

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

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 (Somarya dan Nuryani, 2014, hal. 26).

Menurut Mudyahardjo (dalam Somarya dan Nuryani, 2014, hal. 27) pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang langsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup, pendidikan adalah segala situasi hidup yang mempengaruhi pertumbuhan individu. Maksudnya, pendidikan tidak terbatas pada waktu tertentu tetapi berlangsung terus sepanjang masa selama terjadi kontak antara individu dengan individu atau ada pengaruh dari satu dengan yang lainnya. Masih menurut Mudyahardjo (dalam Somarya dan Nuryani, 2014, hal. 27) pendidikan adalah usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan pemerintah melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan, yang berlangsung di sekolah dan diluar sekolah sepanjang hayat untuk mempersiapkan untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat memainkan peranan dalam berbagai lingkungan hidup secara tepat di masa yang akan datang.

Namun demikian, pendidikan yang berlangsung secara sistematis, hanya terjadi di lingkungan formal, yaitu pendidikan yang berlangsung di sekolah, dari mulai SD hingga SMA. Dalam pendidikan formal inilah, upaya pengembangan kompetensi siswa diformalkan dalam bentuk-bentuk pembelajaran disiplin keilmuan yang diawali oleh hadirnya kurikulum.

Adapun pembelajaran disiplin keilmuan yang dilakukan di sekolah, pada prakteknya melibatkan berbagai mata pelajaran seperti: Matematika, Bahasa, IPA, IPS, Agama, Kesenian, termasuk Pendidikan Jasmani.

Dengan demikian, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan. Artinya, penjas bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Melainkan, melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak akan mampu mengembangkan berbagai keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik mentalnya (Mahendra, 2015-a, hal. 36).

Meskipun penjas menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidaklah tepat apabila mengatakan pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian, seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran selingan, tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik (Mahendra, 2015-a, hal. 38). Masih menurut Mahendra (2015-a, hal. 40) pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan, yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal penting. Oleh karena itu, pelajaran penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain seperti: Matematika, Bahasa, IPS, IPA, dan lain-lain. Selanjutnya, pendidikan jasmani pun dipandang sebagai proses pengembangan potensi diri peserta didik melalui aktivitas jasmani. Dalam kaitan ini, Mahendra (2015-a, hal. 40) mengungkapkan bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Sebagaimana diungkap di atas, media dalam pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani, olahraga dan permainan.

Menurut Wuest and Bucher (dalam Mahendra 2015-a, hal. 43) yang dimaksud dengan aktivitas jasmani adalah seluruh gerak tubuh yang dihasilkan oleh kontraksi otot-otot rangka yang secara nyata meningkatkan pengeluaran energi (*energy expenditure*) di atas level kebutuhan dasar.

Permainan adalah aktivitas jasmani yang didalamnya sudah mengandung unsur-unsur yang menyenangkan, karena sudah dilengkapi dengan adanya unsur yang mengandung kompetisi sederhana, mengandung fantasi atau imajinasi

(seperti memainkan peran binatang atau benda lain), atau mengandung unsur adaptasi dan modifikasi peraturan (Mahendra, 2015-a, hal. 43).

Olahraga secara sederhana dapat didefinisikan sebagai seluruh aktivitas jasmani yang mengandung unsur permainan dan unsur tantangan alam atau tantangan pada diri sendiri yang sudah terikat oleh aturan baku dan sudah diwadahi oleh badan organisasi yang menaunginya (Mahendra, 2015-a, hal. 43). Sedangkan menurut Ateng (dalam Rohmah & Carsiwan, 2013, hlm. 99) “Olahraga berasal dari dua kata, yaitu olah dan raga, yang berarti memasak atau memanipulasi raga dengan tujuan untuk membuat raga menjadi matang”. Sedangkan menurut Harsono (dalam Rohmah & Carsiwan, 2013, hlm. 100) “Olahraga pada hakikatnya adalah *the big muscle activities*”. Bisa diartikan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah aktivitas otot besar. Dalam pendidikan jasmani, olahraga terorientasi pada kebutuhan pembelajaran. Maksudnya, aktivitas olahraga dalam pendidikan jasmani disesuaikan dengan keadaan lingkungan sekolah baik sarana dan prasarana, keadaan atau karakteristik siswa, serta disesuaikan dengan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai. Hal itu sejalan dengan yang diungkapkan Rohmah & Carsiwan (2013, hlm. 101) yang menjelaskan bahwa

“ketika seseorang atau sekelompok orang melakukan olahraga dengan tujuan pendidikan maka semua aktivitas gerak diarahkan untuk memenuhi tuntutan tujuan-tujuan pendidikan. Oleh karena itu, olahraga yang bertujuan untuk pendidikan ini identik dengan aktivitas pendidikan jasmani yaitu cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan.”

Seluruh aktivitas di atas, baik aktivitas jasmani, permainan maupun olahraga, pada dasarnya harus menjadi yang terpilih berdasarkan penilaian guru yang mengajar. Maksudnya, semua aktivitas yang diajarkan harus merupakan pilihan guru sesuai dengan pemahaman guru bahwa aktivitas tersebut bermanfaat secara fisik, secara mental, moral, emosional dan sosial.

