

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah dikenal banyak orang sejak dulu. Jika melihat sejarah perkembangan senam ternyata belum diketahui sejak kapan senam itu berada namun sebagai patokan menurut Hidayat dalam Atmaja (2008:17) mengatakan “senam dalam arti yang sebenarnya baru berkembang pada abad ke-18, akan tetapi unsur-unsur senam dalam bentuk latihan akrobatik, latihan pernapasan dan latihan penyembuhan sudah ada sejak zaman kebudayaan kuno”. Dengan pernyataan ini jelas sudah senam ini memang sudah dikenal sejak lama diperkirakan sejak abad ke-18 atau bahkan lebih awal lagi. Di era modern sekarang, cabang olahraga ini sudah menjadi salah satu bagian penting dalam dunia pendidikan, pembelajaran senam sudah diberikan dari mulai sekolah tingkat dasar sampai tingkat perguruan tinggi, ini membuktikan bahwa senam merupakan salah satu cabang olahraga yang baik untuk menunjang kebugaran anak didik dan dunia pendidikan.

Senam adalah salah satu cabang olahraga yang di dalamnya terdapat berbagai aktivitas gerakan fisik yang ditampilkan mulai dari gerakan yang sederhana hingga gerakan kompleks, serta disusun dan dipilih dengan sedemikian rupa sehingga membentuk gerakan yang artistik dan indah untuk ditonton.

Dalam cabang olahraga senam khususnya senam artistik terdapat beragam gerakan mulai dari gerakan yang ringan hingga gerakan yang sangat sulit seperti salto, *double* salto dan banyak lagi gerakan-gerakan sulit lainnya tentunya dengan kompleksitas yang tinggi dan resiko mencederai atletnya juga tinggi. *Diveroll* merupakan salah satu gerakan pada senam artistik dengan kompleksitas tidak terlalu tinggi dan juga tidak terlalu rendah. Gerakan ini merupakan tahapan latihan untuk persiapan menuju gerakan salto ke depan dan kadang *diveroll* juga sebagai gerakan lanjutan dari beberapa rangkaian seperti rangkaian guling ke depan-

diveroll-twist-sikap layang dan masih banyak lagi rangkaian gerakan yang di dalamnya memerlukan gerakan *diveroll*. Atmaja (2008:84) mengatakan “*Diveroll*

Ahdan 2014

KETERAMPILAN GERAK DIVEROLL DITINJAU DARI MOTOR EDUCABILITY DAN TINGKAT PERCAYA DIRI

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

adalah gerakan lanjutan dari roll ke depan, gerakan ini bisa dilakukan dari diam atau dari lompat. Bisa juga digabung dengan roll ke depan”. Gerakan *diveroll* merupakan gerakan yang dianggap penting dalam cabang olahraga senam, sebagaimana dipaparkan sebelumnya baik untuk mengawali ataupun mengakhiri gerakan pada senam artistik, dalam pembelajaran di sekolah gerakan *diveroll* sudah diperkenalkan sejak Sekolah Dasar, bahkan sampai Perguruan Tinggi khususnya jurusan olahraga gerakan senam ini dipelajari, akan tetapi terdapat banyak peserta didik yang tidak bisa melakukan gerakan ini. Banyak faktor yang dapat menyebabkan peserta didik tidak mampu menguasai gerakan ini dengan baik, salah satunya bisa faktor mental, peserta didik merasa takut dan tidak percaya diri untuk mampu melakukan gerakan tersebut sehingga tidak bisa melakukan gerakan tersebut. Hidayat (1996:69) mengatakan ada tujuh sebab anak tidak berhasil dalam melakukan gerakan senam yaitu: “1) Tidak cukup pengalaman gerak, 2) gerakan masih asing, 3) murid merasa takut, 4) tidak mengenal alat, 5) keadaan fisik, 6) umur, 7) bakat”.

