

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan secara umum memiliki arti sebagai proses kehidupan dalam mengembangkan diri setiap individu agar dapat hidup dan melangsungkan kehidupan sehari-hari. Melalui pendidikan, manusia berkesempatan untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 1 menjelaskan bahwa:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.”

Salah satu upaya pengembangan potensi peserta didik di satuan pendidikan adalah melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Menurut Bachtiar (2018), pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan aspek perkembangan lainnya, serta menjadi bagian integral dari pendidikan nasional. PJOK bertujuan mengembangkan ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Hal ini sejalan dengan Robert M. (2015) yang menyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani tidak hanya untuk perkembangan fisik, tetapi juga perkembangan mental, sosial, dan moral.

PJOK menjadi wahana bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi fisik, mengoptimalkan gerak dasar, sekaligus membentuk karakter seperti menghormati orang lain, pantang menyerah, jujur, suka menolong, dan berempati (Shirley, 2019). Melalui berbagai permainan seperti sepak bola, bola voli, bola basket, dan lainnya, siswa dapat menyalurkan kebutuhan gerak sekaligus mendapatkan pendidikan nilai. Menurut A. Faizal (2024), pembelajaran PJOK seharusnya mampu menciptakan permainan yang menekankan pada keterampilan gerak dasar anak. Gerak dasar

yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak. Fungsi organ tubuh yang optimal mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan motorik secara maksimal (Notoatmodjo, 2020). Pangkey & Mahfud (2020) menegaskan bahwa keterampilan gerak dasar perlu diberikan sejak dini sebagai fondasi untuk mempelajari keterampilan gerak yang lebih kompleks di kemudian hari.

Kemampuan gerak dasar perlu ditanamkan sejak dini karena menjadi fondasi untuk mempelajari gerakan yang lebih kompleks (Pangkey & Mahfud, 2020). Pada usia 12–13 tahun (kelas VII SMP), anak berada pada fase transisi di mana kemampuan berpikir kritis, kekuatan fisik, dan keuletan mulai berkembang pesat (Mutaqin dkk., 2017). Menurut Mirawati (2017), pada usia remaja awal ini, keterampilan manipulatif yang menyerupai gerak orang dewasa mulai terbentuk, sehingga menjadi momentum tepat untuk memantapkan penguasaan gerak dasar.

Namun, dalam kenyataannya, pembelajaran PJOK di banyak sekolah, termasuk di SMP Pelita Bangsa, masih didominasi oleh model pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru (teacher-centered). Menurut Ward, Li, & Ayers (2012), pembelajaran konvensional cenderung menekankan pada instruksi verbal, demonstrasi singkat, dan latihan berulang tanpa memberikan ruang eksplorasi gerak. Model ini seringkali:

1. Kurang memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif (Metzler, 2011).
2. Membatasi kreativitas gerak karena aktivitas terfokus pada teknik formal cabang olahraga (Rink, 2010).
3. Mengurangi kesempatan belajar gerak bermakna yang bervariasi dan menantang (Graham et al., 2013).

Dari hasil observasi di SMP Pelita Bangsa, ditemukan beberapa permasalahan:

1. Kapasitas dan perbendaharaan gerak siswa terbatas, terutama pada keterampilan lokomotor (berlari, melompat), non-lokomotor (membungkuk, berputar), dan manipulatif (melempar, menangkap).

2. Banyak siswa masih sering berdiam diri ketika diminta melakukan tugas gerak, bahkan memberikan alasan palsu seperti sakit atau tidak bisa, sehingga enggan mencoba.
3. Siswa cenderung malas bergerak, terutama saat pembelajaran bersifat monoton dan tidak melibatkan unsur permainan yang menarik.
4. Sebagian besar gerakan yang dilakukan siswa tidak bervariasi dan hanya mengulang pola sederhana tanpa tantangan.

Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa belum berkembang sesuai kompetensi yang diharapkan. Mirawati (2017) menegaskan bahwa pada usia remaja awal, anak seharusnya mulai menunjukkan kematangan keterampilan manipulatif dan kompleks yang menyerupai gerak orang dewasa. Jika tidak distimulasi dengan baik, perkembangan ini bisa terhambat.

Melihat kondisi tersebut, dibutuhkan model pembelajaran inovatif yang mampu mendorong partisipasi aktif, kreativitas gerak, dan peningkatan keterampilan gerak dasar. Salah satunya adalah model Movement Education. Menurut Suherman (dalam Rudiansyah, 2022), movement education adalah pendekatan pembelajaran yang menekankan pada penguasaan keterampilan gerak melalui pemahaman konsep gerak. Tujuannya meliputi peningkatan kuantitas dan kualitas gerak yang efisien dan efektif, peningkatan pengetahuan tentang gerak manusia, serta menumbuhkan kesenangan terhadap aktivitas jasmani (Winarno, 2014). Longsdon (dalam Gustiawati, 2018) menjelaskan bahwa kerangka movement education mencakup:

1. Kesadaran tubuh (body awareness) – apa yang dilakukan tubuh.
2. Konsep Ruang (space awareness) - kesadaran mencari ruang.
3. Konsep usaha (effort) – bagaimana tubuh bergerak.
4. Keterhubungan (relationship) – hubungan yang terjadi dalam gerakan.

