

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di suatu pendidikan memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara teratur dan sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral 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 aktifitas 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 diajarkan di sekolah memiliki peran sangat penting, yaitu memberi kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan 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 sepanjang hayat.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah besar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabainya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta *life skill*. Dengan diterbitkannya Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah No. 9 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong keterampilan motorik, kemampuan fisik, kemampuan 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 kepribadian yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup 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, kerja sama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Kemampuan yang diharapkan dari siswa dalam mempelajari pendidikan jasmani, khususnya di sekolah dasar adalah penguasaan terhadap teknik kemampuan dasar permainan, teknik kemampuan dasar dalam senam lantai dan

kegiatan keolahragaan lainnya. Salah satu kemampuan dasar yang perlu dikuasai dan ditingkatkan pada diri siswa adalah kemampuan penguasaan terhadap kemampuan dasar melakukan sikap lilin pada senam lantai.

Penguasaan terhadap kemampuan dasar sikap lilin senam lantai bertujuan untuk meningkatkan kekuatan tubuh siswa terutama pada bagian leher dan pinggang serta melatih keseimbangan tubuh. Penguasaan terhadap sikap tersebut dapat dilakukan melalui latihan untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam pembelajaran. Siswa diberikan latihan di bawah bimbingan dan pengawasan guru. Dengan adanya latihan tersebut diharapkan akan dapat menumbuhkan sikap dan perilaku hidup sehat dikalangan siswa.

Di Sekolah Dasar Negeri 4 Bulango Ulu Kecamatan Bulango Ulu Kabupaten Bone Bolango siswa kelas 5 belum sepenuhnya menunjukkan sikap lilin yang baik. Hal tersebut nampak pada kegiatan itu dilaksanakan di sekolah pada umumnya siswa belum dapat melakukan sikap lilin secara mandiri. Siswa masih membutuhkan orang lain atau media untuk dapat melakukan sikap lilin dengan sempurna. Dari pengamatan peneliti dari 15 orang siswa kelas V pada SDN 4 Bulango Ulu Kecamatan Bulango Ulu Kabupaten Bone Bolango, ada 10 orang siswa yang belum dapat melakukan sikap lilin dengan baik sedangkan 5 orang siswa lainnya sudah dapat melakukan sikap lilin dengan baik.

Permasalahan itu perlu mendapatkan perhatian guru mata pelajaran. Dengan menerapkan metode tertentu untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan sikap lilin. Salah satu metode yang dilakukan secara kontinyu di bawah bimbingan dan pengawasan yang melekat pada diri siswa.

Latihan yang dimaksud adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan dasar sikap lilin senam lantai dengan baik, selain itu latihan ini juga dapat membentuk sikap dan perilaku yang baik terutama dalam hal pembiasaan dalam penguasaan terhadap cabang-cabang olahraga.

Berdasarkan hal-hal yang diuraikan di atas, maka penulis akan membahas kembali melalui suatu penelitian tindakan kelas dengan mengangkat judul “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Sikap Lilin Pada Senam Lantai Melalui Metode Latihan Pada Siswa Kelas 5 SDN 4 Bulango Ulu Kecamatan Bulango Ulu Kabupaten Bone Bolango.”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Kurangnya kemampuan siswa dalam gerak dasar sikap lilin pada senam lantai.
- b. Metode pembelajaran yang digunakan belum sesuai.

1.3 Perumusan Masalah

Permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah : Apakah kemampuan gerak dasar sikap lilin senam lantai dapat ditingkatkan melalui metode latihan pada siswa Kelas V SDN 4 Bulango Ulu Kecamatan Bulango Ulu Kabupaten Bone Bolango ?

1.4 Pemecahan Masalah

Untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar sikap lilin senam lantai diupayakan haruslah melalui metode latihan, baik latihan secara mandiri maupun latihan dengan bantuan orang lain. Hal ini dipilih sebagai salah satu upaya untuk

dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan rangkaian gerakan sikap lilin dengan hal-hal sebagai berikut :

1. Guru menyiapkan tempat latihan
2. Guru memulai pelajaran sesuai urutan-urutan yang telah diatur dalam RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)
3. Guru menjelaskan gerakan sikap lilin
4. Guru menjelaskan bagian-bagian gerakan sikap lilin
5. Guru memberikan contoh bagian-bagian gerakan sikap lilin
6. Guru mengawasi siswa melakukan gerakan-gerakan sikap lilin
7. Guru membimbing siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan sikap lilin
8. Guru memberikan penguatan

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian tindakan kelas ini adalah meningkatkan kemampuan gerak dasar sikap lilin senam lantai melalui metode latihan pada siswa Kelas V SDN 4 Bulango Ulu Kecamatan Bulango Ulu Kabupaten Bone Bolango

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi Sekolah

Memberikan sumbangan pemikiran yang berharga bagi sekolah dalam sebagian bahan kajian dalam mencari alternatif pemecahan berbagai macam masalah dan kesulitan dalam mentransfer materi pelajaran.

2. Bagi guru

Dengan dilaksanakannya penelitian ini, guru dapat memperoleh solusi terbaik dalam upaya meningkatkan kualitas mengajar dalam pembelajaran sikap lilin pada senam ketangkasan di sekolah dasar.

3. Bagi siswa

- Memberikan pengalaman bagi siswa dalam melakukan setiap bentuk gerakan sikap lilin
- Meningkatkan keterampilan teknik dasar sikap lilin pada senam ketangkasan siswa kelas V SDN 4 Bulango Ulu.

4. Bagi peneliti

- Hasil penelitian ini memberikan kontribusi positif dalam mengembangkan pendidikan di sekolah dasar terutama pembinaan dan peningkatan kualitas siswa dalam pendidikan di sekolah.
- Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk digunakan pada penelitian selanjutnya, terutama yang berkenaan dengan aspek-aspek lain dalam membentuk watak dan karakter siswa di sekolah dasar.