

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan disekolah - sekolah yang sama kedudukan dan pentingnya dengan mata pelajaran yang lainnya. Pendidikan jasmani di Sekolah Dasar berpotensi untuk mengembangkan peserta didik kearah yang lebih optimal. Karena melalui pendidikan jasmani peserta didik dapat mengungkapkan kesan, kreasi dan inovasi dalam gerak yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani sekaligus turut membangun fungsi fisik dan psikis lainnya. Seperti yang di jelaskan oleh Agus Mahendra (Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani, 2009:22)

Pendidikan diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak. Yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Dalam proses pembelajaran penjas yang diajarkan adalah keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan (olahraga), internalisasi nilai-nilai (sportivitas, kejujuran, kerja sama, disiplin, dan bertanggung jawab), dan pembiasaan pola hidup sehat. Proses pembelajaran penjas yang dilakukan ini berbeda dengan proses pembelajaran mata pelajaran lain yang didominasi oleh kegiatan di dalam kelas yang lebih bersifat kajian teoretis. Kegiatan pembelajaran penjas lebih dominan pada aktivitas unsur fisik untuk mencapai tujuan pembelajaran yang bersifat multidimensi (aspek psikomotorik, kognitif, dan apektif).

Pada aspek psikomotorik, keterampilan gerak yang sangat menonjol. Seseorang dalam bergerak atau beraktivitas ada yang hanya bisa bergerak saja, ada juga yang terampil dalam bergerak atau dalam beraktivitas. Telah dikemukakan oleh Yunyun Yudiana (2009:93-94) bahwa

Manusia dituntun dan diarahkan belajar gerak yang cocok dengan perkembangan dan kebutuhan dirinya. Karena itu, masa anak – anak dianggap sebagai masa kritis dalam perkembangan manusia, pada saat itu diletakkan dasar keterampilan fisik, kemampuan intelektual dan perkembangan perceptual bagi perkembangan selanjutnya.

Aktivitas fisik yang dipilih dan dilakukan didalam pendidikan jasmani secara seksama agar tujuannya bisa tercapai dengan baik. Pendidikan jasmani mempunyai fungsi tertentu untuk mencapai sebagian dari tujuan pendidikan. Reuben B. Frost (dalam Sugiyanto dan Sudjarwo, 1994:235) telah mengemukakan secara rinci mengenai fungsi pendidikan jasmani, yaitu sebagai berikut :

(1) Mengembangkan keterampilan gerak, dan pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara gerakan dapat diorganisasi. (2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak keterampilan secara efektif melalui latihan, pertandingan, tari, dan renang. (3) Memperkaya pengertian tentang konsep ruang, waktu, dan gaya dalam hubungannya dengan gerakan tubuh. (4) Mengekspresikan pola-pola perilaku personal dan hubungan interpersonal yang baik didalam pertandingan dan tari. (5) Meningkatkan kondisi jantung, paru-paru, otot, dan sistem organ tubuh lainnya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan dalam keadaan darurat. (6) Memperoleh manfaat serta bisa menghargai kondisi fisik dan bentuk tubuh yang baik serta kondisi perasaan yang selaras. (7) Mengembangkan minat atau keinginan berpartisipasi dalam olahraga sepanjang hidup.

Dari ketujuh fungsi pendidikan jasmani tersebut, gerak berperan didalam fungsi-fungsi yang disebutkan pada nomer 1, 2, dan 3, yaitu berkenaan dengan peningkatan keterampilan gerak tubuh dalam kaitannya dengan konsep ruang, waktu, dan gaya.

Gerak merupakan kebutuhan yang hakiki seperti layaknya kebutuhan hidup lainnya, karena bergerak merupakan inti dari kehidupan. Banyak sekali jenis dan bentuk gerakan yang perlu dipelajari, dibina, dan disesuaikan dengan kebutuhan diri, perkembangan gerak, dan bahkan norma sosialnya. Melalui gerak semua fase perkembangan dalam segi psikomotorik, kognitif, dan afektif terkondisikan teruama dalam wilayah tingkah laku manusia. Sehingga pemberian kesempatan

yang cukup banyak bagi anak sejak usia dini untuk bergerak atau melakukan aktivitas jasmani dalam mengeksplorasi lingkungannya sangat penting, bukan saja untuk perkembangan keterampilan yang normal kelak setelah dewasa, tetapi juga untuk perkembangan mental yang sehat.

