

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang di ajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan

perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Seperti halnya Aip Syarifuddin dan Muhadi (1991:7) menyatakan bahwa, “Melalui pendidikan jasmani anak didik akan memperoleh berbagai pengalaman terutama yang sangat erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan,berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, keterampilan gerak,kebugaran jasmani, membiasakan hidup sehat, pengetahuan dan pemahaman terhadap sesama manusia.” Berdasarkan jenis materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikelompokkan menjadi dua yaitu : materi pokok dan materi pilihan. Materi pokok merupakan materi yang wajib diberikan kepada siswa yang mencakup atletik, senam dan permainan. Sedangkan materi pilihan merupakan materi yang dapat dipilih dengan kemampuan dan situasi serta kondisi sekolah masing-masing.

Senam adalah suatu cabang olahraga yang membutuhkan kelentukan dan koordinasi yang baik antara anggota tubuh. Senam sendiri terdiri dari 3 macam,yaitu : senam dasar, senam ketangkasan dan senam irama. Senam ketangkasan dapat dilakukan tanpa alat dan dengan alat. Senam ketangkasan yang dilakukan tanpa alat dinamakan senam lantai, sedangkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dinamakan senam alat.

Di dalam senam lantai terdapat bermacam-macam bentuk gerakan,baik yg dilakukan dengan lentingan dan putaran badan, maupun bentuk sikap keseimbangan. Sedangkan mudah atau sukarnya melakukan bentuk-bentuk gerakan tersebut tergantung dari besar kecilnya unsur-unsur yang terdapat dalam

bentuk gerakannya, misalnya seperti : kelembasan, ketepatan, keseimbangan, dan ketangkasan dari yang melakukannya. Senam lantai merupakan cabang olahraga yang kurang begitu populer di masyarakat, sehingga kurang begitu diminati pula oleh anak-anak sekolah dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah. Gerakan dalam senam lantai membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh serta teknik yang benar, di samping itu olahraga ini sangat membosankan bagi anak sekolah khususnya SMA karena anak usia Sekolah Menengah Atas sangat menyukai olahraga yang mengandung permainan dibanding senam lantai.

Pada tanggal 31 oktober 2013 dilakukan observasi hasil pembelajaran siswa kelas X di SMA Swasta YPK Medan Jl. Sakti Lubis Gg. Pegawai No. 8 Medan materi *roll depan* senam lantai di SMA Swasta YPK Medan, Dari hasil wawancara dengan guru penjas kelas X SMA YPK Medan mengenai hasil belajar siswa dalam materi senam lantai, ternyata masih banyak siswa yang memperoleh nilai rendah terutama pada materi senam lantai *roll* depan ini terlihat dari hasil observasi hasil pembelajaran senam lantai *roll* depan dengan cara penilaian dari setiap tahap gerakan yang dilakukan belum menunjukkan hasil yang maksimal, hasil observasi hasil belajar senam lantai materi *roll* depan di kelas X B dari 39 orang siswa yang mendapat nilai diatas KKM yaitu 70 hanya 8 orang atau 20,5% siswa dan selebihnya sebanyak 31 atau 79,5 % siswa nilainya berada dibawah KKM .

Dari data dan hasil wawancara dengan guru penjas tentang kondisi kegiatan belajar mengajar tampak bahwa metode pembelajaran yang di gunakan

guru dalam pembelajaran senam lantai materi *roll* depan kurang berhasil. Guru penjaskes selama ini memberikan materi senam lantai dengan menggunakan metode demonstrasi dan latihan siswa lebih banyak melakukan latihan tahapan gerakan secara mandiri dengan waktu yang sedikit ini menyebabkan siswa sangat sulit memahami tiap tahap gerakannya dan takut untuk melakukannya terutama pada tahapan kedua yaitu gerakan berguling tahapan bengkakkan siku kesamping, masukkan kepala di antara dua tangan dan sentuh bahu ke matras kebanyakan siswa berguling dengan kepala mengenai matras dan tidak membengkakkan siku mereka hasilnya sebagian dari mereka berguling ke samping dan sikap akhir pun tidak bisa di lakukan.

