

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani bukan hanya sebagai pelengkap pelajaran di sekolah dasar, atau hanya sebagai pelajaran yang mengutamakan keterampilan anak untuk mampu melakukan suatu gerak dalam olahraga. Pendidikan Jasmani merupakan suatu aktivitas gerak, yang tidak hanya mengedepankan perubahan keterampilan gerak, namun adanya perubahan dari segi afektif (sikap) agar lebih baik, dengan kata lain Pendidikan Jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Hal ini selaras dengan pernyataan Lutan (2001, hlm.14) “Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Proses belajar dalam Pendidikan Jasmani, juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Secara sederhana, Pendidikan Jasmani itu tak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak”.

Menurut *Websters New Collegiate Dictionary*(dalam Mardiana, 2009, hlm.1.4) menyatakan bahwa “Pendidikan Jasmani (*physical education*) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan *kalistenik*, latihan untuk kesehatan, senam serta performa dan olahraga pertandingan.”

Adapun menurut pendapat Mahendra (2001, hlm.1)mengenai senam, yaitu:

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga.

Berdasarkan pernyataan ketiga ahli tersebut terlihat adanya keterkaitan yang erat antara Pendidikan Jasmani dengan senam, karena kegiatan senam merupakan bagian dari Pendidikan Jasmani (senam kependidikan) sebagai alat untuk mengoptimalkan tugas gerak anak dan mengubah perilaku agar lebih positif dan terarah. Gerakan senam lantai merupakan

gerakan alamiah yang sudah dimiliki oleh anak, namun sayangnya pada pembelajaran di sekolah, senam menjadi salah satu masalah yang berat dan asing. Padahal gerakan senam lantai merupakan gerak dasar yang harus terus dikembangkan untuk melanjutkan tugas gerak selanjutnya yang lebih kompleks, bahkan pada penguasaan gerak pada cabang olahraga. Namun fakta di lapangan bahwa anak beranggapan senam lantai merupakan gerakan yang menakutkan dan sangat berbahaya. Tanpa bimbingan yang khusus, perencanaan dan pengelolaan yang baik, resiko dalam melakukan gerakan senam sangat besar. Dalam kompetensi dasar yang tercatum pada rencana pelaksanaan pembelajaran yaitu harus mengutamakan keselamatan. Banyak kasus kecelakaan ringan maupun berat yang terjadi akibat kelalaian seorang guru ketika melaksanakan pembelajaran. Dengan pengelolaan dan perencanaan yang matang, berbagai kemungkinan buruk bisa dicegah.

Fakta lain di lapangan ketika peneliti menyebutkan beberapa gerakan senam lantai diantaranya berguling (guling depan dan belakang), baling-baling, kesetimbangan, sikap lilin, kayang, *handstand*, dan *headstand*. Namun hampir semua anak tidak mengetahui gerakan senam lantai tersebut kecuali berguling dan baling-baling. Dalam gerakan berguling (guling depan dan guling belakang) anak lebih menguasai gerakan guling depan dan hanya beberapa yang mampu menguasai gerakan guling belakang. Hal ini terbukti ketika mengambil data awal bahwa 27 siswa kelas 5 SDN 1 Cikalang hanya 10 siswa saja yang mampu melakukan gerakan guling belakang dengan benar.

Berdasarkan fakta tersebut selaras dengan sebuah peribahasa “tak kenal maka tak sayang”, anak masih awam pada gerakan senam, sehingga anak canggung dan takut untuk melakukan guling belakang. Selain itu pembelajaran yang masih konvensional (tradisional), guru hanya menjelaskan materi guling belakang lalu guru mencontohkan, kemudian menugaskan anak untuk melakukan gerakan yang telah dicontohkan gurunya tanpa menggunakan variasi pembelajaran, sehingga anak jenuh dan merasa masih takut menjadi salah satu penyebab tidak berhasilnya sebuah pembelajaran senam yang cukup kompleks dan rumit bagi usia anak SD, termasuk kurangnya evaluasi pembelajaran, padahal dengan adanya evaluasi dapat menjadi pertimbangan dan acuan untuk pembelajaran selanjutnya.

