

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PenjasOrkes) sebagai bagian integral dari pendidikan keseluruhan tentu saja memusatkan semua usahanya untuk dapat membantu mencapai tujuan pendidikan yang telah digariskan bersama-sama dengan semua jenis pendidikan lainnya. Penjas memiliki daerah garapan yang berbeda dengan daerah garapan jenis-jenis pendidikan lainnya, maka dari itu penjas memiliki kekhususannya sendiri.

Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia. Pendidikan jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang jika disimpulkan jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut dikembangkan, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam.

Obyek dari penjasorkes adalah gerak manusia, yang berwujud gerak-gerak dalam cabang-cabang kegiatan olahraga, seperti permainan, atletik, bela diri, renang dan begitu juga senam. Melalui kegiatan-kegiatan itulah olahraga akan dapat membantu menyempurnakan perkembangan jasmani, rohani dan perkembangan sosial dari setiap orang yang melakukan kegiatan-kegiatan olahraga.

Pendidikan jasmani ini karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan sehari-hari seseorang. Di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat.

Pelaksanaan pengajaran penjas bukanlah melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis melainkan melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Guru sebagai penyelenggara pendidikan sekaligus motivator utama dalam proses pembelajaran mempunyai peranan yang amat penting dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan, disamping itu kualitas guru sangat berpengaruh terhadap kualitas anak didik. Suatu kegiatan belajar mengajar akan lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang dinamis yang mengacu pada pencapaian instruksional khusus merupakan salah satu kriteria keberhasilan dalam proses pembelajaran. Guru dalam proses pembelajaran harus mampu merencanakan, menetapkan tujuan, mempersiapkan materi, memilih metode dan alat bantu yang tepat dalam proses pembelajaran.

Lemahnya proses pembelajaran yang dikembangkan guru saat ini, merupakan salah satu masalah yang dihadapi di dunia pendidikan. Proses

pembelajaran yang terjadi didalam kelas dilaksanakan sesuai dengan kemampuan dan selera guru, pada kenyataannya kemampuan guru dalam pengelolaan pembelajaran tidak merata .

Keberhasilan proses kegiatan belajar mengajar pada pembelajaran penjas dapat diukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar. Semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran.

Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran di sekolah, kreativitas seorang guru sangat dibutuhkan, termasuk memberi pengalaman belajar yang baik secara lengkap kepada anak didik. Fenomena ini merupakan sebuah masalah akibat kurangnya kemampuan sebagian guru penjas dalam memanfaatkan perannya sebagai yang memiliki potensi sesuai dengan tuntutan target kurikulum dan daya serap sebagai pendidik yang kreatif dalam mengaktifkan pembelajaran penjas di sekolah.

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 belajar. Sikap anak didik yang pasif tersebut ternyata tidak hanya terjadi pada mata pelajaran tertentu saja, tapi pada hampir seluruh mata pelajaran termasuk penjas.

Adapun ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi aspek permainan dan olahraga, aktifitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktifitas air) dan pendidikan luar kelas. Sesuai dengan karakteristik siswa SMP usia 12-16 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih membutuhkan bantuan, untuk itu guru harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa.

Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan diatas matras. Unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar diatas udara, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat kedepan atau kebelakang.

Senam adalah aktivitas fisik yang dilakukan baik sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya (Soejoedi, 1978:13). Berlainan dengan cabang olahraga lain umumnya yang mengukur hasil aktivitasnya pada obyek tertentu, senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas dan ketepatan. Dengan koordinasi yang sesuai dan tata urutan gerak yang selaras akan terbentuk rangkaian gerak artistik yang menarik.

Dasar-dasar senam akan sangat baik dalam mengembangkan pelurusan (*alignment*) tubuh, penguasaan dan kesadaran tubuh secara umum, dan keterampilan-keterampilan senam. Contohnya meliputi berdiri dengan postur tubuh yang baik, menggantung dalam posisi terbalik serta menampilkan variasi

gulingan berturut-turut. Singkatnya kemampuan-kemampuan yang dikembangkan ketika mengikuti kegiatan senam bersifat sangat fundamental terhadap gerak secara umum. Dalam kaitan inilah kegiatan senam dapat dianggap membantu anak untuk mempersiapkan diri untuk bisa berhasil pada cabang-cabang olahraga yang lain.

