

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada hakikatnya pada proses pendidikan dalam lingkup belajar mengajar merupakan sebuah sistem yang didalamnya memiliki berbagai komponen yang saling bekerja sama untuk mencapai tujuan pembelajaran salah satunya pembelajaran pendidikan jasmani. Komponen-komponen yang terlibat didalamnya yaitu tujuan pengajaran, guru dan peserta didik, bahan pelajaran, metode dan strategi belajar mengajar, alat atau media, sumber pelajaran dan evaluasi. Komponen tersebut seluruhnya terdapat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Pembelajaran pendidikan jasmani juga mengikuti kemajuan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) yang mana mampu memberikan manfaat yang positif untuk ketercapaian tujuan pendidikan. Menurut Sadiman 1993 (Nugraha 2014: 1) mendefinisikan proses belajar mengajar, yaitu:

Proses belajar mengajar pada hakikatnya adalah proses komunikasi. Proses komunikasi yaitu proses menyampaikan pesan dari sumber pesan melalui saluran atau media tertentu kepada penerima pesan, pesan-pesan tersebut berupa isi ajaran dan didikan yang ada di kurikulum dituangkan oleh guru atau sumber lain kedalam simbol-simbol komunikasi visual maupun verbal.

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian dari proses pendidikan yang mengembangkan psikomotorik, konseptual dan lain sebagainya. Melalui pendidikan jasmani juga dapat diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan dalam memanfaatkan waktu senggang dengan hal positif baik untuk kesehatan ataupun kebugaran tubuhnya dan berkembang secara sosial. Menurut Mahendra (2012: 21) menjelaskan “pendidikan jasmani”, sebagai berikut:

Implikasinya diharapkan dalam waktu jangka pendek, paling tidak pendidikan jasmani diarahkan agar siswa memiliki kebugaran jasmani, kesenangan melalui aktivitas fisik dan olahraga (gaya hidup yang aktif dan sehat). Memiliki prestasi olahraga yang sesuai dengan tahapannya, dan memperoleh nilai-nilai pendidikan yang diperlukan bagi anak itu untuk bekal kehidupan sekarang maupun dimasa yang akan datang.

Kemudian Mujahir (2013: 101) menyatakan bahwa:

Pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan penalaran, serta pembiasaan hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan fisik dan psikis yang seimbang. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan lebih di kembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih inovatif terampil, kreatif, dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Berdasarkan jenis materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikelompokkan menjadi dua yaitu : materi pokok dan materi pilihan. Materi pokok merupakan materi yang wajib diberikan kepada siswa yang mencakup atletik, senam dan permainan. Sedangkan materi pilihan merupakan materi yang dapat dipilih dengan kemampuan dan situasi serta kondisi sekolah masing-masing. Hal tersebut sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar yang terdapat pada silabus penjasorkes kelas V semester 2 di Sekolah dasar.

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Dikatakan senam lantai karena seluruh keterampilan gerakan dilakukan pada lantai yang beralaskan matras tanpa melibatkan alat lainnya. Luas lantai yang digunakan dalam kejuaraan senam adalah 12 x 12 meter persegi dengan tambahan 1 meter disetiap sisinya sebagai pengaman. Olahraga senam lantai adalah salah satu cabang olahraga yang mengandalkan aktivitas seluruh anggota badan, baik untuk olahraga sendiri maupun untuk cabang olahraga lain. Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, kelincahan, dan ketepatan.

Senam lantai merupakan cabang olahraga yang kurang begitu populer di masyarakat, sehingga kurang diminati pula oleh anak-anak sekolah dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah. Gerakan dalam senam lantai membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh serta teknik yang benar, di samping itu olahraga ini sangat membosankan bagi anak sekolah khususnya SD karena anak usia Sekolah Dasar sangat menyukai olahraga yang mengandung permainan dibanding senam lantai. Pembelajaran senam lantai yang diberikan di sekolah dasar atau anak usia dini contohnya adalah guling depan (*forwar roll*), guling belakang (*backward roll*), split, hanstands, balance, dan meroda. Berdiri dengan kepala (*kopstand*), sikap lilin, kayang, guling lenting, berdiri dengan kedua telapak tangan dan berbagai bentuk keseimbangan lainnya. Dalam hal ini peneliti ingin mengambil satu pokok bahasan penelitian yaitu Guling depan (*Forward roll*). Dimana materi guling depan ini dipelajari oleh anak siswa kelas V.

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan pada 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. Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *Gymnastis*, atau Belanda *Gymnastiek*. Kata *gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani, *gymnos* yang berarti telanjang. Berkaitan dengan senam, Margono (2011:19) bahwa: “Senam ialah latihan tubuh yang dipilih dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis”.