Secara hakiki, aktivitas jasmani, permainan dan olahraga mengandung ciri yang sama yaitu gerak. Gerak itu dirancang secara sadar oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Menurut Mahendra, gerak memang bisa terdiri dari gerak dasar maupun gerak yang telah dispesifikasi, pendidikan jasmani di sekolah sudah

digunakan sebagai alat untuk mendidik posisinya sama dengan mata pelajaran lain. Khusus pendidikan jasmani di sekolah dasar melibatkan aktivitas yang bermacam-macam seperti pola gerak dasar, permainan dan olahraga dan lain-lain.

Sayangnya, kurikulum penjas di sekolah dasar masih bersifat terlalu luas. Maksudnya, penjas di sekolah dasar terdapat berbagai aktivitas penjas seperti: aktivitas Pola Gerak Dasar, Aktivitas Ritmik, Aktivitas Kebugaran Jasmani, Aktivitas Senam, Aktivitas Aquatik, Aktivitas Pendidikan dan Kesehatan dan lain-lain. Seharusnya kurikulum penjas di sekolah dasar cukup mengembangkan apa yang disebut dengan Pola Gerak Dasar atau Pola Gerak Dasar Fundamental.

Menurut Harrow (dalam Mahendra, 2015-b, hal. 19) Gerak Dasar Fundamental (*basic Fundamental Movement*) merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan. Malina dkk (dalam Mahendra, 2015-b, hal. 20) berpendapat bahwa gerakan dasar fundamental dibagi atas gerak lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif.

Gerak Dasar Lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya (Mahendra, 2015-b, hal. 20). Menurut *the Physical Education Section Curriculum Development Institute Education and Manpower Bureau* dalam buku *An Introductory Guide to Fundamental Movement Locomotor skills : FM skills for travelling from one place to another*. Sesuai dengan pengertian tersebut gerak lokomotor adalah kemampuan gerak dasar untuk bepergian atau berpindah tempat dari satu tempat ke tempat lain.

Gerak Nonlokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dan lain-lain (Mahendra, 2015-b, hal. 20).

Gerak 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 (Mahendra, 2015-b, hal. 20). Menurut *the Physical Education Section Curriculum Development Institute Education and Manpower Bureau* dalam buku *An Introductory Guide to Fundamental Movement Manipulative skills – FM skills for controlling small objects*. Sesuai dengan pengertian tersebut gerak dasar manipulatif adalah kemampuan gerak dasar untuk mengendalikan benda-benda kecil.

Ketiga gerakan tersebut merupakan dasar dari kemampuan gerak atau aktivitas gerak lainnya yang lebih tinggi levelnya, seperti memukul dalam permainan gerak voli, bulu tangkis, atau menendang dalam sepak bola dan lain sebagainya.

Jika dicermati, masalah pokok yang dihadapi dalam pembinaan program pendidikan jasmani yaitu adanya kurang sesuaian isi kurikulum atau bahan ajar. Isi kurikulum masih kurang relevan dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan siswa, di samping kurikulum penjas di sekolah dasar masih terlalu luas. Pada kenyataannya, kurikulum 2013 memasukkan ruang lingkup pembelajaran penjas yang luas, yang terdiri dari: aktivitas Pola Gerak Dasar, Aktivitas Ritmik, Aktivitas Kebugaran Jasmani, Aktivitas Senam, Aktivitas Aquatik, Aktivitas Pendidikan dan Kesehatan dan lain-lain.

Persoalan lainnya adalah, bukan saja kurikulum terlalu luas ruang lingkungannya, tetapi juga kemampuan gerak dasar di SD secara umum masih rendah, karena terlalu banyak aktivitas yang dipelajari termasuk teknik dasar yang berorientasi olahraga.

Berasarkan uraian di atas, persoalan pokok yang dihadapi penulis selama melakukan pembelajaran mengajar (PPL) di kelas III Sekolah Dasar Negeri KPAD Kota Bandung, adalah rendahnya keterampilan dasar siswa, khususnya dalam keterampilan lokomotor dan nonlokomotor. Persoalan pokok tersebut jika dibiarkan terus menerus, niscaya akan berpengaruh kepada siswa dalam upaya penguasaan keterampilan gerak atau aktivitas lainnya yang lebih tinggi, karena diyakini bahwa keterampilan dasar gerak merupakan fondasi bagi terbangunnya keterampilan gerak yang formal. Di samping itu, hal tersebut juga akan menurunkan citra mata pelajaran pendidikan jasmani dimata masyarakat umum.