Salah satu hambatan yang sering ditemui oleh guru penjas dalam mengajarkan senam di sekolah adalah gambaran bahwa senam itu begitu sulit serta memerlukan peralatan khusus yang lengkap. Gambaran demikian timbul dari pengertian para guru yang menghubungkan arti senam pada senam yang selalu dipertandingkan pada PON atau olimpiade. Jika itu yang dimengerti oleh guru, jelas senam memang sulit, karena senam demikian bukan untuk anak-anak sekolah.

Oleh karena itu, perlu disadari para guru bahwa di samping senam yang khusus dipertandingkan, ada pula senam yang disebut sebagai senam untuk semua orang, yang tidak perlu kompetitif. Meskipun materinya tetap sama, yang harus diajarkan guru adalah tetap memanfaatkan hakikat anak-anak yang sangat menyukai kegiatan mengenal serta menjelajah kemampuan tubuhnya dalam menghasilkan gerak. Oleh karena itu pula, para guru harus menyadari bahwa arti senam dalam pendidikan jasmani di sekolah tentu harus berbeda dengan senam olimpiade. Dalam dunia pendidikan, senam seharusnya diartikan sebagai istilah umum untuk berbagai macam kegiatan fisik yang didalamnya anak mampu mendemonstrasikan, dengan melawan gaya atau kekuatan alam, kemampuan untuk menguasai tubuhnya secara menyakinkan dalam situasi yang berbeda-beda.

Dalam arti itu, guru harus melihat senam dengan cara pandang yang sesuai dengan pengertian senam di atas. Dengan begitu, kegiatan senam tidak hanya berisi keterampilan-keterampilan akrobatik semata, melainkan menjangkau pula kegiatan-kegiatan latihan yang menggunakan permainan, lomba, serta pengembangan fisik khusus untuk memperbaiki postur tubuh. Kegiatan-kegiatan non-senam tersebut merupakan pelengkap dan memainkan peranan yang sangat penting dalam menjadikan senam yang “menyenangkan” yang bisa dilakukan semua orang.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMP KARTIKA I.1 Medan, ternyata masih banyak siswa yang memperoleh nilai rendah. Dari 24 siswa kelas VII.I, 16 siswa memiliki nilai dibawah KKM (70), sedangkan untuk mencapai ketuntasan klasikal dalam satu kelas jika 85% siswa telah mencapai KKM dari jumlah total siswa satu kelas.

Proses belajar mengajar pada materi ini juga tidak mendapatkan respon yang terlalu baik dari para siswa, para siswa tidak semangat dalam pelaksanaan latihan materi sikap lilin ini.

Dalam pembelajaran materi sikap lilin, kemampuan siswa siswi dalam melakukan materi sikap lilin masih rendah. Penyebab hal ini adalah kurang aktifnya siswa dalam mengikuti pelajaran materi sikap lilin. Siswa sukar menguasai gerakan-gerakan senam sehingga membuat para siswa bosan.

Proses pembelajaran materi sikap lilin dilakukan di Aula SMP Kartika I.1 Medan, sekolah memiliki 6 matras untuk pembelajaran, selama ini guru memberikan materi sikap lilin lebih dominan dengan cara ceramah dan serta dengan 1 variasi latihan yaitu dengan dibantu guru. Hal ini menyebabkan proses pembelajaran materi sikap lilin menjadi monoton, karena guru lebih banyak berperan dalam pembelajaran sedangkan siswa lebih banyak mendengarkan. Siswa tidak ada yang berlatih sendiri, siswa melakukan gerakan senam ketika ada guru yang mengawasi atau guru yang menjaga, agar mereka tetap merasa aman dalam melakukan gerakan senam lantai sikan lilin ini. Karna siswa tidak memiliki keberanian untuk melakukannya tanpa ada awasan guru sehingga mereka merasa aman.

