

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Seperti yang diungkapkan Juliantine dkk. (2012, hlm. 6) yang mengatakan bahwa “Pendidikan jasmani merupakan alat pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan”. Pendidikan jasmani juga merupakan proses pembentukan dan pengembangan aspek yang dimiliki siswa terkait dengan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan jasmani merupakan pelajaran yang berhubungan dengan aktivitas jasmani atau gerak badan (*human movement*), seperti yang dikemukakan oleh Abduljabar (2011) mengatakan bahwa “Aktivitas jasmani sendiri merupakan semua bentuk menggerakkan badan termasuk : gerak berjalan kaki, berlari, melempar, menangkap, merayap, merangkak, berlompat, berloncat dan bentuk gerak dasar lainnya”. Gerak merupakan faktor yang sangat penting dalam pendidikan jasmani karena gerak merupakan pendorong terjadinya aktivitas fisik atau aktivitas jasmani. selain itu juga James A.Baley dan David A.Vield (dalam Abduljabar 2011, hlm. 7) juga menyebutkan bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuskular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani”.

Salah satu materi pembelajaran dalam pendidikan jasmani di sekolah adalah senam. Senam merupakan salah satu cabang olahraga tertua di dunia, senam merupakan terjemahan langsung dari bahasa inggris *gymnastics* yang dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani, *gymnos* yang berarti telanjang. Iman hidayat dalam Mahendra (2012, hlm. 8) mendefinisikan senam sabagai “Suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegara jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual”. Gerakan yang tercipta dari

**Dhara Regiana, 2019**

***PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL (VIDEO) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM IRAMA (SENAM AEROBIK)***

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

pembelajaran senam sangat sesuai untuk membantu siswa dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Dalam kurikulum pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga disekolah, senam merupakan salah satu materi ajar yang diberikan kepada siswa. Pembelajaran senam tersebut terdapat salah satunya yaitu aktivitas ritmik atau senam irama. Adapun menurut FIG dalam Mahendra (2012, hlm. 11) menyebutkan bahwa senam dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu :

1. Senam artistik
2. Senam ritmik sportif
3. Senam akrobatik
4. Senam aerobik sport
5. Senam trampilin
6. Senam umum

Senam ritmik bisa dilakukan dengan menggunakan alat seperti bola, pita, tali, simpai dan gada, dan tidak menggunakan alat. Adapun senam ritmik yang tidak menggunakan alat contohnya adalah senam aerobik. Senam aerobik dikategorikan dalam senam ritmik atau irama karena dalam pelaksanaannya senam aerobik membutuhkan musik sebagai pengiring, dan selain itu senam aerobik juga mengandung unsur-unsur senam irama yang diantaranya adalah, kelentukan, keseimbangan, fleksibilitas, kontinuitas, dan ketepatan dengan irama.

Dalam pembelajaran senam irama di sekolah ditemukan beberapa kesulitan yang dialami siswa dalam menyerap atau menerima materi ajar salah satu kesulitannya adalah siswa tidak dapat dengan cepat menghafal jenis gerakan yang diberikan atau ditugaskan yang mengakibatkan rendahnya hasil belajar siswa, maka dari itu penulis mengemukakan suatu cara yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran senam aerobik yaitu dengan menggunakan media pembelajaran audio visual (video). Pendapat ini didasari oleh penelitian yang dikemukakan oleh Ojowu (2014) yang menyatakan "*It is only by the use of audiovisual resources that learners can be offered the opportunity to learn by doing. This is because attention, motivation, concentration and retention of facts are enhanced through the use of audiovisual materials*". Yang jika

**Dhara Regiana, 2019**

***PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL (VIDEO) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM IRAMA (SENAM AEROBIK)***

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

disimpulkan menyatakan bahwa melalui media audio visual siswa dapat belajar sambil melakukan karena perhatian, motivasi, konsentrasi, dan retensi fakta ditingkatkan melalui media audio visual. Dari pendapat tersebut peneliti berpendapat bahwa media audio visual dapat digunakan sebagai media pembelajaran senam aerobik di sekolah karena siswa dapat belajar sambil melakukan atau mempraktikan.

