

1. Bagaimana perencanaan kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang?
2. Bagaimana implementasi kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu :

1. Mendeskripsikan perencanaan kegiatan ekstrakurikuler *Atletik Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang

2. Mendeskripsikan pengimplementasian kegiatan ekstrakurikuler Atletik *Kids* di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki tiga manfaat utama yang dirancang untuk memberikan kontribusi teoritis, praktis, dan sosial:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah literatur dan wawasan dalam bidang pendidikan, khususnya dalam memahami bagaimana peserta didik dapat dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler atletik. Temuan ini akan memperkaya teori mengenai pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap perkembangan peserta didik di tingkat sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan panduan bagi pihak sekolah, khususnya guru pembimbing ekstrakurikuler, dalam merancang program yang lebih menarik dan sesuai dengan kebutuhan serta potensi peserta didik. Dengan memahami peserta didik, pihak sekolah dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler.

3. Manfaat Sosial

Secara sosial, penelitian ini bermanfaat bagi orang tua peserta didik dalam mendukung anak-anak mereka untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung perkembangan fisik dan mental. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat

tentang pentingnya aktivitas ekstrakurikuler dalam membentuk karakter dan keterampilan sosial anak sejak dini.

E. Batasan Penelitian

Penelitian ini dibatasi pada peserta didik kelas V di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang yang telah mengikuti program *Athletic Kids*. Fokus penelitian ini mencakup perencanaan dan implementasi kegiatan ekstrakurikuler di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang.

F. Definisi Operasional/Penjelasan Istilah

Dalam penelitian ini, definisi operasional dirancang untuk memberikan batasan yang jelas terhadap variabel-variabel yang dikaji. Berikut adalah definisi operasional dari penelitian ini :

1. Kegiatan Ekstrakurikuler Atletik *Kids*

Kegiatan ekstrakurikuler atletik *kids* didefinisikan sebagai program olahraga yang dirancang untuk peserta didik sekolah dasar dengan fokus pada pengembangan keterampilan atletik dasar, seperti berlari, melompat, dan melempar, yang diadakan di SDN Pandanwangi 05 Kota Malang. Kegiatan ini melibatkan pelatihan rutin, kompetisi, dan permainan yang mendukung perkembangan fisik dan mental peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler sangat berperan penting dalam upaya meningkatkan prestasi olahraga pada tingkat pelajar. Adapun faktor pendukung dari kegiatan ekstrakurikuler adalah tersedianya sarana dan prasarana, memiliki manajemen kegiatan yang bagus, dan adanya semangat pada diri peserta didik (Leppa & Munandar, 2022).

2. Prestasi Peserta didik

Menurut (Syamsuriana et al., 2022) Kunci untuk memperoleh pengukuran dan data mengenai pencapaian belajar siswa adalah memahami garis besar indikator yang terkait dengan jenis pencapaian yang akan diekspresikan atau diukur. Indikator pencapaian belajar meliputi: 1) ranah cipta, 2) ranah rasa, 3) rana karsa.