Salah satu yang diajarkan di sekolah dasar yaitu senam lantai. Senam lantai adalah senam yang dilakukan di atas matras, contoh gerakannya seperti mengguling , melompat, meloncat dan lain- lain. Guling depan merupakan bagian

Desy Pratiwi Nurjanah, 2016

PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP KETERAMPILAN GULING DEPAN DALAM PEMBELAJARAN SENAM

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

dari senam lantai karena dilakukan di atas matras. Senam lantai merupakan bagian dari pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya materi senam lantai, siswa sudah tidak asing melakukan gerakan guling depan hanya saja gerakan dirasa sulit oleh siswa karena kurangnya percaya diri ataupun rasa ketakutan yang begitu besar untuk melakukan gerakan guling depan.

Menurut Mutaqin 2012: 26) menjelaskan bahwa: “Gerak berguling yang halus dengan menggunakan tubuh yang berbeda dengan kontak dengan lantai, dimulai dari kedua kaki, kedua tangan, ke tengkuk, lalu ke bah, ke punggung, ke pinggang, dan pantat sebelum akhirnya ke kaki kembali.”

Dari pengertian di atas menjelaskan bahwa gerakan guling depan merupakan gerakan yang dilakukan di atas matras dengan diawali dari kedua kaki, ke tangan, ke bahu, ke punggung, pantat dan selanjutnya ke kaki. Jika gerakan guling depan diberikan dengan cara yang benar tentunya akan mengembangkan orientasi ruang gerak pada diri anak.

Minimnya fasilitas dan perlengkapan pendidikan jasmani yang dimiliki setiap sekolah, sehingga materi ajar yang terdapat dalam kurikulum sering kali tidak diberikan pada siswa karena keterbatasan sarana dan prasarana. Suatu tuntutan guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memperdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada sesuai dengan kondisi setiap sekolah tanpa menghilangkan tujuan pembelajaran. Tidak sedikit siswa yang merasa gagal atau kurang menyukai materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru karena kemampuan guru dalam menyampaikan materi yang diberikan, baik dalam penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang digunakan dalam penyajian materi, mengoptimalkan lingkungan pembelajaran maupun mengevaluasi hasil pembelajaran. Guru yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru atau menggunakan pemanfaatan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi tersebut berupa media yang sudah ada untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik seperti penggunaan media audio visual, sehingga anak merasa senang dan antusias mengikuti pembelajaran yang

Desy Pratiwi Nurjanah, 2016

PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP KETERAMPILAN GULING DEPAN DALAM PEMBELAJARAN SENAM

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

diberikan. Tentunya media audio visual diharapkan dapat membantu atau sebagai alat untuk mempermudah proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi ajar senam (guling depan).

Pada aspek psikomotorik, keterampilan sangat menonjol. Seseorang dalam bergerak atau beraktivitas beranekaragam kemampuan gerakannya baik gerakannya halus ataupun kasar, benar ataupun tidak, dan terampil ataupun tidak itu tergantung pada kemampuan setiap orang sehingga kita sebagai pendidik dituntut untuk membekali setiap individu siswanya agar kaya akan gerak. Proses belajar mengajar pada siswa sekolah dasar guru harus memiliki cara khusus tersendiri sehingga dalam proses pembelajaran siswa tidak bosan atau menyenangkan, menarik perhatian siswa agar antusias dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga berjalan dengan baik dan pembelajaran yang diberikan oleh guru dapat meningkatkan keterampilan guling depan tersebut dapat tercapai.

Pembelajaran yang seharusnya diberikan bahkan dikuasai pada siswa sekolah dasar yaitu guling depan sering kali tidak diajarkan atau hanya sekedar mengetahui dikarenakan aktivitas tersebut membutuhkan sarana dan prasarana yang memang seharusnya terjamin, agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diinginkan. Bahkan untuk memodifikasinya tidak dilakukan secara praktis atau instan karena guling depan termasuk gerakan yang sedikit berbahaya jika dilakukan dengan sembarangan tanpa pengawasan guru pada siswa sekolah dasar.

Pada pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, khususnya materi roll kedepan sebagai salah satu materi yang diajarkan di sekolah, sangat dibutuhkan kemampuan guru dalam mendesain model pembelajaran yang sederhana. Apabila kurang kreatif dan kurang inovatif dalam pembelajaran roll kedepan, maka peserta didik akan cepat merasa bosan atau jenuh dan lelah, sehingga tujuan pembelajaran yang diinginkan tidak akan tercapai dengan baik.

