

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan adalah kegiatan yang harus selalu ada didalam kehidupan manusia, tanpa mengenal pendidikan manusia tidak akan berkembang dan berbudaya seperti sekarang ini. Disisi lain pendidikan mempunyai peranan sangat penting untuk mempersiapkan sumber daya manusia berkualitas. Menurut Ernawati (2019: 1) menjelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan siswa melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang, pendidikan bukan hanya sebagai sarana untuk menyiapkan individu bagi kehidupannya di masa depan, tetapi juga untuk kehidupan anak masa sekarang yang sedang mengalami perkembangan menuju ke tingkat pendewasaan. Sedangkan menurut Sugihartono, dkk berpendapat bahwa pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan sengaja untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun berkelompok untuk mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Sunarya, 2021). Dengan meningkatnya sumber daya manusia akan pendidikan diharapkan memperbaiki jenjang pendidikan di Indonesia serta diharapkan mampu beradaptasi dengan kemajuan zaman.

Pendidikan jasmani merupakan aktivitas psikomotorik siswa yang dilakukan berdasarkan keterampilan kognitif, dimana pada saat melakukannya, akan terjadi perilaku siswa yang berkaitan dengan sikap atau budipekerti siswa (seperti disiplin, jujur, percaya diri, dan pantang menyerah) serta perilaku sosial

(Ulum et al., 2024). Pendidikan jasmani juga merupakan proses belajar yang dilakukan melalui aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran, perkembangan dan pertumbuhan seseorang serta dapat mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat aktif. Suherman menjelaskan bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui Pendidikan Jasmani siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Kustiawan, 2020). Sedangkan menurut Pratiwi & Oktaviani berpendapat bahwa pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah hal yang mutlak dan esensial dalam perkembangan hidup suatu bangsa untuk perkembangan hidup suatu bangsa untuk mencapai kemajuan dalam ilmu pengetahuan dan teknologi dalam ranah Jasmani Kesehatan dan Rekerasi (Hadjarati, 2020). Pendidikan jasmani sendiri mempunyai tujuan memberikan kesempatan pada siswa untuk mengembangkan potensi baik fisik, mental, sosial, emosional dan moral.

Senam adalah aktifitas yang melibatkan serangkaian gerakan yang membutuhkan kekuatan serta keserasian dalam gerakan tertentu. Soekarno menjelaskan bahwa senam merupakan latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan harmonis (Nggaa, 2022). Sedangkan menurut Imam Hidayat berpendapat bahwa senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran

jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual (Sumarni, 2017). Senam sendiri penting untuk pembentukan kelenturan tubuh untuk mengontrol tubuh dan keseimbangan tubuh.

Senam lantai adalah gerakan senam yang dilakukan di lantai dengan menggunakan alas berupa matras. Agus Mahendra menjelaskan bahwa senam lantai adalah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus (Sumarni, 2017). Sedangkan menurut Muhajir berpendapat bahwa senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Dikatakan senam lantai karena keseluruhan keterampilan gerakan dilakukan pada lantai yang beralas matras tanpa melibatkan alat lainnya. Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik/ gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, dan ketepatan (Sunarya, 2021). Adapun beberapa manfaat dari senam lantai diantaranya menjaga kekuatan otot, membakar kalori, menguatkan tulang, melancarkan aliran darah serta meningkatkan kelenturan tubuh.

Guling depan adalah serangkaian gerakan dengan cara menggulingkan badan ke depan dengan teknik membulatkan badan. Agusta menjelaskan bahwa guling depan adalah gerak berguling yang halus dengan menggunakan tubuh bagian tubuh yang berbeda untuk kontak dengan lantai, dimulai dari kedua kaki, kedua tangan, ketengkuk, lalu kebahu, kepunggung, pinggang dan pantat, sebelum akhirnya ke kaki kembali (Marsuki, 2017). Sedangkan menurut Muhajir berpendapat bahwa guling ke depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan pinggul bagian belakang (Riyanto,

2022). Pada jenjang usia dini, khususnya materi guling depan kemampuan siswa perlu dikembangkan terutama bagian teknik dasar supaya menghasilkan gerakan yang baik dan benar. Menurut Ismaryati menyatakan bahwa pada cabang olahraga senam lantai khususnya guling ke depan latihan kekuatan adalah faktor utama, terutama latihan kekuatan otot lengan. “kekuatan adalah tenaga kontraksi otot yang dicapai dalam sekali usaha maksimal” (Imansyah, 2018).

Risnawati (2015) menjelaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di sekolah dasar sebagian besar akan lebih baik jika mengacu pada model-model pembelajaran yang sifatnya dimodifikasi. Modifikasi disini tujuannya memudahkan siswa mengikuti setiap kegiatan olahraga serta mengurangi resiko terjadinya cedera. Menurut Marsuki (2017) mengatakan bahwa salah satu keterbatasan guru Penjasorkes dalam mengajar adalah dalam hal menciptakan situasi lingkungan yang memungkinkan siswa berinteraksi sehingga terjadi perubahan atau perkembangan pada diri siswa. Sedangkan menurut Ngasmain dan Soepartono mengatakan alasan utama perlunya modifikasi adalah : (1) siswa bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil, kematangan fisik dan mental siswa belum selengkap orang dewasa, (2) pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani selama ini kurang efektif, hanya bersifat lateral dan monoton, dan (3) fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani yang ada sekarang, hampir semuanya didesain untuk orang dewasa (Ega, 2015). Dengan memberi modifikasi pada media pembelajaran membuat siswa lebih banyak bergerak di berbagai situasi dan kondisi.

