

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penjas atau Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari kurikulum yang terdapat pada lembaga pendidikan, seperti di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas dan Perguruan Tinggi. Artinya pendidikan jasmani sejajar dengan mata pelajaran lainnya yang terdapat di dalam kurikulum. Satu hal yang perlu dipahami, pendidikan jasmani dan olahraga yang dapat secara utuh menyentuh ketiga aspek sehatnya yang dikreterikan oleh WHO, jadi betapa penting peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam pembinaan siswa (Giriwijoyo dkk. 2010, hlm. 86).

Pendidikan jasmani adalah bagian penting dari proses pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang telah dirancang dan disusun secara sistematis. Pendidikan jasmani dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan (Syarifuddin dkk. 1993, hlm. 4). Menurut Mahendra (2015, hlm. 40) “pendidikan jasmani adalah proses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Dari teori di atas sudah jelas bahwa pendidikan jasmani itu merupakan mata pelajaran yang penting diajarkan di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas dan bahkan sampai ke Perguruan Tinggi untuk mencapai tujuan pendidikan.

Dalam lembaga pendidikan, pendidikan jasmani memberikan wahana bagi siswa untuk bergembira, bersenang-senang dan mengekspresikan emosinya yang tidak terdapat di mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam, Ilmu Pengetahuan Sosial, Matematika, dan sebagainya. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan di lembaga pendidikan. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 pasal 37 tentang Sistem Pendidikan Nasional menjelaskan:

“pendidikan dasar dan menengah wajib memuat: a) pendidikan agama, b) pendidikan kewarganegaraan, c) bahasa, d) matematika, e) ilmu pengetahuan

alam, f) ilmu pengetahuan sosial, g) seni dan budaya, h) pendidikan jasmani dan olahraga, i) keterampilan/kejuruan, dan j) muatan lokal".

Ruang lingkup pendidikan jasmani dalam kurikulum 2013 ditetapkan dalam enam aktivitas pembelajaran, yang meliputi: “pembelajaran aktivitas pola gerak dasar (PGD), aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas kebugaran, aktivitas senam dan gerak ritmik, aktivitas air, dan kesehatan.” (jamarismelayu.com, 2014).

Yang dimaksud dengan pembelajaran aktivitas pola gerak dasar (PGD) :

Merupakan pola gerak yang *inheren* yang membentuk dasar-dasar untuk keterampilan gerak yang kompleks, yang meliputi (1) gerak lokomotor: Keterampilan lokomotor didefinisikan sebagai keterampilan berpindahnya individu dari satu empat ke tempat yang lain. Misalnya berlari cepat, mencongklang, meluncur, dan melompat. (2) gerak non lokomotor; Keterampilan non lokomotor disebut juga keterampilan stabilitas (*stability skill*), misalnya gerakan berbelok-belok, menekuk, mengayun, bergoyang. Dan (3) gerak manipulatif: Keterampilan manipulatif didefinisikan sebagai keterampilan yang melibatkan pengendalian atau kontrol terhadap objek tertentu, terutama dengan menggunakan tangan atau kaki. Ada dua klasifikasi keterampilan manipulatif, yaitu (1) keterampilan reseptif (*receptive skill*); dan (2) keterampilan propulsif (*propulsive skill*). Keterampilan reseptif melibatkan gerakan menerima objek, misalnya menangkap, menjerat, sedangkan keterampilan propulsif bercirikan dengan suatu kegiatan yang membutuhkan gaya atau tenaga pada objek tertentu, misalnya melempar, memukul, menendang. (<https://onopirododo.wordpress.com>, 2012).

