

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani dan olahraga sangat penting keberadaannya dalam dunia pendidikan, tanpa adanya pendidikan jasmani maka pendidikan yang lainnya tidak akan berjalan dengan baik, begitu juga sebaliknya pendidikan jasmani tanpa pendidikan yang lain maka pendidikan jasmani tidak akan dapat berjalan dengan baik. Oleh karena itu, antara pendidikan jasmani dan pendidikan yang lainnya tidak dapat berjalan sendiri-sendiri.

Selaras dengan pendapat Mahendra (2003:4) bahwa "pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional."

Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang terpilih yang 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. Di dalam pembelajaran penjas siswa dituntut untuk bisa bergerak aktif agar keterampilan motorik siswa bisa berkembang dengan baik.

Secara umum kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani melibatkan aktivitas fisik, demikian pula halnya dalam belajar senam lantai. Senam lantai adalah aktifitas yang dilakukan baik sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya. Senam lantai (*floor exercise*) adalah salah satu bagian dari rumpun senam. Sesuai dengan istilahnya, maka gerakan-gerakan senam dilakukan di atas lantai yang beralaskan matras atau permadani. Senam lantai sering juga di sebut dengan senam bebas, sebab pada waktu melakukan gerakan tidak membawa alat atau menggunakan alat. Senam lantai menggunakan area yang berukuran 12 X 12 m dan dapat ditambahkan matras sekeliling area selebar 1 meter untuk menjaga keamanan pesenam yang baru melakukan latihan atau rangkaian gerakan. Unsur-unsur gerakannya terdiri mengguling, melompat berputar di udara, menumpu dengan dua tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang pada waktu melompat ke depan atau ke belakang. Bentuk gerakannya merupakan gerakan dasar senam perkakas, bentuk latihannya pada putera maupun puteri pada dasarnya adalah sama, hanya untuk puteri dimasukkan unsur-unsur gerakan balet agar semakin indah dan menarik.

(http://id.wikipedia.org/wiki/senam_lantai/diaksestanggal29april2012).

Mukholid (2007:82) mengatakan: "Senam lantai merupakan salah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus. Contoh senam lantai antara lain sikap lilin, guling depan, guling belakang, berdiri dengan kepala, berdiri dengan tangan, lenting tangan ke depan, meroda dan rentang kaki."

Salah satu gerakan dalam senam lantai adalah guling belakang. Lebih lanjut Mukholid (2007:83) mengungkapkan, "guling belakang adalah suatu bentuk gerakan mengguling yang dimulai dari pantat, pinggang bagian belakang, punggung kepala bagian belakang, dan yang terakhir kedua kaki."

Salah satu faktor keberhasilan guru dalam menyampaikan materi khususnya senam lantai guling belakang dipengaruhi oleh metode pembelajaran. Dalam penyampaian materi kepada siswa, guru memerlukan metode pembelajaran yang tepat agar materi yang diajarkan dapat dikuasai anak dengan baik. Bila guru penjas menggunakan metode yang tepat dalam proses pembelajarannya akan membuat siswa memberikan perhatian terhadap pembelajaran tersebut dan bila siswa mulai memberikan perhatian dalam pembelajaran tersebut maka siswa akan lebih mudah memahami dan mengerti tentang pembelajaran tersebut. Namun bukan hanya metode yang di perhatikan dalam proses pembelajaran tersebut tapi diperlukan juga media sebagai alat penyampaian informasi agar siswa lebih memahami materi yang diajarkan.

Gerlach dan Ely (Arsyad 2002:13) mengatakan bahwa:

"media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Dalam pengertian ini, guru, buku teks, dan lingkungan sekolah merupakan media. Secara lebih khusus, pengertian media dalam proses belajar mengajar cenderung di artikan sebagai alat-alat grafis, fotografis, atau elektronis untuk menangkap, memproses, dan menyusun kembali informasi visual atau verbal."

Jadi dapat dikatakan media audiovisual adalah sebuah alat bantu untuk seseorang dalam menerima suatu pesan, sehingga dia dapat memperoleh

pengetahuan dan pengalaman yang bermanfaat untuk meraih tujuan yang ingin di capai.

