

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia. Melalui pendidikan maka akan diperoleh pengetahuan, pembentukan sikap dan keterampilan. Di dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, disebutkan bahwa :

Pendidikan adalah usaha sadar dan berencana 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.

Pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana menunjukkan bahwa pendidikan merupakan sebuah proses yang disengaja dan dipikirkan secara matang, oleh karena itu pendidikan harus disadari dan direncanakan, baik dalam tataran nasional (makroskopik), regional/provinsi dan kabupaten kota (mesoskopik), institusional/sekolah (mikroskopik) maupun operasional (proses pembelajaran oleh guru). Mengacu kepada tujuan pendidikan nasional seperti yang telah dijelaskan dalam pasal 4 Undang-Undang No.2 Tahun 1989 sebagai berikut :

Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap, dan mandiri serta tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Untuk mencapai tujuan pendidikan tersebut, pemerintah perlu mengupayakan peningkatan kualitas yang terkait dengan proses pendidikan, terutama dalam pendidikan formal atau pendidikan di lingkungan sekolah.

Salah satu pendidikan yang ada dalam lingkungan sekolah adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan salah satu

mata pelajaran yang diberikan di sekolah-sekolah. Pendidikan jasmani di sekolah mempunyai peran unik dibandingkan dengan bidang studi lain karena melalui pendidikan jasmani selain dapat digunakan untuk pengembangan aspek fisik dan psikomotor juga dapat berperan dalam pengembangan aspek kognitif dan afektif secara serasi dan seimbang. Menurut Abduljabar (2008, hlm. 27)

”Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan penampilan manusia melalui media aktivitas jasmani yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Pendidikan jasmani mempunyai peran yang penting untuk mencapai tujuan pendidikan karena dalam pendidikan jasmani terdapat beberapa unsur penting dalam kehidupan seperti saling menghargai sesama teman, bekerjasama dalam kehidupan sehari-hari.

Dari uraian tersebut di atas jelas pendidikan jasmani dan kesehatan memiliki peran yang sangat penting bahwa pendidikan jasmani memiliki nilai-nilai yang positif untuk pertumbuhan dan perkembangan anak yang hakekatnya untuk membina dan meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan keterampilan kesehatan. Selama ini dalam proses pengajaran pendidikan jasmani di sekolah masih menekankan pengajaran hanya pada penguasaan keterampilan atau teknik dasar suatu cabang olahraga.

Hasil belajar pendidikan jasmani selalu dikaitkan dengan keterampilan cabang olahraga, hal itu tidak sejalan dengan tujuan kurikulum. Kenyataan di lapangan menunjukkan kemampuan guru untuk menggunakan alat bantu pembelajaran sangat minim, kebanyakan guru hanya memakai alat bantu yang standar sesuai dengan jenis olahraga yang dipilih untuk pelaksanaan pembelajaran.

Materi pembelajaran pendidikan jasmani dalam kurikulum pembelajaran di sekolah yang harus diikuti oleh siswa antara lain adalah mata pelajaran atletik, renang, senam, kebugaran jasmani, kesehatan dan olahraga permainan. Senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mendapat penekanan di dalam program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian

tubuh. Di samping itu senam juga menyumbang besar pada perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktivitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal mengatur tubuh secara efektif dan efisien.

Mahendra (2012, hlm. 7) “Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris yaitu *gymnastic*, atau dalam bahasa Belanda *gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan dari bahasa Yunani, *gymnos*, yang berarti telanjang”. Sedangkan Hidayat (dalam Mahendra, 2012, hlm 7) “kata *gymnastiek* tersebut dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keleluasaan gerak sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang”. Olahraga senam dapat dilakukan menggunakan alat, perkakas, atau tanpa alat, selain itu juga dapat dilakukan secara individu, kelompok maupun secara massal. Sebagaimana diketahui FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*) yang dikutip Mahendra (2012, hlm 11) membagi senam menjadi 6 kelompok, yaitu:

- a. Senam artistik (*artistic gymnastics*)
- b. Senam ritmik sportif (*acrobatic rhythmic gymnastic*)
- c. Senam akrobatik (*acrobatic gymnastic*)
- d. Senam aerobik sport (*sport aerobic*)
- e. Senam trampoline (*trampolinning*)
- f. Senam umum (*general gymnastic*)

Berkaitan dengan materi pelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar, senam yang dimaksud adalah senam artistik. Senam artistik ditandai oleh gerakan-gerakan berjenis tumbling dan akrobatik. Gerakan berjenis tumbling diantaranya meroda atau baling-baling. Menurut Mahendra (2012, hlm 228) “Baling-baling (*cartwheel*) adalah gerakan yang berporos anterior-posterior. Gerakan ini biasanya sangat disukai oleh anak-anak terutama untuk mereka yang sebelumnya sudah melakukannya sendiri di lapangan rumput dengan teknik seadanya. Keberhasilan gerakan meroda ditentukan oleh kemampuan bertumpu dan kelentukan otot-otot samping tubuh dan sendi panggul”. Baling-baling atau meroda merupakan gerak dinamis yang berkelanjutan yang memindahkan berat badan dari “kaki-tangan-tangan-kaki-kaki”. Gerakan berlangsung ke depan dalam garis lurus, yang

bergerak secara horizontal ketika setiap bagian tubuh ditumpukan ke lantai. Fokus pandangan selama baling-baling sama seperti pada gerakan handstand posisi tangan di lantai sangat menentukan.