Sedangkan yang dimaksud aktivitas permainan dan olahraga termasuk tradisional adalah :

Rounders, kasti, softball, atletik, sepak bola, bola voli, bola basket, bola tangan, sepak takraw, tenis meja, bulutangkis, silat, karate. Kegiatan ini bertujuan untuk memupuk kecenderungan alami anak untuk bermain melalui kegiatan bermain informal dan meningkatkan pengembangan keterampilan dasar, kesempatan untuk interaksi sosial. Menerapkannya dalam kegiatan informal dalam kompetisi dengan orang. Juga untuk mengembangkan keterampilan dan memahami dari konsep-konsep kerja sama tim, serangan, pertahanan dan penggunaan ruang dalam bentuk eksperimen/eksplorasi untuk mengembangkan keterampilan dan pemahaman (jamarismelayu.com, 2014).

Sedangkan menurut Lutan (dalam Fithriyanal, 2012, hlm. 13), aktivitas kebugaran “yaitu terkait dengan kesehatan dan performa. Komponen terkait

dengan kesehatan, meliputi; daya tahan aerobik, kekuatan otot, daya tahan otot, dan fleksibilitas. Sedangkan komponen terkait dengan performa, meliputi; koordinasi, keseimbangan, kecepatan, agilitas, *power*, dan waktu reaksi”. Selanjutnya aktivitas senam dan gerak ritmik meliputi :

Senam lantai, senam alat, apresiasi terhadap kualitas estetika dan artistik dari gerakan, tarian kreatif dan rakyat. Konsep gerak berkaitan eksplorasi gerak dengan tubuh dalam ruang, dinamika perubahan gerakan dan implikasi dari bergerak di kaitannya dengan apakah orang lain dan lingkungannya sendiri (jamarismelayu.com, 2014).

Selanjutnya aktivitas air menurut Kamtomo (1982) (dalam Nugraha dkk. 2015, hlm. 8) : “suatu pembelajaran aktivitas fisik/olahraga yang dilakukan di air, dengan cara menggerakkan anggota badan, mengapung di air, dan seluruh anggota badan bergerak bebas”.

Dan yang terakhir aktivitas pembelajaran kesehatan meliputi “kebersihan diri sendiri dan lingkungan, makanan dan minuman sehat, penanggulangan cedera ringan, kebersihan alat reproduksi, penyakit menular, menghindari diri dari bahaya narkoba, psikotropika, seks bebas, P3K, dan bahaya HIV/AIDS” (jamarismelayu.com, 2014).

Berdasarkan pengamatan peneliti, dari seluruh aktivitas pembelajaran di atas, terdapat kelompok aktivitas yang dianggap baru dalam isi kurikulum. Aktivitas tersebut adalah aktivitas pola gerak dasar (PGD). Mengingat aktivitas pembelajaran PGD terbilang masih baru dan belum mendapatkan perhatian yang khusus, bahkan beberapa guru masih belum familiar terhadap aktivitas pembelajaran PGD. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengungkapkannya lebih lanjut.

Dari beberapa pendalaman terhadap literatur terkait, aktivitas pembelajaran PGD pada hakikatnya “merupakan gerak dasar atau gerakan-gerakan yang dilibatkan dalam menampilkan suatu tugas tertentu. Tekanannya adalah pada gerakan-gerakan yang menyusun tugas gerak tertentu” Malina (dalam Mahendra, 2007, hlm. 23).

Pola gerak dasar adalah pola gerakan yang menjadi pondasi atau dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Menurut Malina (1991), Dauer

dan Pangrazi (1986), serta Kogan (1982) (dalam Mahendra, 2015, hlm. 20) :“gerakan-gerakan dasar fundamental dibagi atas gerakan lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif”. Gerakan lokomotor merupakan gerakan berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lain. Menurut Mahendra (2015, hlm. 20) gerakan lokomotor adalah “gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya”. Keterampilan ini mencakup gerakan berlari, berjalan, hop, melompat, dan sebagainya. Sedangkan gerakan non-lokomotor merupakan lawan dari gerakan lokomotor, artinya gerakan ini tidak berpindah tempat. Masih menurut Mahendra (2015, hlm. 20) gerakan non-lokomotor adalah “gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, ...”. Gerakan manipulatif merupakan gerakan yang lebih kompleks karena melibatkan anggota tubuh untuk memanipulasi benda diluar tubuh. Masih menurut Mahendra (2015, hlm. 20) gerakan manipulatif “biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan obyek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda di luar dirinya”. Keterampilan ini seperti menendang, menangkap, melempar dan memukul.