Untuk mengubah kondisi tersebut, diperlukan upaya yang serius dari para guru penjas, khususnya terkait dengan pemilihan dan penggunaan model pembelajaran penjas yang berorientasi pada pengembangan keterampilan dasar gerak siswa. Model tersebut menurut para ahli adalah Model Pendidikan Gerak. Model Pendidikan Gerak (*Movement Education*) adalah sebuah model pembelajaran dalam Penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak (Mahendra, 2015-b, hal,4)

Berbeda dengan model pembelajaran penjas yang umumnya mengajarkan berbagai cabang olahraga dengan seluruh teknik dasar, peraturan, serta strateginya, dalam pendidikan gerak anak tidak diperkenalkan dengan konsep dan komponen olahraga (Mahendra, 2015-b, hal,4). Oleh karena itu, dalam pembelajaran Pendidikan Gerak tidak menyebutkan dan mengajarkan istilah-istilah yang berhubungan dengan olahraga seperti teknik dasar, peraturan, batas-batas lapangan, alat olahraga seperti raket, bola, atau net yang formal. Akan tetapi, guru lebih memperkenalkan Konsep Gerak yang terdiri dari sub konsep tubuh (bagian tubuh apa yang digunakan), konsep ruang (arah, bidang, atau ketinggian), konsep usaha (lambat, cepat, kasar, halus, lancar, tersendat, dsb) (Mahendra, 2015-b, hal,4).

Sesuai dengan uraian pokok-pokok pikiran di atas dan kondisi riil permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, maka perlu dilakukan upaya kongkrit dan inovatif untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani, salah satunya antara lain dengan menerapkan model pendidikan gerak (*movement education*) dalam pendidikan jasmani. Untuk itu, penulis bermaksud melakukan penelitian tindakan kelas, dan merumuskannya dalam sebuah judul penelitian “Implementasi Model Pendidikan Gerak untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor dan Nonlokomotor”

## **B. Rumusan Masalah**

Pokok-pokok persoalan tersebut di atas dirumuskan dalam masalah umum penelitian sebagai berikut: “Apakah model pendidikan gerak dapat diterapkan dalam mengajarkan gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor siswa kelas III

Sekolah Dasar Negeri (SDN) Gegerkalong KPAD Kota Bandung?” Selanjutnya, rumusan masalah di atas, dijabarkan ke dalam dua rumusan masalah khusus, sebagai berikut:

1. Apakah Model Pendidikan Gerak dapat meningkatkan partisipasi siswa kelas III SDN Gegerkalong KPAD Kota Bandung ?
2. Apakah penerapan Model Pendidikan Gerak dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor dan non lokomotor siswa kelas III SDN Gegerkalong KPAD Kota Bandung ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Secara umum penelitian ini bertujuan meningkatkan partisipasi siswa dan keterampilan gerak lokomotor dan non lokomotor siswa kelas III SDN Gegerkalong KPAD Kota Bandung dengan menerapkan model pendidikan gerak. Sedangkan secara khusus di dasarkan pada beberapa tujuan sebagai berikut:

1. Meningkatkan partisipasi siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong KPAD Kota Bandung dengan menerapkan model pendidikan gerak.
2. Meningkatkan keterampilan gerak lokomotor dan non lokomotor siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong KPAD Kota Bandung dengan menerapkan model pendidikan gerak.

### **D. Manfaat Penelitian**

Proses dan hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan akan memberikan beberapa manfaat teoretis dan praktis sebagai berikut:

1. Memperkuat bukti-bukti empiris tentang efektivitas model pendidikan gerak dalam setting pembelajaran, khususnya pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Memberikan masukan dan informasi dalam memperbaiki proses pembelajaran sebagai upaya untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani.
3. Memberi pengalaman berharga bagi siswa untuk ikut terlibat secara aktif baik secara kognitif, motivasional, maupun behavioral dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

### **E. Pembatasan Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Masalah pokok penelitian berkenaan dengan keterampilan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong KPAD Kota Bandung dengan model pendidikan gerak.
2. Hasil belajar keterampilan gerak akan dilihat dari pembelajaran gerak lokomotor dan non lokomotor dalam pembelajaran gerak dasar.
3. Penelitian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung untuk pokok bahasan pembelajaran gerak lokomotor dan gerak non lokomotor dalam pembelajaran gerak dasar di kelas III Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong KPAD Kota Bandung.

### **F. Definisi Istilah**

Untuk menghindari kesalahan menafsirkan istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka istilah-istilah tersebut harus didefinisikan adalah sebagai berikut:

1. Penerapan adalah upaya untuk melaksanakan sesuatu yang sudah ada dalam satu kondisi tertentu.
2. Model pendidikan gerak. Menurut Mahendra (2015-b, hal. 4) Model adalah seperangkat prosedur yang berurutan untuk mewujudkan suatu proses sedangkan pendidikan gerak (*movement education*) adalah sebuah model pembelajaran dalam Penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak.
3. Gerak Dasar. Menurut Mahendra (2015-b, hal. 19) Gerak Dasar Fundamental (*Basic Fundamental Movement*) merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks.
4. Gerak lokomotor. Menurut Mahendra (2015-b, hal. 20) Gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau



keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya.

5. Gerak nonlokomotor. Menurut Mahendra (2015-b, hal. 20) Gerak nonlokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dll.