Melalui perkembangan teknologi informasi yang cepat, maka media dalam pendidikan pun ikut berkembang, baik kuantitas maupun kualitasnya. Penggunaan media dalam proses pembelajaran menjadi lebih menarik karena media dapat menyampaikan informasi sehingga dapat mendeskripsikan suatu masalah, suatu konsep, suatu proses atau suatu prosedur yang bersifat abstrak dan tidak lengkap menjadi lengkap dan jelas. Rasa keingintahuan dapat dibangkitkan melalui media, untuk menghidupkan suasana kelas, merangsang siswa untuk bereaksi terhadap penjelasan guru dan lain-lain. Media memungkinkan siswa menyentuh objek kajian pelajaran membantu siswa mengkonkritkan sesuatu yang abstrak dan membantu guru menghindarkan suasana monoton.

Kemajuan teknologi informasi sangat berpengaruh terhadap penyusunan dan proses pembelajaran, melalui kemajuan tersebut para guru dapat menggunakan berbagai media sesuai dengan kebutuhan dan tujuan pembelajaran. Dengan menggunakan media bukan saja dapat mempermudah dan mengefektifkan proses pembelajaran, akan tetapi dapat membuat proses pembelajaran lebih menarik. Khususnya media audiovisual, dimana penggunaan media audiovisual ini dapat mempermudah orang dalam menyampaikan dan menerima materi dan dapat menghindarkan salah pengertian, serta dapat mendorong seseorang untuk mengetahui lebih lanjut informasi yang sedang di pelajarnya.

Lebih lanjut Munadi (2008:127) menambahkan media audiovisual yang berbentuk video memiliki beberapa kelebihan, diantaranya adalah:

(1).Mengatasi keterbatasan jarak dan waktu (2) Video dapat diulangi bila perlu untuk menambah kejelasan (3) Pesan yang disampaikan cepat dan mudah diingat (4) Mengembangkan pikiran dan pendapat siswa (5) Mengembangkan imajinasi peserta didik (6) Memperjelas hal-hal yang abstrak dan memberikan gambaran yang lebih realistik (7) Sangat kuat mempengaruhi emosi seseorang (8) Sangat baik menjelaskan suatu proses dan keterampilan; mampu menunjukkan rangsangan yang sesuai dengan tujuan dan respon yang diharapkan dari siswa (9) Semua peserta didik dapat belajar dari video, baik yang pandai maupun yang kurang pandai (10) Menumbuhkan minat dan motivasi belajar (11) Dengan video penampilan siswa dapat segera dilihat kembali untuk dievaluasi

Dari kelebihan-kelebihan media audiovisual yang diutarakan diatas dapat diungkapkan bahwa media audiovisual sangat berguna di bidang pendidikan, dengan menggunakan media ini siswa akan memahami materi yang diajarkan oleh guru penjasorkes

Dengan menggunakan media audiovisual ini siswa nantinya dituntut untuk berfikir memecahkan masalah yang timbul dalam proses pelaksanaan guling belakang. Dalam media audiovisual siswa dapat menyaksikan atau melihat teknik dan bentuk cara melakukan gerak-gerak senam lantai guling belakang dengan yang sebenarnya. Sehingga dengan menggunakan media audiovisual ini, membantu siswa untuk dapat menalar, mencermati dan memahami akan teknik dasar tersebut.

Jika selama ini guru penjasorkes menyajikan materi pelajaran guling belakang lewat informasi contoh (peragaan) maka pada kesempatan kali ini guru penjasorkes menyajikan informasi menggunakan media audiovisual yang ditampilkan dengan laptop dan ditayangkan melalui alat infokus untuk diperlihatkan kepada siswa. Dengan memanfaatkan media audiovisual ini,

diharapkan siswa dapat memahami dan melakukan gerakan guling belakang dengan benar sesuai dengan rangkaian gerakan guling belakang yang dapat dilihat pada media audiovisual melalui alat infokus.