Secara khusus peneliti ingin mengungkap lebih lanjut tentang gerak dasar manipulatif. Gerak dasar manipulatif merupakan gerak dasar yang kompleks karena seseorang melibatkan seluruh bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda. Gerakan manipulatif ini dibedakan menjadi 2 jenis gerakan, yaitu:

- 1) Gerakan *prehension*: kombinasi dari beberapa refleks dan koordinasi dengan kemampuan pengamatan dengan kegiatan pengertian. Contoh bayi memegang suatu benda akibat adanya kerjasama antara refleks fleksi, menggenggam, dan refleks *inhibitory*.
- 2) Gerakan *deksteritas*: kemampuan tangan dan jari-jari seperti menyusun dadu, menggambar, dan mempermainkan bola. Mahendra (2007, hlm. 33).

Adapun macam-macam gerak dasar manipulatif, yaitu: melempar, menangkap, menendang, memukul dan menggiring. Macam-macam gerak dasar manipulatif ini akan melibatkan koordinasi antara bagian-bagian tubuh seseorang seperti koordinasi mata dengan tangan (pada saat menangkap, melempar dan

memukul suatu objek), koordinasi mata dengan kaki (pada saat menendang dan menggiring suatu objek), yang nantinya kedua koordinasi ini diperlukan saat terlibat dalam kegiatan olahraga yang sudah terspesialisasi (sepak bola, badminton, basket, volley, dsb).

Sebagai mana aktivitas pembelajaran PGD masih baru dan belum populer. Di sekolah, aktivitas pembelajaran PGD juga belum dilakukan secara optimal, karena guru belum memahami atau menemukan model yang tepat untuk mengajarkan aktivitas pembelajaran PGD. Padahal ada salah satu pendekatan pembelajaran yang dikembangkan oleh para ahli terkait aktivitas pembelajaran PGD yaitu *Movement Education* atau yang disebut model pendidikan gerak.

Model pendidikan gerak (*Movement Education*) merupakan salah satu model pembelajaran dalam pendidikan jasmani. Menurut Mahendra (2015, hlm. 4) pendidikan gerak adalah “sebuah model pembelajaran dalam Penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak”. Sesuai dengan penjelasan Mahendra (2015, hlm. 6): “Model pendidikan gerak tentu bukan saja mendukung terhadap tumbuhnya rasa berhasil (*feeling of success*) pada setiap anak, tetapi juga membantu mengembangkan pengetahuan kognitif tentang gerak”. Masih menurut Mahendra (2015, hlm. 6) :

Pendidikan gerak adalah program yang diarahkan untuk mengembangkan fundasi yang luas sehingga siswa mampu mengembangkan keterampilan dalam berbagai jenis gerakan. Untuk membangun dasar yang luas ini, pendekatan pendidikan gerak menggunakan kerangka yang khusus untuk menggolongkan gerakan dan mendorong siswa membangun perbendaharaan gerak yang mampu mereka terapkan pada seluruh isi gerak di tahap-tahap selanjutnya, termasuk olahraga.

Pada dasarnya, pelaksanaan model ini adalah penggabungan antara gerak dasar fundamental (*Basic Fundamental Movement*) dengan konsep gerak (*Movement Concept*). Gerak dasar fundamental ini terdiri dari gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif, sedangkan konsep gerak menurut Laban (dalam Nugraha, 2012, hlm. 14) dibagi menjadi empat konsep, yaitu : “*Body Concepts, Effort Concepts, Spatial Concepts, and Relationship Concepts*”. Ketika kedua konsep ini disatukan, maka dapat dijadikan satu alat untuk menganalisis kerangka pengayaan gerak yang dapat dilakukan dan tentunya akan

lebih memvariatifkan gerak dasar manipulatif yang dikuasai oleh siswa. Menurut Mahendra (2015, hlm. 21):

Ketika dua konsep besar antara *Basic Fundamental Movement* dan *Movement Concept* disatukan, maka ia dapat dijadikan satu alat untuk menganalisis kerangka pengayaan gerak yang dapat dilakukan. Para ahli kemudian membantu kita dengan menciptakan satu “kerangka analisis gerak” (*movement analysis framework*) tersebut dalam bentuk “roda” yang memiliki pemolaan tertentu yang memudahkan kita untuk memahaminya.

