

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

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, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pendidikan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam hidup manusia. Pada saat ini terdapat kecenderungan bahwa masyarakat memandang pendidikan di sekolah sedemikian penting untuk memperoleh pengetahuan, pembentukan sikap, dan keterampilan.

Sehubungan dengan pengertian pendidikan di atas, pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan tingkat kebugaran jasmani, serta mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan motorik siswa. Menurut Rusli (1989:1) mengutarakan bahwa: “pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik,

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Nege 1 ndung**  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual dan sosial)”).

Sedangkan Adang (2008:14) menjelaskan bahwa: “pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dari dan melalui gerak, dan harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan arti yang dikandungnya”. Tujuan-tujuan pendidikan jasmani menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) 2006 adalah:

(1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup melalui berbagai aktivitas jasmani, (2) Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga.

Menurut Lutan (2001:15), bahwa “Pendidikan Jasmani merupakan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani peserta didik”. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih inovatif, terampil, kreatif, dan memiliki kesegaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Melihat perkembangan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam menumbuhkembangkan dan meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah, maka pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan selama ini masih dianggap belum memenuhi tujuan utama pembelajaran. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan aktivitas fisik yang dilakukan melalui pembelajaran yang

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

diarahkan dan mendorong kepada pendidik agar seluruh potensi peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai suatu tujuan secara utuh dan menyeluruh. Selain itu pengertian pendidikan jasmai secara modern yaitu suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media atau alat pembelajaran menurut Saputra, dkk ( 2008 : 40) “pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan”. Hal ini sama seperti yang diungkapkan Mahendra. (2003 : 3) “pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta emosional”. Kekurangan dalam pengajaran pendidikan jasmani dan kesehatan disebabkan oleh tiga faktor, yaitu guru, jam pelajaran, dan kurangnya bahan pembelajaran. Kenyataan di lapangan dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM), guru masih kurang paham terhadap tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, sehingga tidak menunjang keberhasilan pembelajaran. Hal tersebut disebabkan adanya perubahan kurikulum, serta kurangnya waktu untuk pembelajaran di sekolah. Berkaitan dengan proses belajar mengajar menurut Subroto (2010:4) yaitu “dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani keempat faktor ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain, yaitu; tujuan, materi, metode, dan evaluasi”.

Tujuan pembelajaran penjas yang dirumuskan guru dalam proses belajar mengajar harus mengacu pada tujuan kurikulum, seperti memahami berbagai macam olahraga permainan dan penerapan teknik dasar dalam bermain, setiap kali mengajar, guru diharapkan dapat merumuskan tujuan pembelajaran secara spesifik

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

dalam bentuk perilaku yang di amati, menggambarkan jelas isi tugas yang diberikan, serta dapat diukur dan dievaluasi tingkat keberhasilannya.

Dalam pendidikan jasmani ada tiga aspek yang menjadi bahan penilaian yaitu: aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Menurut Abduljabar, (2010:22) menyatakan bahwa:

Dalam kurikulum tujuan pendidikan jasmani adalah untuk menyongsong perkembangan Aspek kognitif, Aspek, psikomotor. Namun hal ini sangat bergantung pada bagaimana guru pendidikan jasmani mengorientasikan perkembangan didalam program-program pembelajarannya.

Ketiga aspek tersebut diharapkan bisa tercapai oleh siswa dalam pembelajaran penjas dengan menggunakan permainan. Namun dalam pelaksanaannya tidak mudah untuk pencapaian tujuan yang mencakup tiga aspek tersebut. Guru harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa untuk menyesuaikan pembelajaran penjas dengan pendekatan yang membuat siswa tidak jenuh dan tetap membangkitkan semangat siswa yang ditandai keseriusan siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani saat ini, salah satu masalah utama pendidikan jasmani di indonesia ialah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Di setiap jenjang sekolah baik di sekolah dasar, sekolah lanjutan, upaya untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran pendidikan jasmani serta kualitas output pendidikan itu sendiri telah dilakukan dengan berbagai cara. Kaitannya dengan tujuan umum Pendidikan Nasional, pendidikan jasmani merupakan bagian penting yang mendukung pada tercapainya

tujuan umum tersebut. Tujuan Pendidikan Jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Upaya untuk meningkatkan kualitas proses pendidikan Jasmani di sekolah tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan, hal ini terlihat dari siswa masih kesulitan dalam memahami konsep tentang bahan materi ajar yang akan di sampaikan dan guru-guru masih kesulitan dalam mengembangkan media pembelajaran, guru kurang memahami tentang berbagai metode pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang monoton, guru hanya menggunakan metode ceramah dan metode tugas, karena mereka hanya mengejar bagaimana materi pelajaran tersebut dapat selesai, tanpa memikirkan bagaimana pembelajaran itu bermakna dan dapat diaplikasikan oleh siswa dalam kesehariannya.

Terkait dengan masih kurang pahamiannya seorang guru pendidikan jasmani dalam memilih suatu metode pembelajaran yang akan di gunakan dalam suatu bahan materi ajar yang akan diberikan agar tercapainya tujuan pembelajaran. Penulis ingin mengetahui metode apa yang tepat untuk diaplikasikan dalam pembelajaran senam antara metode bagian atau metode keseluruhan, mengingat senam itu sendiri merupakan aktifitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mendapat penekanan didalam proses pendidikan jasmani, terutama tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kegiatan dan daya tahan otot dari seluruh

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

bagian tubuh, senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *Gymnastics*, atau Belanda *Gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani, *gymnos*, yang berarti telanjang. Menurut Hidayat dalam Mahendra (2007:7) kata 'gymnastiek tersebut dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keeluasaan gerak sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang'. Hal ini bisa terjadi karena teknologi pembuatan bahan pakaian belum semaju sekarang. Hidayat dalam Mahendra (2007:8) mendefinisikan senam yaitu :

Suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan keseragaman jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spritual.