Dari hasil pengamatan awal yang penulis lakukan di Kelas V Sekolah Dasar Negeri Babakan Priangan 2 Bandung, siswa merasa kesulitan dalam melakukan pergerakan yang harus dilakukan dalam pembelajaran senam lantai roll depan,

Desy Pratiwi Nurjanah, 2016

PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP KETERAMPILAN GULING DEPAN DALAM PEMBELAJARAN SENAM

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

akibatnya siswa tidak dapat memahami dan melakukan gerakan roll depan di karenakan rasa takut atau gerakan yang sering salah ketika melakukan roll depan yang berakibat membahayakan bagi dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil observasi dengan guru olahraga proses pembelajaran senam lantai guling depan di Kelas V Sekolah Dasar Negeri Babakan Priangan 2 Bandung sudah berjalan, tetapi belum menunjukkan hasil yang maksimal. Dimana ketuntasan belajar siswa untuk pembelajaran senam guling depan belum mencapai rata-rata 75% secara keseluruhan. Ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian ini berawal dari ketidakpuasan peneliti beserta guru penjas.

Saat peneliti mengamati proses pembelajaran terlihat kesalahan siswa terletak pada sikap awal, awalan, saat berguling, hingga pendaratan. kesalahan diantaranya adalah terletak pada posisi dagu, posisi lutut, saat berguling lutut tidak dekat dengan dada, sikap tangan saat tumpuan serta sikap saat berguling. Selain itu, siswa kurang termotivasi untuk melakukan guling depan untuk kedua kalinya manakala pada kesempatan pertama gagal. Tidak semua siswa yang bisa menguasai gerakan guling depan dengan baik dan benar. Selain itu siswa juga merasa takut untuk melakukan gerakan ini. Mereka merasa gerakan ini sangat membahayakan bahkan bisa menyebabkan cedera. Disamping itu sistem pembelajaran yang kurang menarik, siswa sulit untuk memahami penjelasan yang diberikan oleh guru.

Masih kurangnya tingkat keterampilan siswa dalam melakukan gerakan guling depan dan kurangnya motivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, hal tersebut mempengaruhi nilai hasil belajar siswa dan tingkat keberhasilan yang ingin di capai oleh guru penjas sekolah tersebut tidak tercapai. Adapun beberapa indikator yang menyebabkan tidak berhasilnya proses pembelajaran senam lantai di Sekolah Dasar Negeri Babakan Priangan 2 Bandung antara lain (1). Media dan metode pengajaran yang masih bersifat tradisional, (2). Tugas gerak yang dilakukan siswa tidaklah maksimal, (3). Pemberian materi yang dirasakan siswa terkesan membosankan.

Untuk mengatasi masalah tersebut di atas, penulisan memiliki suatu gagasan dalam penyampaian materi roll kedepan melalui penyajian secara audio visual, sehingga peserta didik dapat melakukan gerakan roll kedepan dengan baik dan benar. Menurut Anderson 1994 (Nugraha 2014: 1) menjelaskan media audio visual, yaitu:

Media Video merupakan rangkaian gambar elektronis yang disertai oleh unsur suara. Audio juga mempunyai unsur gambar yang dituangkan melalui pita video (*video tape*). Rangkaian gambar elektronis tersebut kemudian diputar dengan suatu alat yaitu *video cassette recorder* atau *video player*.

Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian Majdi Bouazizi, Fairouz Azaiez And Driss Boudhiba dengan judul *Effects of Learning by Video Modeling on Gymnastic Performances among Tunisian Students in the Second Year of Secondary Level* (2014) menunjukkan bahwa: *“The experimental group was subjected to a cycle of video modeling with explanations and verbal representations of gymnastic skills combined with sessions of physical education gymnastics, while the second group was practiced gymnastics with the usual conditions in the physical education sessions. Measures of performances were taken before and after the experiment. These results demonstrate the effectiveness of learning by video modeling procedures for the acquisition and improvement of gymnastic skills for students. In addition, the progression of gymnastic performance of girls is more important than boys after receiving the learning by video modeling”*.

Hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa: “Kelompok eksperimen menjadi sasaran siklus pemodelan video dengan penjelasan dan representasi verbal keterampilan senam yang dikombinasikan dengan sesi senam pendidikan jasmani, sementara kelompok kedua dipraktekkan senam dengan kondisi yang biasa di sesi pendidikan jasmani. Langkah-langkah dari pertunjukan diambil sebelum dan sesudah percobaan. Hasil ini menunjukkan efektivitas belajar dengan prosedur pemodelan video untuk akuisisi dan peningkatan keterampilan senam bagi siswa. Selain itu, perkembangan kinerja senam gadis lebih penting daripada anak laki-laki setelah menerima pembelajaran dengan model video.