Senam lantai merupakan salah satu dari mata pelajaran yang harus dipelajari oleh siswa di sekolah. Dalam materi senam lantai, gerakan yang dilakukan cukup sulit dan memiliki resiko cedera yang cukup berat. Maka dalam pembelajaran senam lantai, guru harus lebih memperhatikan kondisi siswa, sarana dan prasarana secara lebih detail. Ini dimaksudkan untuk memperkecil resiko cedera. Pembelajaran senam lantai di sekolah merupakan kegiatan senam kependidikan. Mahendra (2012, hlm 16) mengatakan bahwa:

Senam kependidikan adalah istilah yang diterapkan pada kegiatan pembelajaran senam yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan kependidikan. Hal ini mengisyaratkan bahwa yang paling dipentingkan dari kegiatan tersebut adalah anaknya sendiri, bukan kegiatan atau keterampilan gerakanya. Senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah perkembangan anak melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam.

Dalam senam kependidikan, anak belajar pada tingkatannya masing-masing, untuk mengembangkan pengertian dan keterampilan dalam menerapkan konsep-konsep gerak, namun karena kurangnya pemahaman serta pengetahuan tentang didaktik dan metodik yang semakin berkembang dalam pembelajaran pendidikan jasmani membuat proses pembelajaran kurang efektif, di antaranya dalam proses mengajar pembelajaran senam lantai banyak siswa yang tidak mampu dan takut. Berkaitan dengan hal tersebut penyediaan sarana dan prasarana pembelajaran adalah penting dalam pencapaian tujuan belajar pendidikan jasmani siswa di sekolah. Dalam hal ini, penyediaan sarana atau alat bantu di sekolah pada proses pembelajaran senam. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani harus dapat merubah situasi pembelajaran agar siswa merasa nyaman dan tidak cemas dalam proses belajar mengajar senam lantai, guru harus mampu menciptakan gerak yang mudah dalam melakukan senam lantai, agar semua siswa bisa senang dan gembira saat pembelajaran senam lantai.

Alat bantu merupakan alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini sering disebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran. Menurut Bahagia (2010, hlm 17) “peralatan (apparatus), ialah sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan oleh siswa untuk melakukan kegiatan/aktivitas di atasnya, di bawahnya, di dalam/di antaranya yang relatif mudah untuk dipindah-pindahkan”. Alat bantu pembelajaran merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari sebuah proses pembelajaran. Alat bantu dapat mempermudah tercapainya sebuah tujuan pembelajaran seperti yang tercantum dalam kurikulum.

Berdasarkan pengamatan penulis ketika melakukan Program Pengalaman Lapangan (PPL) di SD Negeri Cisitu 1 Bandung. Ditemukan bahwa ketika pembelajaran senam lantai kelas 5, siswa kesulitan untuk melakukan gerakan meroda dan mereka enggan melakukannya karena pada saat pembelajaran senam berlangsung tidak ada satupun alat bantu yang digunakan. Hal tersebut membuat monoton dan membuat siswa menjadi jenuh atau tidak menarik yang dapat menyebabkan tidak efektifnya proses pembelajaran yang dilaksanakan. Pembelajaran pendidikan jasmani tanpa menggunakan alat bantu membuat siswa sulit untuk meningkatkan kemampuan gerakannya, oleh sebab itu diperlukan sebuah alat bantu dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk membantu siswa mengatasi masalah tugas gerak yang dipelajarinya.

Dari hal tersebut untuk mempermudah tugas guru dan memotivasi siswa yang belum menguasai gerakan meroda pada pembelajaran senam lantai agar kemampuan gerak meroda siswa menjadi lebih baik, maka diperlukan sebuah alat bantu pembelajaran yang sesuai agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Alat bantu bermanfaat untuk menimbulkan minat siswa, mencapai sasaran yang lebih baik, membantu mengatasi hambatan bahasa, merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan, membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih baik dan cepat, merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penyampaian bahan

pendidikan/informasi oleh para pendidik pelaku pendidikan, mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan.

