

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gerak adalah sesuatu yang ditampilkan manusia secara nyata dan dapat diamati, namun yang melatar belakangi suatu gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dan dalam suatu pekerjaan sangat beraneka ragam, sesuai dengan hakikat keberadaan dan kebutuhan hidup manusia yang berbeda-beda.

Keterampilan gerak adalah tingkat kemampuan yang lebih kompleks dan berbagai kerja sama sistem tubuh dalam menampilkan gerak, atau kemampuan melakukan gerak dengan efisien. Hal ini sesuai dengan salah satu tujuan pemberian mata pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa adalah agar siswa menjadi terampil dalam melakukan aktivitas fisik. Karena pendidikan jasmani (Penjas) merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Pendidikan jasmani itu adalah wahana untuk mendidik anak. Pendidikan jasmani merupakan “alat” untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat

keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat sepanjang hayat.

Dengan mata pelajaran pendidikan jasmani siswa dapat dilatih untuk memiliki kemampuan melakukan gerak yaitu menghubungkan atau kesanggupan dari setiap individu untuk digunakan dalam mempertinggi daya kerjanya dan dilatih memiliki keterampilan gerak yang merupakan proses untuk mengetahui tingkat kesulitan dan menentukan pola belajar yang tepat.

Secara sederhana pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk :

1. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya yang berkaitan dengan aktivitas jasmani.
2. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
3. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
4. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara berkelompok maupun perorangan.
5. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

6. Menikmati kesenangan dan kerianan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

“Rusli Lutan (2000:2)

Siswa di Sekolah Menengah Pertama merupakan siswa yang dikategorikan memiliki gerakan lanjutan setelah dari Sekolah Dasar, siswa sudah dapat menganalisis gerakan namun masih memiliki kemampuan yang rendah dan belum teratur sehingga harus dilatih dan dirangsang untuk lebih maksimal melakukan gerak, pada anak Sekolah Menengah Pertama, anak diharapkan bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensori pada anak penting untuk mengembangkan kemampuan- kemampuan menganalisis dan bahkan menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapainya proses belajar yang cepat. Pola dasar gerakan penting bagi siswa sebagai dasar untuk melakukan olahraga.

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar pelaksanaannya bukan melalui pengajaran di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional, dan sosial. Agar standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana sesuai dengan kurikulum maka, guru

pendidikan jasmani harus mampu merancang pembelajaran yang sesuai dengan kemampuan dan kematangan anak didik, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.

Dalam menunjang pelaksanaan pembelajaran di sekolah, kreativitas seorang guru sangat dibutuhkan, sehingga proses pembelajarannya dapat memberi pengalaman belajar yang baik secara lengkap kepada anak didik. Untuk menumbuhkan sikap aktif, kreatif, inovatif dan kompetitif dari siswa tidaklah mudah, fakta yang terjadi adalah guru dianggap sumber belajar yang paling benar. Proses pembelajaran yang terjadi memposisikan siswa sebagai pendengar ceramah guru. Akibatnya proses belajar mengajar cenderung membosankan dan menjadikan siswa malas untuk belajar. Mengajar cenderung membosankan dan menjadikan siswa malas untuk belajar khususnya pendidikan jasmani.

Sebenarnya banyak metode yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan gerak siswa dalam pendidikan jasmani. Namun sering kali metode yang ada tidak mencapai tujuan pembelajaran karena keterbatasan waktu yang hanya 2 kali pertemuan untuk mata pelajaran senam irama di sekolah. Seperti dalam pelajaran senam irama, dimana guru hanya mempraktikkan di depan siswa dan siswa sekedar mengikuti di belakang dan dengan tidak serius.

Oleh sebab itu penulis ingin menggunakan penerapan Model Desain Pembelajaran Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) dalam pembelajaran ini. Desain

pembelajaran yang memakai sistem, yang merupakan gabungan dari beberapa komponen metode belajar yang dirancang dan disampaikan kepada siswa untuk mencapai tujuan. Dimana semua rangkaian desain pembelajaran yang memakai sistem instruksional mulai dari penjelasan tujuan, pengembangan evaluasi melakukan SKSU, dan melakukan program yang dirancang berupa tuntunan berlatih dilakukan sepenuhnya oleh siswa dengan tuntunan dari guru sehingga siswa dapat berkreasi dalam pelajaran senam irama yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pelajaran senam irama juga memiliki keterampilan gerak dalam senam irama.

Salah satu aktivitas fisik dalam program pendidikan jasmani yang telah cukup dikenal adalah aktivitas senam baku. Senam dapat dijadikan sebagai satu bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu. Olahraga senam memiliki sistematika tersendiri dan mempunyai tujuan yang hendak dicapai seperti peningkatan daya tahan, kekuatan, kelenturan, koordinasi serta diperluas untuk menunjang prestasi, membentuk tubuh yang ideal dan memelihara kesehatan. Semangat dan penghafalan gerakan senam baku sangat menunjang untuk dapat melakukan seluruh gerakan dengan cepat.