Kemudian hasil Oni Jonansah, 2015 tentang Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Roll Ke Depan Dalam Senam Lantai Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas VIII Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 55 Palembang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siklus II diperoleh hasil sebanyak 37 siswa (87,7%) yang mencapai nilai KKM ini berarti ada peningkatan sebanyak 9 siswa yang telah memenuhi standar KKM yang disyaratkan sebesar 75% dari jumlah keseluruhan siswa.

Selanjutnya Luluk Indah Nurwahyuni 2015 tentang Penerapan Media Audiovisual Dalam Gerak Senam Lantai (Meroda, Forward Roll, Hand Stand) Terhadap Hasil Belajar Siswa. Dari hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan bahwa media pembelajaran audio visual dapat membedakan hasil belajar siswa pada gerak senam lantai Forward Roll, hand Stand dan Carthwell pada tahap pre test dan pos test karena pada data statistik terdapat perbedaan nilai minimal pada pre test sebesar 50 dan pada pos test sebesar 55 sedangkan nilai maksimal pada pre test sebesar 73 dan pada pos test sebesar 98.

Sudah barang tentu apabila kita menggunakan media ini akan semakin lengkap dan optimal penyajian bahan ajar kepada peserta didik. Selain dari itu, media ini dalam batas-batas tertentu dapat juga menggantikan peran dan tugas guru. Dalam hal ini, guru tidak selalu berperan sebagai penyaji materi tetapi karena penyajian materi bisa diganti oleh media, maka peran guru bisa beralih menjadi fasilitator belajar yaitu memberikan kemudahan bagi para peserta didik untuk belajar. Contoh dari media audio visual diantaranya program video atau televisi pendidikan, video atau televisi.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian yang melalui penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul: *“Penerapan Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Guling Depan Dalam Pembelajaran Senam”*.

1.2. Identifikasi Masalah

Guling depan merupakan suatu rangkaian gerak yang terdapat dalam materi ajar senam lantai. Sebagian siswa kurang termotivasi untuk melakukan guling depan karena proses pembelajaran yang monoton dan kurangnya rasa percaya diri dalam melakukan. Sehingga guling depan tidak banyak yang menguasai karena berbagai keterbatasan tersebut.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merumuskan permasalahannya sebagai berikut: “ Bagaimana penerapan media audio visual dapat meningkatkan keterampilan guling depan dalam pembelajaran senam?”

1.4. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan tersebut perlu adanya pemecahan masalah, peneliti akan mengungkapkan tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini, sebagai berikut: “Penerapan Media Audio Visual dalam proses pembelajaran senam meningkatkan keterampilan guling depan siswa.”

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1 Secara Teoritis

- a. Dapat digunakan sebagai masukan (bahan pemikiran) keilmuan seperti guru pendidikan jasmani, mahasiswa, dan para pembaca mengenai peningkatan keterampilan guling depan melalui media audio visual.
- b. Informasi dan masukan bagi lembaga pendidikan khususnya FPOK dalam kaitannya penerapan media audio visual terhadap pembelajaran senam lantai kepada siswa.

1.5.2 Secara Praktis

- a. Dapat digunakan sebagai bahan atau referensi dalam penggunaan pendekatan pembelajaran yang sesuai untuk pembelajaran senam lantai (guling depan).

- b. Dapat dijadikan acuan bagi guru pendidikan jasmani untuk mengatasi kesulitan dalam mengajar tahapan- tahapan gerakan guling depan.

1.6. Sistematika Penulisan Skripsi

Gambaran singkat mengenai seluruh sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

1. Bagian awal, berisi: judul skripsi, lembar pengesahan, lembar pernyataan keaslian skripsi dan bebas plagiarisme motto dan persembaha, ucapan terima kasih, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar dan daftar lampiran.

2. Bagian isi skripsi, meliputi:
 - Bab 1 : Pendahuluan, yang berisi tentang latar belakang masalah,identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan garis besar sistematika skripsi.
 - Bab 2 : Landasan Teori, berisi tentang teori mengenai pendidikan jasmani, pembelajaran, Senam (guling depan), dan media audio visual.
 - Bab 3 : Metode dan Prosedur Penelitian, menjelaskan tentang jenis penelitian, rancangan penelitian, lokasi penelitian, subyek penelitian, fokus penelitian, metode pengumpulan data, keabsahan data, dan analisis data.
 - Bab 4 : Hasil Penelitian dan Pembahasan.
 - Bab 5 : Penutup, yang berisi simpulan, implikasi dan rekomendasi.
3. Bagian akhir skripsi berisi daftar pustaka, dan lampiran- lampiran yang memuat tentang deskripsi mengenai perencanaan, pelaksanaan, hingga pelaporan penelitian.