Model ini memungkinkan siswa bereksplorasi, menemukan, dan memodifikasi gerak sesuai situasi, sehingga pengalaman belajar menjadi lebih bermakna. Beberapa penelitian menunjukkan efektivitasnya, seperti En Wahyudi dkk. (2022) yang menemukan bahwa penerapan movement education dapat meningkatkan

teknik dasar lompat jangkit siswa SMP. Penelitian ini berupaya memperluas temuan tersebut dengan fokus pada keterampilan gerak dasar seperti berlari, melompat, meloncat, menangkap, dan melempar, melalui pendekatan bermain dan permainan modifikasi selama 8 minggu pada pembelajaran PJOK kelas VII SMP.

Belum banyak kajian yang membahas mengenai penerapan model pendidikan gerak terhadap gerak dasar siswa di sekolah, oleh karena itu pembelajaran penjas dengan menggunakan pendekatan model pendidikan gerak sangat menarik peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “penerapan model pendidikan gerak terhadap gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka dapat diajukan rumusan masalah yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh pemberian model pendidikan gerak terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa?
2. Apakah terdapat pengaruh model pembelajaran pendidikan jasmani konvensional terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa?
3. Apakah terdapat perbedaan pemberian model pendidikan gerak dan model pembelajaran Pendidikan Jasmani konvensional terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang dikaji, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh pemberian modal pendidikan gerak terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa.
2. Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran Pendidikan Jasmani konvensional terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara pemberian model pendidikan gerak dan model pembelajaran Pendidikan Jasmani konvensional terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa kelas VII SMPK Pelita Bangsa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi dunia pendidikan khususnya dalam mata pelajaran PJOK terkait penggunaan model pembelajaran Pendidikan gerak terhadap kemampuan gerak dasar. Sehingga siswa dapat lebih aktif dalam pembelajaran dan dapat digunakan sebagai sumber belajar bagi Penelitian pada masa yang akan datang.

1.4.2 Secara Praktis

A. Bagi Peserta Didik

Diharapkan pada penelitian ini siswa dapat meningkatkan antusias keaktifan serta kemampuan berpikir siswa/i dan memberikan pemahaman mengenai materi yang diberikan.

B. Bagi Pendidik

Dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk lebih memperkaya model pembelajaran yang lebih variatif inovatif aktual dalam pembelajaran di kelas maupun di lapangan khususnya pada pembelajaran PJOK. Selain itu, dapat menciptakan lingkungan belajar yang aktif untuk siswa dan meningkatkan kinerja pendidik dalam proses belajar mengajar.

C. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan rujukan bagi guru di sekolah menengah dalam melakukan proses mengajar di kelas maupun di lapangan untuk dapat menggunakan model pendidikan gerak untuk meningkatkan keterampilan gerak siswa.

D. Bagi Peneliti

Memberikan manfaat yang sangat besar yaitu berupa pengalaman serta kemampuan tentang perbandingan model pendidikan gerak dan model pembelajaran konvensional terhadap keterampilan gerak dan dapat menjadi bekal untuk calon pendidik yang profesional dan untuk perbaikan pembelajaran pada masa yang akan datang.

1.5 Batasan Penelitian

Batasan penelitian merupakan landasan penelitian untuk menghindari penyimpangan dan pelebaran pokok masalah penelitian sehingga penelitian dapat dilakukan secara terstruktur dan fokus tujuan penelitian dapat dicapai dengan mudah (Muharram, A.F, 2024). Adapun batasan pada penelitian ini :

1. Pemberian model Pendidikan Gerak ditujukan untuk melihat perubahan ataupun peningkatan kemampuan gerak dasar siswa/i SMPK Pelita Bangsa.

1.6 Struktur Organisasi

Struktur organisasi dalam penulisan ini mengacu pada pedoman Karya Tulis Ilmiah (KTI) UPI Tahun 2021 (Universitas Pendidikan Indonesia, 2021) yang terdiri dari lima BAB. Adapun kandungan dan urutan penulisan setiap BAB sebagai berikut : BAB 1 Pendahuluan berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi, BAB II Tinjauan Pustaka Berisi tentang materi-materi, teori-teori dari penelitian terdahulu yang relevan yang digunakan peneliti untuk memperkuat dan melandasi penelitian yang akan dilakukanya seperti pengaruh antar variabel dan mengapa variabel-variabel yang digunakan dapat memengaruhi variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah Model Pendidikan Gerak untuk meningkatkan/penguasaan gerak dasar, BAB III Metode Penelitian berisikan metode penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, analisis data. BAB IV Temuan dan Pembahasan berisikan temuan-temuan dan hasil pembahasan terkait hasil penelitian. BAB V Simpulan, Implikasi, Rekomendasi berisikan Simpulan, Implikasi, Rekomendasi berisikan atas hasil penelitian.