Dimana situasi seperti ini kurang mendukung atas kemampuan siswa terutama dalam memahami suatu materi pembelajaran sikap lilin. Pembelajaran dengan metode ini menyebabkan siswa tidak dapat mengembangkan kemampuan imajinasi dan daya fikirnya.

Jadi untuk mengatasi hal tersebut maka diperlukan metode atau variasi yang cocok disetiap pembelajaran. Salah satunya dalam materi senam lantai sikap lilin dengan bantuan teman. Penggunaan pendekatan ini akan lebih membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan sikap lilin karena siswa dapat lebih leluasa untuk melakukan gerakan dengan bantuan teman. Dengan melaksanakan proses pembelajaran senam lantai melalui bantuan teman, diharapkan akan dapat memberikan sesuatu pembaharuan dalam proses pembelajaran serta

memungkinkan siswa untuk lebih mudah, cepat, bermakna, efektif dan menyenangkan dalam mempelajari materi sikap lilin yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru penjas SMP swasta KARTIKA

I.1 Medan mengenai hasil belajar siswa dalam pelajaran senam dasar, ternyata siswa belum dapat melakukan gerakan sikap lilin dengan baik. Masalah yang paling mendasar dan sering terjadi adalah pada saat tahap gerakan yaitu saat menaikkan kaki. Pada saat tahap gerakan, siswa sering kehilangan keseimbangan dan kaki terbawa sampai kebelakang. Hal ini menyebabkan gerakan sikap lilin tidak dapat dilakukan dengan sempurna.

Kenyataan di lapangan pada sekolah yang peneliti observasi bahwa siswa masih takut melakukan gerakan sikap lilin, untuk itu pendekatan bantuan teman ini peneliti terapkan supaya siswa tidak takut lagi melakukan gerakan sikap lilin. Teman yang menjadi pembantu akan membantu sampai teknik daripada gerakan sikap lilin bisa dilakukan dengan baik. Sehingga peneliti mengambil judul: “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Sikap Lilin Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Bantuan Teman Pada Siswa Kelas VII SMP Swasta Kartika I.1 Medan Tahun Ajaran 2013/2014”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul antara lain siswa tidak berani melakukan sikap lilin tanpa adanya guru, karna para siswa tidak merasa

aman jika tidak ada seorang yang mengawasi mereka saat melakukan sikap lilin, siswa kurang tertarik serta tidak menunjukkan rasa antusias dalam pembelajaran. Karna tidak berlatih saat guru tidak mengawasi mereka maka siswa kesulitan dalam melakukan sikap sempurna dalam mempraktekkan sikap lilin.

C. Pembatasan Masalah

Dari beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, peneliti membatasi masalah penelitian ini mengenai meningkatkan hasil belajar sikap lilin dalam pembelajaran senam lantai melalui bantuan teman pada siswa kelas VII SMP swasta Kartika I.1 Medan Tahun Ajaran 2013/2014.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti bagaimanakah pengaruh bantuan teman dalam meningkatkan hasil belajar sikap lilin dalam pembelajaran senam lantai pada siswa kelas VII SMP swasta Kartika I.1 Medan Tahun Ajaran 2013/2014?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dengan bantuan teman dapat meningkatkan hasil belajar sikap lilin dalam pembelajaran senam lantai pada siswa kelas VII SMP swasta Kartika I.1 Medan Tahun Ajaran 2013/2014.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan dapat bermanfaat untuk :

1. Bagi Siswa

Untuk memperbaiki dan meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan sikap lilin, sehingga permasalahan yang dihadapi oleh siswa dalam pembelajaran tersebut dapat teratasi.

2. Bagi Guru

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan guru tentang pembelajaran senam khususnya pada materi sikap lilin dapat dimengerti dan dipahami.

3. Bagi Sekolah

Untuk memberikan sumbang saran yang baik pada sekolah sebagai tempat penelitian dalam rangka peningkatan kemampuan melakukan sikap lilin.