Salah satu jenis senam yang sekarang ini sedang dikembangkan kepada masyarakat khususnya kalangan pelajar adalah Senam Kebugaran Sumatra Utara (SKSU). Senam ini merupakan senam kebugaran yang dibakukan dengan gerakan yang sistematis dan teratur. Maka dari itu penulis ingin meningkatkan kemampuan untuk melakukan Senam Kebugaran

Sumatra Utara dengan menggunakan media Desain Model Pembelajaran Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional agar siswa dapat melakukan dan menguasai gerakan senam, karena gerakan itu akan dilakukan dengan tuntunan berlatih dan lembar langkah-langkah Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) dibubuhi gambar yang diberikan kepada masing-masing siswa khususnya di sekolah yang berada di wilayah Sumatera Utara..

Berdasarkan observasi penulis dan hasil wawancara peneliti dengan guru pendidikan jasmani SMP Yayasan Pendidikan HKBP Sidorame Medan, mengenai Hasil belajar siswa dalam pelajaran senam irama, ternyata masih banyak siswa yang memperoleh nilai rendah. Dari hasil observasi tersebut ternyata masih banyak menemukan siswa yang tidak mampu melakukan gerakan dalam Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) dengan benar, dikarenakan tidak adanya perlakuan khusus pada pembelajaran senam irama dan guru di Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan, hanya melakukan gerakan di depan siswa dan siswa hanya mengikuti dibelakang dengan intensitas 2 kali dalam sebulan.

Menurut peneliti, perlu dicari solusi yang tepat dalam masalah ini agar siswa lebih dapat berlatih secara khusus dalam proses pembelajaran Senam kebugaran Sumatera Utara (SKSU) dan sebagian siswa dari kelas tersebut memiliki niat untuk Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU), mereka suka dengan gabungan musik yang menggabungkan 8 etnis budaya didalamnya dan tempo yang tidak terlalu cepat, sehingga menambah ketertarikan mereka untuk mengulang kembali melakukan senam. Dalam hal ini salah satu

alternatif yang dapat dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut adalah dengan meningkatkan kualitas kemampuan melakukan Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) melalui Model Desain Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI).

Penggunaan Model Desain Pembelajaran Posedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) dalam proses belajar mengajar merupakan salah satu alternatif yang dapat memberi andil yang baik, karena PPSI memiliki kelebihan dengan sistem instruksional yang menggunakan pendekatan sistem, yaitu satu kesatuan yang terorganisasi, yang terdiri atas sejumlah komponen yang saling berhubungan satu sama yang lainnya dalam rangka mencapai tujuan yang diinginkan. PPSI juga memiliki fungsi untuk mengefektifkan perencanaan dan pelaksanaan program pengajaran secara sistematis dan sistematis, untuk dijadikan sebagai pedoman mendidik dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Diharapkan dengan penerapan model Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar khususnya pada Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU).

Dari uraian diatas penulis tertarik mengadakan penelitian untuk melihat seberapa besar pengaruh penerapan Desain Model Pembelajaran Prosedur Pengembangan Instruksional (PPSI) Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) pada siswa kelas VIII Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul antara lain :

Siswa bosan dan tidak serius sehingga kurang aktif dalam pembelajaran penjas!

Metode pembelajaran yang diterapkan guru masih dominan kepada guru, monoton dan terbatasnya waktu melakukan pembelajaran!

Bagaimanakah hasil belajar peserta didik terutama dalam pembelajaran senam irama, Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) ?

Siswa merasa bosan dan malas saat guru menyampaikan pembelajaran dengan cara guru hanya menjadi instruktur saja, sehingga tidak ada variasi pembelajaran!

Bagaimana pelaksanaan sistem instruksional dalam aktivitas pembelajaran senam irama dalam mempengaruhi kemampuan gerak siswa untuk melakukan Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) pada siswa kelas VIII Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015 ?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan masalah terkait dalam suatu penelitian dan untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda maka diadakan pembatasan masalah yaitu :

“Peningkatan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) dengan Penerapan Desain Model Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) pada siswa kelas VIII Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015.

D. Rumusan Masalah

Dalam perumusan masalah penulis membuat rumusan spesifikasi terhadap hakikat masalah yang diteliti. Perumusan masalah dalam penelitian ini: “Apakah Dengan Penerapan Desain Model Pembelajaran Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) Dapat Meningkatkan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara Pada Siswa Kelas VIII Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015” ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dirumuskan sebagai berikut : “Untuk Mengetahui Apakah Dengan Model Pembelajaran Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) Dapat Meningkatkan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) Pada Siswa Kelas VIII Yayasan Pendidikan SMP HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015”.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

- 1) Sebagai bahan perbandingan dan pemikiran untuk meningkatkan mutu keterampilan gerak khususnya kemampuan gerak senam kebugaran sumatera utara.
- 2) Peningkatan dan memperkaya ilmu pengetahuan terutama dalam hal keterampilan peningkatan kemampuan gerak senam kebugaran sumatera utara.
- 3) Sebagai bahan masukan bagi guru Sekolah Menengah Pertama bahwa dalam pengajaran pendidikan jasmani sangat efektif melalui penerapan model pembelajaran Prosedur Pengembangan Sistem Instruksionsl karena akan memberi efek psikomotorik gerak dasarnya.
- 4) Bagi para guru pendidikan jasmani sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan pembelajaran Senam Kebugaran Sumatera Utara terhadap peningkatan kemampuan gerak siswa di kelas.