Gerak berperan dalam pendidikan jasmani yang melibatkan domain psikomotor dalam upaya mengembangkan keterampilan gerak tubuh, menguasai pola – pola gerak keterampilan olahraga, dan mengekspresikan pola – pola perilaku personal dan interpersonal yang baik dalam pertandingan dan tari. Salah satu dari gerak keterampilan olahraga adalah gerak dasar.

“Gerak dasar merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks, gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya” (Agus Mahendra, 2007:32). Gerak pada anak dengan maksud agar memiliki keterampilan, keterampilan gerak pada anak akan memudahkan anak dalam melakukan aktivitas apapun. Ketika usianya semakin meningkat, aktivitas anak semakin berkurang. Ketika memasuki usia sekolah, ia belajar dengan cara yang berbeda. Mereka lebih banyak duduk dan mendengarkan penjelasan guru tentang berbagai hal. Jika disekolah anak kurang bergerak, di rumah pun keadaannya seperti itu. Maka dari itu, anak harus diberikan tugas gerak yang bisa meningkatkan keterampilan gerak pada anak tersebut. Performa yang baik dari pola gerak ini bersifat penting karena menjadi starting point untuk pengembangan kemampuan perseptual dan fisik anak.

Kenyataannya, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar pemberian tugas gerak anak saat pembelajaran kurang sesuai dengan kemampuan dan karakteristik siswa. Sehingga mengurangi antusias dan partisipasi anak untuk melaksanakan tugas gerak yang diberikan, serta anak merasa malas dan jenuh dalam melakukan tugas geraknya. Hal itu berdampak besar terhadap keterampilan gerak ritmiknya. Selain kurang sesuai pemberian tugas gerak saat pembelajaran, terdapat hal lain yang mempengaruhi yaitu kurangnya penggunaan media pembelajaran yang mendukung tugas geraknya. Penggunaan media pembelajaran yang berbeda dan menarik diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak ritmiknya.

Dalam gerak ritmik, setiap rangkaian gerak antara gerak yang satu dengan gerak lain yang membentuk sebuah keterampilan tidak pernah keluar dari irama. Pada dasarnya gerakan jalan dan lari berlangsung dalam sebuah ikatan irama. Melempar, dari mulai awalan hingga gerakan lanjutannya, terjadi atas ikatan irama. Ayunan lengan pun tidak lepas dari irama. Gerakan-gerakan dasar yang memiliki ikatan irama yang ada disekolah dasar termasuk kedalam aktivitas ritmik. Seperti yang telah dikemukakan oleh Agus Mahendra (Musik dan Gerak, 2010:3) bahwa aktivitas ritmik merupakan

Rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semata – mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan diluar musik, yang memiliki karakteristik sebagai gerak kreatif yang lebih dekat ke wilayah seni, sehingga aktivitas ritmik disandarkan pada tari atau dansa.

Aktivitas ritmik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengembangkan orientasi gerak tubuh, sehingga anak-anak memiliki unsur-unsur kemampuan tubuh yang multilateral. Melalui aktivitas ritmik juga memperoleh pemahaman dan keluwesan gerak tubuh anak. Anak dapat mengekspresikan diri dan mengembangkan dirinya sendiri. Dengan memberi kesempatan kepada anak untuk memilih apa yang disukainya dan hendak dilakukan oleh anak-anak, berarti membantu pertumbuhan dan perkembangan mereka. Aktivitas ritmik yang diberikan kepada anak-anak untuk menghasilkan kemampuan-kemampuan mengontrol gerakan-gerakan yang indah dan harmonis. Aktivitas ritmik pun diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar fundamental untuk memperhalus gerakan-gerakan refleks yang telah dimiliki oleh anak sejak lahir dan tanpa dilatih.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Pembelajaran Aktivitas Gerak Dasar Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Ritmik Pada Siswa Kelas 3 SDN Cikudayasa Kec. Cibiru”. Semoga saja dalam penelitian ini, penulis mendapat informasi, gambaran dan pengetahuan yang baru tentang bagaimana meningkatkan keterampilan gerak ritmik di sekolah dasar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dengan uraian latar belakang masalah tersebut, maka dapat teridentifikasi beberapa masalah yang muncul saat proses kegiatan belajar mengajar penjas berlangsung yaitu, secara umum kurangnya keterampilan gerak ritmik. Adapun beberapa indikator yang menyebabkan siswa kurang terampil dalam melakukan gerak ritmik antara lain:

1. Rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar.
2. Kurangnya keterampilan guru memberikan materi pembelajaran.
3. Keterbatasan media pembelajaran yang dimiliki oleh sekolah saat pembelajaran gerak dasar.
4. Kurangnya kreasi guru dalam menggunakan media pembelajaran yang dapat menarik perhatian siswa dalam pembelajaran ritmik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah pembelajaran aktivitas gerak dasar dapat meningkatkan gerak ritmik pada siswa kelas 3?

D. Batasan Masalah

Pembatasan dalam penelitian diperlukan, agar penelitian terfokus pada upaya untuk memperoleh jawaban atas identifikasi masalah yang hendak diteliti. Serta untuk mencegah terjadinya perluasan dan penyimpangan dalam sebuah penelitian. Dalam hal ini Surakhmad (1990:36) menjelaskan sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan sarana untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis memberikan batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya membahas mengenai masalah penerapan gerak dasar.

Restu Galang Ramadhan, 2014

Penerapan Pembelajaran Aktivitas Gerak Dasar Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Ritmik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Fokus utama penelitian ini adalah peningkatan keterampilan gerak irama yang terdiri atas gerak melangkah dan mengayun.
3. Metode pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang cocok dengan permasalahan penelitian.
4. Populasi dalam penelitian ini adalah SDN Cikudayasa Kec. Cibiru, sedangkan sampelnya adalah siswa kelas 3 SDN Cikudayasa Kec. Cibiru.

E. Cara Pemecahan Masalah

Masalah tentang rendahnya keterampilan gerak dasar fundamental siswa kelas 3 SDN Cikudayasa Kecamatan Cibiru, serta belum optimalnya gerak dasar siswa dan penggunaan media pembelajaran sehingga keterampilan gerak irama siswa kelas 3 SDN Cikudayasa Kecamatan Cibiru cenderung rendah. Permasalahan ini akan dipecahkan melalui:

1. Upaya – upaya peningkatan keterampilan melalui pembelajaran aktivitas gerak dasar pada siswa kelas 3 SDN Cikudayasa Kec. Cibiru.
2. Proses pelaksanaan melalui proses penelitian tindakan kelas (class action research), dimana pelaksanaanya dilakukan melalui siklus-siklus dalam tahapan penelitian.
3. Setiap siklus terdiri dari 2 tindakan, dan dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 siklus.

F. Tujuan Penelitian

Dalam setiap penelitian yang dilakukan, pasti terdapat tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti dan berdasarkan permasalahan penelitian yang diajukan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan aktivitas gerak dasar dapat meningkatkan gerak irama pada siswa kelas 3 SDN Cikudayasa Kec. Cibiru.

G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan akan memberikan manfaat teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara teoritis dapat digunakan sebagai masukan (bahan pemikiran) keilmuan dan informasi bagi lembaga pendidikan yang dalam hal ini adalah sekolah maupun perorangan, seperti guru pendidikan jasmani, mahasiswa, dan para pembaca mengenai peningkatan gerak ritmik melalui pembelajaran aktivitas gerak dasar.
2. Secara praktis dapat dijadikan acuan bagi guru pendidikan jasmani untuk mengatasi kesulitan dalam mengajar gerak ritmik melalui pembelajaran gerak dasar.