

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan sebagai suatu konsep yang diartikan dan juga dipandang masyarakat dalam pengertian yang kurang tepat bahkan dapat dikatakan salah, sehingga pengertian pendidikan maknanya sering dikucilkan hanya sebatas pengertian pengajaran atau masyarakat sering membuat pengertian pendidikan sama dengan suatu pengajaran. (Maelani et al., 2019) Menjelaskan hidup adalah pendidikan, maksudnya pendidikan adalah segala pengalaman hidup dalam berbagai lingkungan yang berlangsung seumur hidup dan berpengaruh positif bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi setiap individu.

Olahraga merupakan media atau sarana yang dapat dimanfaatkan oleh manusia untuk mencapai derajat kebugaran. Tidak hanya derajat kebugaran, tetapi ada banyak aspek manfaat dalam berolahraga. Aspek tersebut misalnya terwujudnya kesehatan fisik, kebugaran fisik, mental dan sosial. Oleh karenanya berolahraga sebaiknya dilakukan manusia sebagai bentuk kebutuhan hidup yang harus dijalani sehingga mempermudah manusia mencapai manfaat yang melekat pada aspek-aspek tersebut. (Zika Purba et al., 2022)

Senam lantai adalah salah satu serangkaian dari rumpun senam. Senam lantai cara gerakan dan bentuk latianya di lantai. Hal itu disesuaikan dengan namanya yaitu lantai. Lantai yang dimaksud adalah lantai dari matras maupun permadani. Untuk salah satu bentuk kegiatan olahraga pendidikan di salah satu tingkat jenjang pendidikan tingkat SD adalah materi senam lantai yaitu roll depan.

Pada senam lantai terdapat beberapa macam di antaranya Roll depan, Roll Belakang, Sikap Lilin, Guling Lenting, Handstand dan Headstand, Kayang, Loncat Harimau. Tetapi pada kali ini skripsi ini akan membahas tentang materi roll depan atau guling depan. (Robert & Brown, 2004)

Nidaul Janah (2021:47). *Roll depan* adalah berguling kedepan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang) Dalam senam lantai roll depan terdapat juga teknik dasarnya yang dimana terdiri atas : 1) Sikap awalan, 2) Teknik lanjutan, 3) sikap akhiran. *Roll depan* juga di pengaruhi oleh faktor tingkat penguasaan teknik, dan juga sebuah koordinasi gerakan yang tepat sesuai dengan tahapan gerakan yang benar, dalam hal ini siswa - siswi harus memahami gerakan dan juga teknik sesuai urutan yang benar, mulai dari teknik awalan, teknik lanjutan, dan juga teknik akhiran yang dimana sudah diberikan oleh guru. Untuk memahami teknik dasar *Roll depan* yang benar maka guru dapat menggunakan suatu metode dalam mengajar supaya ilmu yang telah diketahui dapat diberikan atau disalurkan kepada siswa – siswi. Banyak juga metode yang dapat digunakan oleh guru diantaranya, metode berpasangan, metode berkelompok, metode bermain, metode resiprokal serta metode demonstrasi dan lain-lain.

Banyaknya suatu metode yang dapat digunakan oleh seorang guru, salah satu metode yang sesuai dengan karakteristik siswa – siswi SD adalah metode demonstrasi. Metode demonstrasi adalah metode yang dimana guru memberikan contoh kepada siswa – siswi agar dapat meniru, memeragakan ulang materi yang diberikan oleh guru.

Metode demonstrasi dapat digunakan ketika pembelajaran senam lantai yaitu *Roll depan*, selain itu guru juga belum pernah menggunakan metode demonstrasi ini untuk menjelaskan teknik *Roll depan*, sehingga banyak siswa – siswi yang belum mengetahui teknik dasar *Roll depan* dengan baik dan benar, terlihat pada saat siswa – siswi melakukan *Roll depan* pada saat jam pelajaran, banyak siswa – siswi pada saat penjatuhan badan setelah teknik awalan itu jatuh kearah samping atau bisa dikatakan tidak lurus, bahkan ada yang belum bisa melakukan teknik *Roll depan* sama sekali.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti terdorong untuk meneliti dan mengetahui tentang adakah “upaya meningkatkan keterampilan siswa – siswi kelas 4 tentang *roll depan* di SDN Kaliglagah 03”.

1.2 Masalah Penelitian

Bagaimanakah upaya meningkatkan keterampilan siswa – siswi kelas 4 tentang senam lantai *roll depan* di SDN Kaliglagah 03 dengan menggunakan metode demonstrasi ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan siswa – siswi kelas 4 tentang senam lantai *roll depan* di SDN kaliglagah 03 dengan menggunakan metode demonstrasi

1.4 Definisi Operasional

Penelitian ini memiliki konsep yang dimana memiliki metode yang tepat yaitu menggunakan metode demonstrasi untuk anak sekolah dasar khususnya senam lantai yaitu *roll depan* pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).

Roll depan merupakan salah satu senam lantai yang juga harus bisa di kuasai dan juga untuk pemula juga sangat perlu berlatih fokus memperbaiki gerakan mengguling meroda kedepan. Dengan menggunakan metode demonstasi juga diharapkan bisa memberi semangat dan juga kesenangan saat berlatih karena metode demonstrasi juga sangat baik untuk sekolah dasar.

1.5 Manfaat Penelitian

- a. Bagi peneliti sebagai persyaratan memperoleh gelar stara S1 pada fakultas keguruan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah jember.
- b. Bagi siswa dapat menambah pengetahuan dan kemampuan melakukan olahraga senam lantai roll depan dengan lebih baik
- c. Bagi guru dengan menggunakan penelitian ini guru dapat lebih mudah memberikan pengajaran kepada siswa tentang cara melakukan teknik roll depan dengan baik
- d. Bagi sekolah dapat meningkatkan prestasi / kemampuan siswa khususnya dalam olahraga senam lantai roll depan.
- e. Bagi fakultas, hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan guna menambah pengetahuan mahasiswa lainnya

1.6 Ruang lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini menggunakan metode demonstrasi sebagai meningkatkan keterampilan roll depan dengan 2 – 3 siklus pada proses penelitian sumber data di peroleh dari siswa – siswi sekolah dasar. Lokasi penelitian berada di SDN kaliglagah 03.