

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan tahapan pembelajaran yang bertujuan untuk menumbuhkan sejahtera fisik, mental, dan emosional. PJOK merupakan salah satu mata pelajaran wajib bagi peserta didik. Pendidikan jasmani menurut (Muhajir, 2017) adalah pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik untuk menghasilkan peningkatan kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik secara menyeluruh. , yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, motorik, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan etis, aspek hidup sehat dan memperkenalkan lingkungan sehat melalui kegiatan kebugaran, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional . Saat ini, PJOK menggunakan kurikulum tiga pilihan, yaitu kurikulum 2013, program darurat (program penyederhanaan 2013), dan program prototipe. Program telah banyak berubah karena situasi selama pandemi *COVID19*. Pada program kedua, peserta didik didorong untuk lebih aktif dalam stimulasi yang diberikan oleh pendidik agar peserta didik dapat menemukan potensi dirinya. Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di perguruan tinggi (SMP) dan sejalan dengan kurikulum terbaru adalah lilin sikap.

Menurut (Sutrisno, et al., 2010), senam adalah bagian dari senam artistik yang merupakan bagian dari senam artistik, menurut (Sutrisno, et al., 2010) menjelaskan bahwa senam adalah setiap bentuk sistematis latihan fisik yang melibatkan pilihan dan gerakan terencana untuk mencapai tujuan tertentu. Sikap

lilin itu sendiri merupakan istilah yang longgar karena pada saat melakukan gerakan tidak menggunakan alat atau benda apapun untuk melakukan gerakan tersebut dan sikap lilin dilakukan di atas karpet piring datar. Penempatan lilin adalah bentuk kecerdikan yang dilakukan di atas karpet dan tanpa menggunakan peralatan khusus.

Gerakan dasar sikap lilin menurut (Deni Kurniawan, 2012) adalah gerakan guling depan, guling belakang, teknik kayang, sikap lilin, gerakan meroda, dan guling lenting. Pada kurikulum 2013 sikap lilin yang perlu dijelaskan adalah guling depan, guling belakang, guling lenting, dan kayang. Sikap lilin memiliki manfaat seperti kelentukan, koordinasi, kelincahan, keseimbangan, ketika senam peserta didik dituntut untuk berfikir sendiri untuk mengembangkan keterampilannya, namun saat melakukan gerakan sikap lilin juga harus memerlukan keterampilan gerak, keberanian, dan konsentrasi yang tinggi. Sikap lilin adalah gerakan yang diawali dengan badan terlentang dilanjutkan diangkat kedua kaki dilurus ke atas, kedua tangan menompang pinggang. Peserta didik di SMP Negeri 9 Kota Mojokerto tidak menggemari sikap lilin, terutama gerakan sikap lilin pada peserta didik kelas VII karena menganggap terlalu sederhana dan mudah, namun masih banyak yang salah atau sulit melakukan gerakan sikap lilin.

Pada saat pengamatan peneliti guru PJOK sedang melakukan tes praktek untuk peserta didik kelas VII, saya akhirnya melakukan pelajaran sikap menyalakan lilin sendiri dengan materi yang dipelajari di kelas. Saat belajar, banyak anak yang belum memahami dokumen tentang sikap lilin, mempelajari dokumen sikap lilin secara detail untuk peserta didik dengan tujuan agar peserta didik memahami materi walaupun masih ada peserta didik yang saling berbicara dan bermain.

Menurut (Muhajir, 2017), pembelajaran adalah proses interaktif antara guru dan peserta didik, termasuk banyak pendekatan menggunakan teknologi yang akan membantu memecahkan masalah kehidupan di kelas. Perubahan itu sendiri dimulai secara bertahap dari sesuatu yang tidak diketahui, kemudian dikuasai atau dimiliki dan digunakan sampai suatu saat dinilai oleh mereka yang menjalani proses belajar. Saat berlatih gerakan kotor telinga banyak peserta didik yang kehilangan keseimbangan dan merasa tidak nyaman saat melakukan gerakan tersebut, peserta didik putri merasa takut dan bingung saat mencoba untuk mempraktekkan gerakan tersebut. Dengan bantuan peserta didik, mereka mulai memahami gerakan sikap lilin. Faktor keseimbangan, kurangnya pemahaman materi, sekaligus muncul rasa takut dan malu terutama bagi mahasiswi yang banyak yang tidak berusaha untuk mempraktekkan gerakan-gerakan tersebut. Berdasarkan faktor-faktor di atas, maka perlu dilakukan penelitian mengenai “Faktor-Faktor yang Menghambat Kemampuan Melakukan Gerakan Sikap Pada Peserta didik Kelas VII SMP Negeri 9 Mojokerto Kota”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Peserta didik masih kesulitan melakukan gerakan sikap lilin karena tidak memahami materi
2. Peserta didik kurang menggemari sikap lilin karena malu dan takut
3. Belum diketahuinya faktor penghambat kemampuan melakukan gerakan sikap lili murid kelas VII SMP Negeri 9 Kota Mojokerto

1.3 Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada faktor-faktor yang menghambat gerak peserta didik saat melakukan sikap lilin.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan penjelasan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hambatan kemampuan SMP Negeri 9 Kota Mojokerto dalam melakukan gerakan sikap lilin.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut.

1.5. Secara Teoritis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengalaman yang bermanfaat untuk menambah ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan, memberikan peneliti jawaban yang spesifik atas pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan judul penelitian..
- b. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan referensi instansi, organisasi dan pihak-pihak yang berhubungan dengan dunia pendidikan.

1.5. Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan kemampuan penulis untuk menerapkan teori yang diterima selama kuliah dan mendorong penulis untuk belajar memahami, menganalisis, dan memecahkan masalah.

b. Bagi Sekolah

Memahami hambatan latihan sikap lilin dan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran sikap lilin di masa depan.

c. Bagi Guru

Guru dapat menggunakan survei ini untuk mengevaluasi dan meninjau, membantu mengatasi hambatan dalam proses pembelajaran sikap lilin.

d. Bagi Peserta Didik

Kendala-kendala yang ada dapat dipahami dan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk menghindari hal-hal yang dapat menghalangi peserta didik untuk berlatih sikap lilin.

1.6 Asumsi Penelitian

Peneliti berasumsi bahwa setiap peserta didik memiliki batasan yang berbeda dalam menyelesaikan masalah. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini

adalah untuk mengetahui atau mengukur keterampilan motorik peserta didik terkait kemampuan pemecahan masalah pada materi ajar sikap lilin di kelas VII SMP.

1.7 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan ini merupakan penelitian lapangan yakni dilakukan dengan melakukan survei pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 9 Kota Mojokerto. Penelitian ini hanya mencakup kemampuan peserta didik dalam memahami dan mempraktikkan materi gerakan sikap lilin.

1.8 Definisi Operasional

Menurut (Sugiyono, 2018), istilah variabel merupakan atribut atau sifat atau nilai dari orang obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini variabel terikat ke variabel bebas. Variabel terikat yaitu faktor penghambat sedangkan variabel bebas yaitu: malu, takut, keseimbangan.

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap apa yang akan diteliti, maka perlu adanya penjelasan mengenai istilah-istilah yang akan digunakan dalam penelitian ini.