Diantara ketujuh faktor penyebab anak tidak berhasil dalam melakukan gerakan pada senam, tidak cukup pengalaman ini memberikan arti bahwa tuntutan pada kemampuan anak dalam mengamati dan mempelajari gerakan-gerakan baru sangatlah penting untuk kesuksesan anak dalam menampilkan gerakan baru pada olahraga senam. Setiap anak dengan beragam kemampuan yang dimilikinya pasti berbeda pula kemampuan untuk mempelajari gerakan baru meskipun pada dasarnya manusia sebagai makhluk yang diciptakan untuk mampu melakukan berbagai gerakan sederhana tentunya sudah memiliki kemampuan dasar untuk bergerak dalam kesehariannya. Kemampuan dasar gerakan itu ternyata dapat dikembangkan menjadi sebuah kemampuan gerak yang lebih kompleks. Untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan dasar tersebut diperlukan kemampuan mempelajari gerakan atau yang disebut *motor educability*. Tinggi rendahnya kemampuan seseorang untuk mempelajari suatu gerakan itu bisa diketahui dengan menggunakan tes *motor educability*.

Motor educability merupakan kemampuan seseorang dalam mempelajari suatu keterampilan gerak yang baru, ini sesuai dengan pendapat beberapa ahli

yang mendefinisikan dari *motor educability* itu sendiri diantaranya Nurhasan (2007:142) mengatakan bahwa, “*motor educability* adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*)”. Kemampuan ini merupakan kemampuan potensial yang menunjukkan cepat tidaknya atau mudah tidaknya seseorang menguasai suatu keterampilan gerak yang baru. Dengan kata lain dapat dinyatakan, kian tinggi tingkat *motor educability* seseorang maka kian mudah dan cepat orang tersebut menguasai suatu keterampilan. Selain pengalaman seperti yang dijelaskan di atas peserta didik merasa takut untuk melakukan gerakan senam ini memberikan makna bahwa anak kurang memiliki rasa percaya diri, keyakinan anak bahwa dia mampu melakukan gerakan yang baru ini merupakan salah satu faktor yang harus dimiliki oleh anak, karena untuk memperoleh sebuah prestasi yang tinggi tidak cukup hanya dengan kemampuan fisik, teknik atau bakat saja tapi rasa percaya diri yang dimiliki anak atau siswa juga sangatlah berperan penting.

Percaya diri adalah rasa kepercayaan diri yang timbul dalam diri individu untuk bisa melakukan suatu perbuatan dengan baik, sebagaimana dijelaskan oleh Weinberg (1995) yang dikutip Ibrahim dan Komarudin (2010:81) bahwa percaya diri “*confidence as the belief that you can successfully perform a desired behavior*” yang esensinya percaya diri adalah kepercayaan bahwa diri anda bisa menampilkan keberhasilan sesuai dengan perilaku yang diinginkan. Definisi di atas jelas bahwa rasa percaya diri merupakan salah satu faktor seseorang untuk bisa melakukan sebuah perbuatan atau tindakan. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah maka kemungkinan tingkat keberhasilan dalam melakukan suatu tindakan juga rendah namun orang yang memiliki tingkat percaya diri tinggi kemungkinan untuk berhasil melakukan suatu tindakan juga tinggi ini sebagaimana dijelaskan oleh Ibrahim (2010:83) “apabila percaya diri rendah prestasi rendah, apabila percaya diri mencapai titik optimal penampilan akan bagus, apabila percaya diri melebihi titik optimal maka penampilan akan turun”. Asumsi dan teori yang disampaikan di atas menjadi latar belakang kuat bagi penulis untuk meneliti bagaimana hubungan dari keterampilan gerak *diveroll*,

motor educability dan tingkat percaya diri pada siswa, khususnya siswa SMP kelas VII.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan penjelasan yang disampaikan pada latar belakang maka penulis mengidentifikasi beberapa masalah terkait dengan hal-hal yang dapat mempengaruhi keterampilan gerak *diveroll*. *Diveroll* merupakan salah satu gerakan dalam cabang olahraga senam yang memiliki kompleksitas gerak cukup tinggi, berbagai kesulitan yang muncul dalam pembelajaran gerak tersebut diantaranya disebabkan anak kurang mempunyai mental yang bagus dan kurangnya kemampuan mempelajari gerakan dalam olahraga senam, oleh sebab itu penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Keterkaitan antara *motor educability* dengan keterampilan gerakan *diveroll*.
2. Keterkaitan antara tingkat kepercayaan diri dengan keterampilan gerakan *diveroll*.

