

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penjaskes adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Bila di tinjau dari perdefensi pendidikan jasmani dapat diartikan dengan berbagai ungkapan dari kalimat namun esensinya sama, yang jika disimpulkan bermakna jelas bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Berkaitan dengan hal ini, diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional turut berkembang, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut berkembang, baik langsung maupun tidak langsung karena hasilnya kependidikan dari pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, definisi penjas tidak hanya menuju pada pengertian nasional dari aktivitas fisik. (H.J.S. Husdarata, 2009:4)

Pendidikan jasmani di Sekolah Lanjutan Pertama (SLTP) memiliki fungsi yang sangat strategis dalam mengembangkan sumber daya manusia. keberhasilan pendidikan jasmani di Sekolah Lanjutan Pertama adalah keberhasilan prestasi olah raga di masa yang akan datang, karena di sekolah tersebut siswa mendapatkan pengalaman belajar yang sangat fundamental untuk pendidikan lebih lanjut khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani.

Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembanganketerampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan Pendidikan Jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil,memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaanya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoristik, namun melibatkan unsur fisik, mental, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Mukhlolid, (2004:3) menyatakan bahwa Kesegaran Jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan kerja atau aktivitas, mempertinggi daya kerja dengan tanpa mengalami kelelahan yang berarti atau berlebihan. Pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani,yang bertujuan untuk memperoleh kondisi sehat jasmani maupun sehat rohani dalam

rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani dan olah raga, pertumbuhan fisik dan kecerdasan seseorang.

Pada jenjang pendidikan di SMP dan mata pelajaran senam merupakan materi penting dengan jumlah jam yang cukup dominan, bahkan di sekolah dasar materi ini diprioritaskan untuk diajarkan dan dikuasai siswa. Oleh karena itu siswa wajib memiliki bekal keterampilan senam secara teori dan praktek. Melalui pembelajaran senam gerakan-gerakan yang ditampilkan menurut Mahendra (2002:1) akan merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan, daya tahan dan kelenturan seluruh bagian tubuh, selain berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar.

Pembinaan Olahraga merupakan tugas dari lembaga pendidikan, oleh sebab itu perlu diberikan sekolah-sekolah sejak dini dengan maksud untuk membentuk siswa agar menjadi sehat baik fisik dan mental. Melalui kegiatan olahraga pula dapat mencapai keseimbangan dan kesegaran hidup bagi siswa disamping ia memperoleh ilmu pengetahuan. Karena bagaimanapun kecerdasan yang tinggi dan keterampilan yang sempurna sangat memerlukan tubuh yang sehat.

Kenyataan menunjukkan bahwa pada umumnya para siswa SMP Negeri 5 Gorontalo belum berhasil dalam cabang olahraga Senam khususnya dalam melakukan Model Pembelajaran Pola Gerak Dominan Terhadap Belajar Senam Ketangkasan. Oleh sebab itu perlu dipikirkan upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam rangka pembinaan pada model pembelajaran ini.

Dengan demikian, hal ini yang menjadi dasar untuk mengadakan penelitian secara ilmiah untuk melihat sejauh manakah Pengaruh Model

Pembelajaran Pola Gerak Dominan Terhadap Belajar Senam Ketangkasan Oleh Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Gorontalo”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu:

1. Kurang tepatnya pengetahuan dan ingin tahu pendidikan tentang senam ketangkasan
2. Kurangnya pengajaran dan rangsangan terhadap anak didik untuk berlatih.

## **1.3 Perumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah dengan menggunakan model pembelajaran pola gerak dominan dapat mempengaruhi hasil belajar senam ketangkasan?”.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengaruh model pembelajaran pola gerak dominan terhadap hasil belajar senam ketangkasan pada VII SMP Negeri 5 Gorontalo.

## **1.5 Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi guru/dosen, pelatih/pembina olahraga dalam memilah metode/gaya latihan yang sesuai dalam upaya meningkatkan dan kreaktifitas senam lantai yang akan diajarkan kepada siswa-siswi. Dan selanjutnya dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi

perkembangan pengetahuan bagi anak didik baik di sekolah, perguruan tinggi dalam menerangkan suatu metode/gaya latihan yang tepat untuk meningkatkan keterampilan tehnik senam ketangkasan yang baik.