Alat bantu yang digunakan harus memperhatikan aspek-aspek keselamatan dan tentunya agar memudahkan siswa untuk memecahkan masalah geraknya. Salah satu alat bantu yang dianggap penulis sesuai dengan pernyataan di atas adalah karet. Alat bantu karet digunakan karena memiliki sikap yang lentur dan tidak membahayakan peserta didik. Maka dari itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Penggunaan Alat Bantu Karet Untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Meroda Pada Pembelajaran Senam Lantai?”. Dengan meneliti hal tersebut diharapkan dapat berdampak positif bagi pendidikan jasmani sehingga tercapainya sebuah tujuan pembelajaran sesuai yang tercantum dalam kurikulum.

## **B. Identifikasi Masalah Penelitian**

Pembelajaran senam lantai merupakan salah satu mata pelajaran yang harus dipelajari siswa di sekolah. Dalam materi senam lantai, gerakan yang dilakukan cukup sulit dan memiliki resiko cedera yang cukup berat. Salah satu materi dalam pembelajaran senam lantai yaitu gerak meroda. Meroda merupakan gerak dinamis yang berkelanjutan yang memindahkan berat badan dari kaki-tangan-tangan-kaki-kaki.

Berdasarkan pengalaman serta pengamatan yang peneliti lihat di lapangan pada saat mengikuti kegiatan PPL di SDN Cisu 1 Bandung, ada permasalahan yang muncul saat kegiatan belajar mengajar senam lantai khususnya gerak meroda, yaitu kurangnya alat bantu pembelajaran. Alat bantu yang digunakan harus memperhatikan faktor keselamatan dan kenyamanan siswa. Disini peneliti akan meneliti dengan menggunakan alat bantu karet. Karet digunakan karena memiliki sifat yang lentur sehingga tidak membahayakan siswa. Dengan demikian, alat bantu karet diharapkan dapat meningkatkan kemampuan gerak meroda dalam pembelajaran senam lantai.

## **C. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan latar belakang, maka perumusan masalah yang akan ditelusuri dalam penelitian ini adalah “Apakah penggunaan alat bantu karet dapat meningkatkan kemampuan gerak meroda dalam pembelajaran senam lantai?”.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian dan rumusan masalah penelitian, maka tujuan dalam penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah penggunaan alat bantu karet dapat meningkatkan kemampuan gerak meroda dalam pembelajaran senam lantai”.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Dalam penyusunan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca umumnya dan bagi peneliti khususnya. Kegunaan penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut :

##### **1. Secara Teoritik**

Bagi guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini untuk menyempurnakan pelaksanaan pengajaran senam lantai di sekolah. Penelitian tindakan kelas ini berguna untuk menyajikan salah satu alternatif yang baik bagi upaya mengatasi masalah yang dihadapi siswa berkenaan dengan penguasaan keterampilan senam lantai.

##### **2. Secara Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dan kontribusi berarti bagi semua pihak terutama yang berkecimpung dalam dunia pendidikan.

#### **F. Struktur Organisasi Penulisan**

Gambaran singkat mengenai seluruh bagian sistematika penulisan skripsi sebagai berikut:

1. Bagian awal, berisi: judul skripsi, lembar pengesahan, lembar pernyataan keaslian skripsi dan bebas plagiatisme motto dan persembahan, ucapan terima kasih, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar table, dan daftar gambar.
2. Penyusunan skripsi ini terdiri dari lima bab. Adapun uraian mengenai isi dan penulisan dari setiap babnya adalah sebagai berikut:
  - a. Dalam BAB I Pendahuluan berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan awal dari penyusunan skripsi ini. Bab ini tersusun atas latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.
  - b. Selanjutnya BAB II mengenai kajian pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis tindakan. Bab ini berfungsi untuk landasan teoritis dalam menyusun pertanyaan penelitian dan tujuan.
  - c. Kemudian BAB III Metode penelitian, berupa penjabaran secara rinci mengenai metode penelitian, termasuk beberapa komponen seperti lokasi dan subjek populasi atau sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik yang digunakan untuk menganalisis yang didapat.
  - d. Selanjutnya BAB IV hasil penelitian dan pembahasan berisi tentang dua hal utama, yaitu pengolahan dan analisis data (untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian, dan pembahasan atau analisis temuan. Untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian) serta pembahasan atau analisis temuan (untuk mendiskusikan hasil temuan yang dikaitkan dengan dasar teoritis yang telah dibahas dalam BAB II).
  - e. Terakhir BAB V Kesimpulan dan Saran. Bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian. Kemudian saran atau rekomendasi yang ditulis, ditujukan kepada para pembuat kebijakan, kepada para pengguna hasil penelitian, kepada peneliti berikutnya yang berminat untuk melakukan penelitian selanjutnya, dan



kepada pemecahan masalah di lapangan atau dikembangkan dari hasil penelitian.

3. Bagian akhir skripsi berisi daftar pustaka, dan lampiran-lampiran yang memuat tentang deskripsi mengenai perencanaan, pelaksanaan, hingga pelaporan penelitian.