Efektifitas penggunaan media pembelajaran bukan ditentukan oleh seberapa canggih dan modernnya alat yang tersedia, melainkan kesesuaian media dengan materi ajar, sesuai dengan pendapat Mutohhar dalam Sukmahidayanti (2015, hlm. 90) "*A good media is media which is suitable for the topic, material, the students, and practical to use*". Dengan kata lain media yang bagus tidak perlu mahal, hanya perlu digunakan kembali, dan itu dapat membantu guru untuk membuat instruksi yang efektif di kelas.

Hempel dalam Soenyoto dkk (2016) menyatakan "*States that the use of media can give many advantages, one of which is the increase of students motivation*". Dari teori ini peneliti kemudian berpendapat jika dengan penggunaan media yang tepat maka selain meningkatkan motivasi siswa, media pembelajaran juga dapat meningkatkan hasil belajar. Dalam Widodo dan Widayanti (2013, hlm. 34) Supratiknya mengemukakan bahwa "Hasil belajar yang menjadi objek penilaian kelas berupa kemampuan-kemampuan baru yang diperoleh siswa setelah mereka mengikuti proses belajar-mengajar tentang mata pelajaran tertentu".

Melihat faktor media yang sangat penting dalam pembelajaran maka peneliti ingin mengetahui hasil belajar senam aerobik melalui penerapan media audio visual dalam hal ini video pada siswa.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut;

Apakah Penerapan Media Audio Visual (video) Dapat Meningkatkan Hasil Belajar Senam Irama (senam aerobik) ?

**Dhara Regiana, 2019**

***PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL (VIDEO) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM IRAMA (SENAM AEROBIK)***

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

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka terdapat tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk memperoleh data tentang penerapan media audio visual (video) terhadap peningkatan hasil belajar senam irama (senam aerobik) pada siswa kelas VIII Smp Yas Bandung.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang dilakukan diuraikan sebagai berikut :

1. Secara Teoritis
  - a. Melalui hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pembelajaran khususnya teori pembelajaran senam irama (senam aerobik).
  - b. Mengembangkan penggunaan media audio-visual dalam meningkatkan hasil belajar senam irama (senam aerobik)
2. Secara Praktis
  - a. Bagi Guru

Menambah pengetahuan dan memberikan pengenalan penggunaan media pembelajaran yang cocok digunakan dalam pembelajaran khususnya penggunaan media audio visual pada pembelajaran senam irama (senam aerobik).
  - b. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mendapatkan pengalaman dan pengetahuan baru mengenai variasi pembelajaran senam aerobik.
  - c. Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai media pembelajaran yang sangat menunjang hasil belajar siswa, dan pengalaman dalam membina kelas dalam pelajaran senam aerobik.
  - d. Bagi sekolah

**Dhara Regiana, 2019**

***PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL (VIDEO) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM IRAMA (SENAM AEROBIK)***

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

Memberikan pengalaman baru disekolah mengenai penggunaan media pembelajaran audio visual dalam pembelajaran senam irama.

3. Secara isu serta aksi sosial

Penelitian ini memberikan pengalaman dengan adanya media audio-visual yang dirancang sesuai dengan kebutuhan gerak senam irama (senam aerobik).

### 1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah :

**BAB I Pendahuluan.** Pada bab ini membahas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian, dan sistematika penulisan.

**BAB II Tinjauan Pustaka.** Pada bab ini membahas teori-teori yang digunakan. Teori diambil dari berbagai literatur yang berkaitan dengan pembahasan masalah yang diteliti, serta pengambilan hipotesis didasarkan pada rumusan masalah yang diajukan penelitian.

**BAB III Metode Penelitian.** Pada bab ini membahas tentang bagaimana cara peneliti merancang alur penelitian dan cara yang digunakan peneliti dalam pengolahan data yang didapat setelah melakukan penelitian.

**BAB IV Hasil Penelitian.** Pada bab ini menyampaikan temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, juga pembahasan mengenai temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

**BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi.** Pada bab ini membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan, Implikasi membahas tentang dampak langsung setelah dilakukannya penelitian, dan Rekomendasi yang membangun sebagai acuan terhadap penelitian selanjutnya.

**Dhara Regiana, 2019**

***PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL (VIDEO) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM IRAMA (SENAM AEROBIK)***

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