Sebagai penguatan materi pada penelian ini, penulis mencantumkan beberapa hasil penelitian sebelumnya. Berdasarkan hasil penelitian Ernawanti (2019) menyatakan meningkatkan hasil belajar materi guling depan menggunakan

sponge sebagai alat bantu pembelajaran menunjukkan bahwa hasil penelitian memperoleh data peningkatan rata-rata klasikal dari kondisi awal sebesar 63 menjadi 73 pada siklus I dan 78 pada siklus 2. Sedangkan ketuntasan belajar klasikal juga mengalami peningkatan dari kondisi awal hanya sebesar 31,82%, pada siklus I mencapai 45,45% serta pada Siklus 2 meningkat mencapai 86,36%. Sedangkan menurut Imansyah (2018) mengatakan bahwa berdasarkan hasil, maka dapat dinyatakan bahwa penguasaan teknik dasar roll depan melalui alat bantu bantal berhasil pada siklus 2, yaitu persentase rata-rata teknik roll depan dengan indikator teknik awalan sebesar 80,8% tergolong baik, teknik gerak roll sebesar 73,3% tergolong cukup, dan teknik pendaratan sebesar 69,2% dikategorikan cukup. Dari hasil penelitian sebelumnya, peneliti akan menggunakan alat bantu untuk meningkatkan hasil belajar guling depan berupa sponge yang diletakkan dileher dan dimatras dengan ukuran tertentu.

Berdasarkan nilai hasil belajar saat materi senam lantai guling depan, siswa kelas 5 mendapatkan hasil kurang maksimal, dari 28 siswa yang dapat memenuhi standar kriteria ketuntasan hanya 12 siswa (42,85%), sedangkan sebanyak 16 siswa (57,14%) belum memenuhi standar kriteria ketuntasan minimum (KKM). Dapat disimpulkan bahwa keterampilan dan motivasi siswa terhadap materi guling depan terbilang kurang. Nashar juga menjelaskan bahwa motivasi belajar yang dimiliki siswa-siswa dalam setiap kegiatan pembelajaran sangat berperan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran tertentu (Prakoso, 2019). Siswa yang mempunyai motivasi tinggi kecenderungan akan mengeluarkan semua kemampuan untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti mencoba menggunakan alat bantu sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam pembelajaran senam guling depan di sekolah dasar. Upaya tersebut direalisasikan melalui penelitian tindakan kelas (PTK). Penyelenggaraan PTK harus mengacu kepada kebutuhan guru untuk menaruh perhatian terhadap prosedur etika di lingkungan kerjanya (Agustina, 2022). Adapun judul yang diangkat dalam penelitian ini adalah Peningkatan Keterampilan dan Motivasi Siswa Sekolah Dasar dalam Pembelajaran Guling Depan menggunakan Alat Bantu Sponge.

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka masalah penelitian adalah bagaimana cara meningkatkan keterampilan dan motivasi siswa sekolah dasar dalam pembelajaran guling depan menggunakan alat bantu sponge?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan dan motivasi siswa sekolah dasar dalam pembelajaran guling depan menggunakan alat bantu sponge.

1.4 Definisi Operasional

Keterampilan adalah tingkat kemampuan dalam menguasai bidang tertentu yang membutuhkan tenaga dan pikiran. Motivasi adalah dorongan untuk melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan yang bermanfaat dalam mengembangkan keterampilan senam lantai guling depan serta menambah ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan kendala pembelajaran senam lantai guling depan.

2. Manfaat praktis

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, maka diharapkan berguna sebagai kontribusi yang baik kepada siswa, pendidik, sekolah, dan peneliti lainnya.

a. Bagi Siswa

Membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan pembelajaran senam lantai guling depan dengan benar sehingga menumbuhkan motivasi belajar bagi siswa dan proses pembelajaran lebih bermakna.

b. Bagi Pendidik

Manfaat bagi guru sebagai bahan rujukan dan referensi dalam meningkatkan pendidikan khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta mengetahui kendala siswa pada pembelajaran senam lantai guling depan.

c. Bagi Sekolah

Manfaat bagi sekolah untuk membantu dan meningkatkan pemberdayaan kecakapan hidup siswanya sehingga diharapkan mampu bersaing dalam kompetensi antar sekolah baik dalam ranah masyarakat

maupun untuk kepentingan dalam melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi.

d. Bagi Peneliti lainnya

Penelitian ini membuka kesempatan untuk membuka kesempatan bagi peneliti lain sebagai referensi untuk melaksanakan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan meningkatkan keterampilan dasar serta meningkatkan motivasi pada siswa.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada maka peneliti ingin melakukan peningkatan keterampilan dasar gerakan guling depan, memotivasi siswa serta mengadakan modifikasi media pembelajaran. Penelitian ini mengambil data dengan subjek siswa kelas 5 yang berjumlah 28 di UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumpalsari, Jember tahun pelajaran 2023/2024.