Sedangkan Werner dalam Mahendra (2007:9) mengatakan: 'senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh'. Jadi fokusnya adalah tubuh, bukan alatnya, bukan pola-pola gerakannya, karena gerak apapun yang digunakan, tujuan utamanya adalah peningkatan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolannya.

Di dalam kurikulum pembelajaran terdapat berbagai pembelajaran penjas diantaranya jenis senam lantai yang sering dijadikan pembelajaran di sekolah-sekolah baik itu tingkat SD, SMP sampai SMA, maupun SMK pembelajaran senam lantai ini selalu diberikan. Diantaranya yaitu senam lantai guling belakang

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

(back roll), senam lantai guling belakang ini adalah gerakan dengan urutan gerak yang merupakan kebalikan dari guling depan. Dimulai dari kontak kedua kaki, ke pantat, ke pinggang, ke punggung, lalu ke bahu (tidak ke kepala), ke tangan yang bertumpu, dan kembali ke kedua kaki. Selama bagian pertama gerakan ini, kedua tangan disamping di atas bahu dengan kedua telapak tangan menghadap ke atas dan ibu jari dekat dengan telinga.

Dalam pembelajaran senam lantai terutama senam lantai baling-baling di jenjang tingkatan sekolah menengah kejuruan (SMK) masih banyak siswa yang tidak mampu melakukan gerakan senam lantai baling-baling terutama di SMK yang sebagian besar siswinya kurang menguasai gerakan senam lantai guling belakang (back roll) ini, hal ini dikarenakan kurang tepatnya guru pendidikan jasmani dalam menerapkan metode pembelajaran. Sedangkan penerapan metode yang tepat merupakan salah satu faktor penting terhadap penguasaan gerak siswa dalam proses pembelajaran. Ada beberapa macam metode yang digunakan, salah satunya adalah metode bagaian dan keseluruhan. Menurut Mahendra (2007:275) menjelaskan bahwa “metode bagaian atau *part method*” adalah suatu cara mengajar yang beranjak dari suatu bagaian ke keseluruhan atau dari yang khusus ke yang umum.

Sedangkan metode keseluruhan merupakan metode pengajaran yang diberikan secara menyeluruh. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Mahendra (2007:273) mengutarakan “metode global atau keseluruhan atau *whole method*” adalah suatu cara mengajar yang beranjak dari yang umum ke yang khusus”.

Dalam mengajarkan keterampilan gerak atau permainan maka bentuk yang utuh

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

atau keseluruhan diajarkan terlebih dahulu kemudian dipecah-pecah menjadi bagian-bagian.

Dari penjelasan diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang metode manakah yang lebih cocok diterapkan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMK, khususnya di SMK NEGERI 1 BANDUNG, sehingga dapat membuat siswa menguasai keterampilan senam lantai guling belakang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan dalam latar belakang masalah, maka peneliti mencoba menjabarkan kembali permasalahan yang timbul sehingga peneliti betul-betul tertarik untuk meneliti lebih lanjut. Dengan ini peneliti merumuskan masalah penelitian ini kedalam pertanyaan berikut :

1. Apakah metode bagian memberikan pengaruh terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang ?
2. Apakah metode keseluruhan memberikan pengaruh terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang ?
3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara penerapan metode bagian dan metode keseluruhan terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian merupakan sesuatu hal yang ingin dicapai oleh peneliti setelah penelitian ini selesai. Arikunto (1998:49) mengemukakan tujuan penelitian: “Tujuan penelitian adalah rumusan kalimat yang menunjukkan adanya

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu



sesuatu hal yang diperoleh setelah penelitian selesai”. Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini antara lain:

1. Untuk mengetahui pengaruh metode bagian terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang.
2. Untuk mengetahui pengaruh metode keseluruhan terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang.
3. Untuk mengetahui metode manakah yang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penguasaan gerak senam lantai guling belakang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi berbagai pihak yaitu :

1. Guru  
Untuk meningkatkan kualitas mengajar dengan penggunaan metode pembelajaran yang sesuai dengan bahan materi yang akan diajarkan.
2. Siswa  
Meningkatkan gerak motorik siswa dan keterampilan siswa pada senam lantai guling belakang.
3. Peneliti  
Peneliti mendapatkan fakta bahwa metode yang cocok dalam materi senam lantai adalah metode bagian.

#### **E. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini memperoleh sasaran yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka perlu adanya pembatasan masalah tentang masalah ini mengacu

**Handri Tri Hartanto, 2012**

**Perbandingan Metode Bagian Dan Metode Keseluruhan Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Di SMK Negeri 1 Bandung**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

dari latar belakang diatas serta untuk menghindari timbulnya penafsiran yang terlalu luas dan untuk memperoleh gambaran yang jelas maka batasan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbandingan pembelajaran senam lantai guling belakang yang menggunakan metode bagian dengan metode keseluruhan dalam upaya meningkatkan keterampilan senam lantai guling belakang di SMK NEGERI 1 BANDUNG.
2. Sampel dalam penelitian ini dilaksanakan pada siswa dan siswi kelas X PS SMK NEGERI 1 BANDUNG sebanyak 44 orang.
3. Kriteria penelitian pada metode bagian dan metode keseluruhan ini dilihat dari rangkaian gerakan senam lantai guling belakang, sedangkan pada hasil pembelajaran dilihat dari hasil akhir nilai tes penguasaan gerakan senam lantai guling belakang setiap siswa.
4. Lokasi yang menjadi tempat penelitian adalah di SMK NEGERI 1 BANDUNG.