Kemudian untuk menghindari terlalu luasnya cakupan pembahasan penulis pun membatasi ruang lingkup penyusunan karya ilmiah ini. Adapun ruang lingkup karya ilmiah ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X1) dalam penelitian ini adalah *motor educability* dan (X2) adalah tingkat percaya diri. Sedangkan variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah penguasaan keterampilan gerakan *diveroll* pada cabang olahraga senam artistik.
2. Istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini meliputi istilah *motor educability*, tingkat percaya diri penguasaan gerakan *diveroll*, korelasi dan linieritas regresi antara dua variabel penelitian.
3. Penelitian ini terbatas pada lingkup siswa SMPN 52 Bandung.
4. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif korelasional.
5. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VII SMPN 52 Bandung sebanyak 14 orang.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti mengajukan perumusan masalah penelitian, yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara *motor educability* dengan keterampilan gerakan *diveroll* ?
2. Apakah terdapat hubungan antara tingkat percaya diri dengan keterampilan gerakan *diveroll* ?
3. Apakah terdapat hubungan antara *motor educability* dan tingkat percaya diri secara bersama-sama dengan keterampilan gerakan *diveroll* ?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan jawaban yang telah dirumuskan mengacu pada latar belakang dan rumusan masalah yang peneliti ajukan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Ingin mengetahui hubungan antara *motor educability* dan tingkat percaya diri dengan penguasaan gerakan *diveroll* pada cabang olahraga senam artistik
2. Ingin mengetahui signifikansi hubungan antara *motor educability* dan tingkat percaya diri dengan penguasaan gerak *diveroll* pada cabang olahraga senam artistik.
3. Ingin mengetahui bagaimana hubungan *motor educability* dan tingkat percaya diri secara bersama-sama terhadap keterampilan gerak *diveroll*.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pihak lainnya. Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan oleh penulis melalui penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

- a) Sebagai sumber informasi bagi para pelatih senam artistik dan guru olahraga mengenai hubungan antara keterampilan gerak *diveroll*, *motor educability*, dan tingkat percaya diri.

- b) Dapat dijadikan sebagai referensi ilmiah, pengembangan ilmu pengetahuan dan kepustakaan guna mengembangkan konsep pemahaman terhadap *motor educability*, tingkat percaya diri, dan keterampilan gerakan *diveroll* pada cabang olahraga senam artistik.

2. Manfaat praktis

- a) Dapat memberikan masukan yang berarti bagi club-club senam yang pada akhirnya dapat digunakan dalam menyusun program latihan dan pengembangan program latihan.
- b) Dapat dijadikan acuan bagi para pelatih senam dan guru pendidikan jasmani dalam memilih siswa sebagai dasar pembentukan atlet senam masa depan.

F. Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penyusunan sebuah karya ilmiah untuk mempermudah pembahasan dan penyusunan maka sudah sepantasnya terdapat sebuah struktur kerangka penulisan, adapun rencana kerangka penulisan dalam karya ilmiah ini adalah sebagai berikut:

Bab I pendahuluan: meliputi latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, definisi operasional, dan struktur organisasi skripsi. Bab II kajian pustaka, kerangka berpikir, dan hipotesis pemikiran: dalam kajian pustaka berisi teori-teori yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang hakikat senam artistik, hakikat keterampilan gerak *diveroll*: teknik dasar gerakan *diveroll*, gerakan pembentukan gerak *diveroll* (*forming*), kesalahan umum dalam gerakan *diveroll*. Hakikat *motor educability*: komponen tes *motor educability*, *motor educability*, dan keterampilan. Hakikat kepercayaan diri: manfaat percaya diri, cara meningkatkan percaya diri. Dalam kerangka berfikir berisi tentang hubungan antara *motor educability* dengan keterampilan gerakan *diveroll*, hubungan antara tingkat percaya diri dengan keterampilan gerakan *diveroll*. Hipotesis penelitian berisi tentang jawaban sementara tentang penelitian yang akan diteliti. Bab III metode penelitian: membahas tentang lokasi, populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional,

instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data. Bab IV hasil penelitian dan pembahasan: berisi tentang, pengelolaan data atau analisis data, dan pembahasan atau analisis temuan. Bab V kesimpulan dan saran: membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitian dan saran-saran yang akan diberikan.