Dari hasil pengamatan tentang sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah untuk pembelajaran penjas. SMA Swasta YPK hanya memiliki satu lapangan multiguna yg digunakan untuk basket, futsal dan voli ditambah lagi adanya murid SMP dan SMK belajar penjaskes dengan waktu yang bersamaan dan tidak adanya ruang serbaguna untuk membantu pembelajaran olahraga dan untuk pembelajaran senam lantai hanya tersedia 4 matras dan hanya 3 matras yang layak pakai , pada pembelajaran *roll* depan senam lantai dengan metode pembelajaran yang digunakan oleh guru bidang studi penjaskes ini sangat menghambat karena keterbatasan waktu pembelajaran sehingga tidak seluruh murid maksimal untuk melakukan latihan ini di perparah dengan enggannya beberapa siswa melakukan latihan *roll* depan karena takut sedangkan metode pembelajaran guru mengharuskan siswa melakukan latihan tahapan gerakan yang di contohkan secara sendiri-sendiri .

Jadi dari permasalahan yang telah dikemukakan di atas maka diperlukan metode atau variasi yang cocok di setiap pembelajaran. Salah satunya dengan menggunakan alat bantu yang di modifikasikan untuk setiap tahapan gerakan pada pembelajaran senam lantai *roll* depan. Dengan melaksanakan proses pembelajaran dengan menggunakan alat bantu, di harapkan akan dapat memberikan suatu pembaharuan dalam proses pembelajaran serta memungkinkan siswa untuk menjadi lebih mudah, lebih cepat, lebih bermakna, efektif dan menyenangkan dalam mempelajari materi senam lantai materi *roll* depan yang di berikan guru.

Untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul “Upaya Meningkatkan hasil belajar *Roll* Depan Senam Lantai dengan menggunakan alat bantu pada siswa kelas X SMA SWASTA YPK KOTAMADYA MEDAN Tahun Pelajaran 2013 / 2014 .

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah : 1. Sarana dan prasarana yang belum memenuhi 2. metode mengajar guru selama ini masih monoton. 3. Guru belum memberikan koreksi yang positif terhadap kesalahan-kesalahan siswa dalam melakukan *Roll* Depan pada senam lantai. 4. Masih rendahnya motivasi belajar siswa. 5. Terbatasnya

media pembelajaran khususnya pembelajaran Senam Lantai. 6. Masih rendahnya kemampuan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan.

### **C. Batasan Masalah**

Untuk lebih mengarahkan peneliti ini sehingga terfokus dan spesifik maka masalah dibatasi hanya pada peningkatan hasil belajar *Roll Depan* dengan menggunakan alat bantu pada siswa kelas X SMA Swasta YPK Kotamadya Medan Tahun Ajaran 2013 / 2014.

### **D. Rumusan Masalah**

Bertitik tolak dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimanakah upaya meningkatkan hasil belajar *Roll Depan* dengan menggunakan alat bantu pada siswa kelas X SMA Swasta YPK Kotamadya Medan Tahun Ajaran 2013 / 2014 ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya peningkatkan hasil belajar *Roll depan* dengan menggunakan alat bantu pada kelas X SMA Swasta YPK Kotamadya Medan Tahun Pelajaran 2013 / 2014.

### **F. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat antara lain:

1. Dapat meningkatkan kemampuan roll depan senam lantai siswa SMA Swasta YPK Medan.
2. Sebagai masukan untuk dijadikan pedoman guru Penjas SMA Swasta YPK Medan akan pentingnya penggunaan alat bantu dalam meningkatkan kemampuan *roll* Depan senam lantai.
3. Menambah wawasan dan pengetahuan bagi penelitian tentang karya ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.