Banyak metode dan model pembelajaran yang bisa digunakan oleh seorang guru dalam kegiatan belajar mengajar. Namun umumnya guru belum menerapkan metode dan model tersebut. Dengan memaksimalkan model dan metode pembelajaran secara maksimal akan lebih mengefektifkan pembelajaran, pembelajaran lebih bervariasi sehingga anak tidak jenuh, yang akhirnya tujuan pembelajaran akan dapat dicapai. Oleh sebab itu, peneliti menyusun sebuah penelitian tentang guling belakang, karena berguling merupakan gerak dasar yang harus siswa kuasai, namun banyak anak yang belum mampu menguasai rangkaian gerakan tersebut. Disamping pembelajaran yang tidak lagi konvensional, juga akan menggunakan metode pembelajaran *TGT (Team Games Tournament)*, karena metode ini menerapkan prinsip pembelajaran secara berkelompok, dilombakan, dan adanya penghargaan. Dibanding metode yang lainnya metode pembelajaran *TGT* lebih sederhana, lebih mudah dan lebih memotivasi siswa karena siswa tertantang dengan adanya permainan berkelompok. Hal ini telah dikemukakan oleh Safari bahwa “*TGT* memiliki banyak kesamaan dinamika dengan *STAD*, tetapi menambahkan dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan” (Safari, 2014, hlm.35).

Anak lebih leluasa ketika belajar bersama teman dan termotivasi saat dilombakan dan adanya suatu penghargaan atau hadiah, apalagi saat pembelajaran banyak unsur kegembiraan yang dirasakan oleh anak sehingga beban akan berkurang bahkan hilang. Setiap bentuk permainan akan dilakukan pada dengan variasi permainan yang berbeda disetiap siklusnya. Tujuan Pendidikan Jasmani akan tercapai dan terbentuk perubahan perilaku yang lebih positif pada anak, sehingga anak akan mampu melanjutkan tugas gerak yang lebih kompleks dan optimal, juga adanya perubahan positif dari segi sikap terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain.

B. Rumusan dan Pemecahan Masalah

1) Rumusan Masalah

Beberapa rumusan masalah dan pemecahan yang akan dilakukan dalam penelitian ini diantaranya:

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon?
- b. Bagaimana kinerja guru di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon?
- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam melakukan gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon ?
- d. Bagaimana hasil pembelajaran gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon?

2.) Pemecahan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul, penulis mengajukan pemecahan masalah yaitu pembelajaran guling belakang menggunakan metode *TGT*. Bentuk pembelajarannya yaitu berupa turnamen mingguan, dalam bentuk permainan berkelompok.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk memaparkan perencanaan pembelajaran gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon.
2. Untuk mendeskripsikan kinerja guru di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon.
3. Untuk mendeskripsikan aktivitas siswa dalam melakukan gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon.
4. Untuk memaparkan hasil belajar gerak dasar guling belakang pada senam lantai di SDN 1 Cikalahang, Kecamatan Dukupuntang, Kabupaten Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan agar memberikan manfaat bagi siswa, guru, dan peneliti lain.

1.) Bagi Siswa

- a. Meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar guling belakang.
- b. Siswa lebih terampil dalam melakukan gerak dasar guling belakang.
- c. Siswa dapat memahami materi guling belakang yang telah diajarkan.
- d. Siswa lebih berani melakukan gerakan guling belakang.
- e. Siswa dapat meningkatkan kerjasama.
- f. Siswa dapat meningkatkan disiplin.
- g. Siswa dapat meningkatkan keberanian.

2.) Bagi Guru

Sebagai perbandingan dan referensi metode pembelajaran senam lantai, karena setiap sekolah berbeda kondisi namun pembelajaran guling belakang pada senam lantai memiliki masalah yang hampir sama, hanya berbeda dari segi jumlah siswa, fasilitas pembelajaran, karakter siswa, dan waktu pelaksanaan.

3.) Bagi Peneliti Lain

Sebagai referensi dan perbandingan ketika akan meneliti dan menyusun karya tulis penelitian tindakan kelas yang membahas tentang guling belakang pada senam lantai.