Berdasarkan hasil pengamatan yang penulis lakukan di SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara, maka diketahui bahwa ada beberapa faktor yang membuat siswa kurang benar dalam melakukan guling belakang, yaitu sarana dan prasarana di sekolah yang kurang memadai, seperti tidak adanya matras sehingga siswa merasa kurang bersemangat untuk melakukan gerakan guling belakang, kurangnya minat siswa untuk melakukan senam lantai guling belakang karena kenyataan di lapangan yang penulis lihat siswa lebih berminat terhadap olahraga yang berbentuk permainan, seperti sepak bola, bola voli dan olahraga permainan lainnya, siswa kurang percaya diri untuk melakukan guling belakang, siswa kurang termotivasi untuk melakukan guling belakang, siswa merasa takut dan ragu pada saat melakukan guling belakang karena mereka tidak melihat apa yang ada di belakang mereka pada saat berguling, kemampuan siswa dalam melakukan praktek guling belakang masih rendah, hal ini terlihat pada saat melakukan tolakan badan ke belakang dan pada saat mengayunkan kaki ke belakang kepala dengan benar, siswa terkadang berpikir bahwa guling belakang itu sangat sulit dilakukan karena gagal pada saat melakukan tolakan badan ke belakang dan pada saat mengayunkan kaki ke belakang kepala, dan bentuk badan siswa yang terlalu gemuk juga membuat siswa sulit untuk melakukan guling belakang.

Setelah mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam melakukan guling belakang. Dari hasil pengamatan peneliti mengungkapkan bahwa hasil guling

belakang siswa masih jauh dari harapan dengan standar kompetensi yang telah ditentukan. Oleh karena itu berdasarkan hasil uraian di atas, penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul yaitu: **“Upaya Perbaikan Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Belakang Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara Tahun Ajaran 2012/2013 “.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah di kemukakan pada latar belakang masalah di atas maka dapat di klasifikasikan beberapa permasalahan sebagai berikut:.

1. Siswa merasa takut dan ragu pada saat melakukan guling belakang.
2. Siswa kurang berminat untuk aktif dan serius dalam pembelajaran penjasorkes terutama materi senam lantai guling belakang.
3. Siswa memperoleh sedikit kesempatan untuk melakukan bagaimana cara guling belakang karena dibatasi oleh waktu pelajaran.
4. Siswa terkadang berpikir bahwa guling belakang itu sangat sulit dilakukan karena gagal pada saat melakukan tolakan badan ke belakang dan pada saat mengayunkan kaki ke belakang kepala.
5. Kemampuan guling belakang siswa masih sangat rendah

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah-masalah yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan seperti yang dipaparkan dalam identifikasi masalah, maka

dalam penelitian ini masalah akan dibatasi pada dua variabel yaitu : perbaikan hasil belajar guling belakang senam lantai sebagai variabel terikat. Sedangkan media audiovisual sebagai variabel bebas.

D. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah media audiovisual dapat memperbaiki hasil belajar guling belakang dalam senam lantai siswa kelas X SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara Tahun Ajaran 2012/2013.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui sejauh mana penerapan media audiovisual terhadap perbaikan hasil belajar guling belakang senam lantai siswa kelas X SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara Tahun Ajaran 2012/2013.
2. Untuk mengetahui bagaimana media audiovisual dapat memperbaiki hasil belajar guling belakang senam lantai siswa kelas X SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara Tahun Ajaran 2012/2013.
3. Untuk memberikan motivasi kepada siswa dalam melakukan guling belakang senam lantai karena guling belakang itu sangat mudah dilakukan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini :

1. Masukan bagi mahasiswa FIK Unimed khususnya sebagai calon seorang guru olahraga dalam memilih media pembelajaran yang tepat pada materi pelajaran senam lantai.
2. Memberikan informasi kepada guru penjasorkes SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara tentang penerapan media audiovisual terhadap hasil belajar guling belakang senam lantai siswa kelas X SMA Negeri 1 Limapuluh Kab. Batubara Tahun Ajaran 2012/2013.
3. Sebagai bahan informasi dalam mempertimbangkan dan memilih media pembelajaran yang tepat pada materi pelajaran guling belakang senam lantai.
4. Masukan bagi siswa dalam mengembangkan potensi yang dimiliki.