Dari ulasan di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “penerapan model pendidikan gerak dalam pengembangan pola gerak dasar manipulatif melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*)”. Dengan diadakannya penelitian ini penulis berharap model pendidikan gerak dapat menjadi alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama untuk meningkatkan pola gerak dasar manipulatif di sekolah dasar. Dengan model pembelajaran ini pula diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan potensi yang ada dalam diri siswa, baik dalam segi mental, emosional, sosial dan spiritual.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah di uraikan diatas, maka timbul permasalahan yang akan di kaji lebih lanjut. Adapun permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah pembelajaran aktivitas PGD yang terdapat dalam kurikulum 2013 dapat diselenggarakan secara optimal sehingga memberikan dampak positif untuk meningkatkan pola gerak dasar manipulatif?
2. Apakah model pembelajaran pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*) dipandang sesuai untuk meningkatkan PGD manipulatif untuk siswa kelas V SD?
3. Apakah model pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*) dapat meningkatkan suasana

pembelajaran yang kondusif dalam meningkatkan pembendaharaan gerak siswa kelas V SD?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian tindakan kelas (PTK) ini, yaitu:

1. Mengetahui metode pembelajaran aktivitas PGD yang terdapat dalam kurikulum 2013 dapat diselenggarakan secara optimal sehingga memberikan dampak positif untuk meningkatkan pola gerak dasar manipulatif.
2. Mengetahui bahwa model pembelajaran pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*) dipandang paling tepat untuk meningkatkan PGD manipulatif untuk siswa kelas V SD.
3. Meningkatkan suasana pembelajaran yang kondusif dalam meningkatkan pembendaharaan gerak siswa kelas V SD, dengan model pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*).

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Bagi Guru: Manfaat penelitian ini bagi guru adalah sebagai bahan referensi model pembelajaran yang dapat digunakan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Bagi siswa: Manfaat penelitian ini bagi siswa adalah untuk menumbuhkan motivasi siswa dan meningkatkan gerak dasar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Bagi Sekolah: Manfaat penelitian ini bagi sekolah adalah sebagai sumber informasi untuk lebih meningkatkan dan memperhatikan program pengajaran di sekolah.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Gambaran lebih jelas tentang isi dari keseluruhan skripsi disajikan dalam struktur organisasi skripsi berikut dengan pembahasannya. Struktur organisasi tersebut disusun sebagai berikut :

1. Bab I Pendahuluan

Bab ini merupakan bagian awal dari skripsi yang menguraikan latar belakang peneliti berkaitan dengan kesenjangan harapan dan fakta di lapangan, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

2. Bab II Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran, dan Hipotesis Penelitian

Bab ini berisi tentang tentang kajian teori-teori yang terdiri dari kajian pustaka, kerangka berfikir dan hipotesis.

3. Bab III Metode Penelitian

Bab ini berisi tentang deskripsi mengenai lokasi, populasi, dan sample penelitian, desain penelitian, metode penelitian, prosedur penelitian, variable penelitian, instrument penelitian, proses pengembangan instrument penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian yang telah dicapai meliputi pengolahan data, serta analisis temuan, dan pembahasannya.

5. Bab V Kesimpulan dan Saran

Bab ini menyajikan kesimpulan terhadap hasil analisis temuan dari penelitian dan saran penulis sebagai bentuk pemaknaan terhadap hasil analisis temuan penelitian.