E. Batasan Istilah

Untuk menghindari salah penafsiran terhadap istilah-istilah penelitian ini, maka perlu adanya batasan atas beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Batasan istilah yang digunakan adalah sebagai berikut :

- a. Menurut SISDIKNAS, (2003 dalam skripsi Riyadi, 2015, hlm.9) meningkatkan adalah suatu proses perubahan yang terjadi pada diri dari hasil belajar atau latihan.
- b. Menurut Mardiana (2009, hlm. 3.15) “Dalam senam yang dimaksud gerak dasar adalah landasan pengembangan keterampilan yang lebih kompleks sebagai prasyarat gerakan dari mulai yang sederhana sebagai pendukung”.

c. Guling ke belakang (Backward Roll)

John (2008, hlm.12) mengemukakan mengenai guling belakang, bahwa

Gerakan guling belakang dimulai dengan sikap jongkok, telapak tangan menghadap ke atas, jari menunjuk ke belakang, ibu jari tangan menyentuh kepala di atas telinga. Sentuhkan dagu ke dada, gerakan pinggul ke belakang, untuk mulai berguling. Pada saat berguling ke belakang, jaga agar badan tetap tertekuk, dengan kedua tangan menekan ke matras. Usahakanlah lutut menyentuh matras dan akhirilah sikap guling ke belakang ini dengan sikap jongkok.

d. Pembelajaran

Menurut Gane, (1970 dalam Supandi, 1992:5 dalam skripsi Eldy Novialdi Tanjung, 2011, hlm:11) pembelajaran adalah kegiatan menyusun dan menyajikan belajar yang layak dan bersifat eksternal bagi seluruh siswa.

e. *TGT*

Safari (2014, hlm.35) mengemukakan mengenai pembelajaran kooperatif penjas tipe *TGT*, yaitu

Team games tournament, pada mulanya dikembangkan oleh David DeVries dan Keith Edwards, merupakan metode pembelajaran pertama dari Johns Hopkins. Metode ini menggunakan pelajaran yang sama yang disampaikan guru dan tim kerja yang sama seperti dalam *STAD*, tetapi menggantikan tugas gerak dengan turnamen mingguan, dimana siswa memainkan game dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya. Siswa memainkan game ini bersama tiga orang pada 'lapang-turnamen', dimana ketiga peserta dalam satu lapangan turnamen adalah para siswa yang memiliki rekor nilai penjas terakhir yang sama. Sebuah prosedur 'menggeser kedudukan' cukup adil bagi permainan. Tim dengan tingkat kinerja tertinggi mendapatkan sertifikat atau bentuk penghargaan tim lain.

F. Struktur Organisasi Skripsi

1.) Judul

Meningkatkan Gerak Dasar Guling Belakang Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Metode Pembelajaran *TGT* (Team Games Tournament) Pada Siswa Kelas V SDN 1 Cikalahang Kecamatan Dukupuntang Kabupaten Cirebon

2.) BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Masalah
- B. Rumusan dan Pemecahan Masalah
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat Penelitian
- E. Batasan Istilah

3.) BAB II KAJIAN PUSTAKA**A. Kajian Teoritis**

- 1. Pendidikan Jasmani
 - a. Hakikat Pendidikan Jasmani
 - b. Fungsi Pendidikan Jasmani
 - c. Tujuan Pembelajaran Penjas di SD
- 2. Karakteristik Perkembangan Fisik dan Motorik Anak Usia SD
 - a. Perkembangan Fisik Anak Usia SD
 - b. Perkembangan Motorik Anak Usia SD
- 3. Senam Dasar
- 4. Pembelajaran Guling Belakang
- 5. Pembelajaran Kooperatif
- 6. *TGT (Team Games Tournament)*

B. Kajian Praktis**C. Hipotesis****4.) BAB III METODE PENELITIAN**

- a. Lokasi dan Waktu Penelitian
- b. Subjek Penelitian
- c. Metode Penelitian dan Desain Penelitian
- d. Prosedur Penelitian
- e. Instrumen Penelitian
- f. Teknik Pengumpulan Data Dan Analisis Data
- g. Validasi Data

5.) BAB IV PEMBAHASAN

Paparan Data Awal

Paparan Data Tindakan

Paparan Data Siklus I
Paparan Data Perencanaan Kinerja Guru
Paparan Data Pelaksanaan Aktivitas Siswa
Paparan Data Hasil
Analisis dan Refleksi
Paparan Data Siklus II
Paparan Data Perencanaan
Paparan Data Pelaksanaan Kinerja Guru
Paparan Data Pelaksanaan Aktivitas Siswa
Paparan Data Hasil
Analisis dan Refleksi
Paparan Data Awal
Paparan Data Tindakan
Paparan Data Siklus III
Paparan Data Perencanaan Kinerja Guru
Paparan Data Pelaksanaan Aktivitas Siswa
Paparan Data Hasil
Analisis dan Refleksi
Pembahasan

6.) BAB V SIMPULAN DAN SARAN

- A. Simpulan
- B. Saran