

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembelajaran tidak diartikan sebagai sesuatu yang statis, melainkan suatu konsep yang bisa berkembang seiring dengan tuntutan kebutuhan hasil pendidikan yang berkaitan dengan kemajuan ilmu dan teknologi yang melekat pada wujud pengembangan kualitas sumber daya manusia. Dengan demikian, pengertian pembelajaran yang berkaitan dengan sekolah adalah kemampuan dalam mengelolah secara operasional dan efisien terhadap komponen-komponen yang berkaitan dengan pembelajaran, sehingga menghasilkan nilai tambah terhadap komponen tersebut menurut norma standar yang berlaku. Sedangkan ,Hasil belajar adalah pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi dan keterampilan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindak 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.

Menurut (Husdarata, 2009 : 3) pendidikan jasmani dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk

menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total dari pada hanya menganggapnya sebagai seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. salah satu olahraga yang dapat mengembangkan dan meningkatkan kesehatan siswa yaitu olahraga senam.

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Bentuk moderen dari senam ialah palang tak seimbang, balok keseimbangan, senam lantai.

Senam lantai merupakan salah satu bagian olahraga permainan yang sangat menarik selain itu bagian disiplin cabang olahraga artistik, dilihat dari bentuk gerakan, cabang olahraga ini terlihat sangat indah dan atraktif. kebanyakan orang ingin memiliki kemampuan salto (berguling di udara) dan banyak gerakan-gerakan lain yang mereka inginkan, namun mereka belum tahu bagaimana cara dan dimana tempat berlatihnya. terkadang mereka hanya melihat dari pertunjukan akrobatik atau atraksi sirkus di televisi, sudah langsung ingin mencoba melakukan gerakan tersebut. mereka tidak menyadari bahwa gerakan yang mereka lakukan sangat berbahaya. Apalagi bila mereka mencoba gerakan salto (berguling di udara), tanpa perhitungan bahwa gerakan tersebut sebelumnya harus dipelajari melalui tahap-tahap latihan yang berjenjang dan berkesinambungan. tidak mungkin mereka langsung dapat melakukan gerakan tersebut dalam waktu singkat. selain itu pada proses latihan diperlukan pemantauan dan arahan seorang pelatih yang berpengalaman, serta ditunjang dengan sarana dan prasarana yang memenuhi

syarat. selain itu harus mengetahui keterampilan dasar senam diantaranya *roll* depan.

Roll adalah bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak berguling seperti benda bulat. Dalam senam lantai berguling dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu : *roll* depan dan *roll* belakang.

Menurut (Adisuyanto, 2009 : 72) *Roll* depan merupakan salah satu tehnik dasar pada cabang olahraga senam khususnya senam lantai. Dalam melakukan *roll* depan ini sangat diperlukan suatu keberanian serta latihan-latihan yang lebih di fokuskan pada latihan kekuatan maupun latihan kelentukan sehingga berguling kearah sisi yang lain. Sebagai syarat pokok pelaksanaan gerak dasar berguling adalah punggung menyentuh dasar lantai.

Tugas utama guru dalam penyelenggaraan pengajaran pendidikan jasmani adalah membantu siswa untuk menjalani proses pembelajaran, baik yang berkenaan dengan keterampilan fisik maupun dalam aspek sikap dan pengetahuannya khususnya senam lantai. pengamatan peneliti di SDN 5 Huloduotamo, nampak bahwa pada umumnya siswa belum dapat melakukan senam lantai khususnya berguling kedepan dengan baik. Ini terjadi karena siswa tidak pernah melakukan gerakan atau guru pendidikan jasmani tidak pernah menjelaskan atau melakukan senam dengan baik dan benar. Dari uraian tersebut maka salah satu pembelajaran yang dapat digunakan guru untuk mengembangkan kemampuan siswa pada senam *roll* depan melalui pembelajaran gerobak dorong. Melalui bimbingan guru siswa dapat melakukan guling kedepan. Melalui metode

pembelajaran gerobak dorong ini dilakukan untuk melatih siswa dalam melakukan kemampuan gerakan mandiri dan terstruktur dengan baik.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti berusaha mengatasi masalah tersebut dengan mengangkat judul! "**Meningkatkan hasil belajar *Roll* depan Pada Olahraga Senam Lantai Melalui metode pembelajaran gerobak dorong Siswa Kelas V SDN 5 Suwawa**".

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "apakah dengan menggunakan metode pembelajaran gerobak dorong dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas V SDN Suwawa Kabupaten Benerbolango".

1.3 Pemecahan Masalah

Untuk meningkatkan keterampilan senam lantai diupayakan melalui metode pembelajaran gerobak dorong. Hal ini dipilih sebagai salah satu upaya meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan gerakan *roll* depan sebagai berikut :

1. Guru menjelaskan tentang cara *roll* depan, siswa mendengarkan dengan baik.
2. Guru memberikan contoh gerakan *roll* depan, siswa melihat/ memperhatikan dengan cermat.
3. Guru memberikan latihan-latihan kekuatan otot legan seperti latihan gerobak dorong.

4. Siswa melakukan latihan gerobak dorong dengan cara yang diterapkan oleh guru.
5. Siswa melakukan gerakan *roll* depan guru membantu siswa melakukan gerakan berguling kedepan satu persatu.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan keterampilan dasar *roll* depan pada olahraga senam lantai siswa kelas V SDN 5 Suwawa Kabupaten Bonebolango, Melalui Metode Pembelajaran Gerobak Dorong.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

A. Manfaat teoritis

1. Siswa : Dengan penelitian ini siswa dapat mengetahui cara-cara, atau latihan dalam melakukan tehnik roll depan dengan baik dan benar.
2. Guru : Memberikan solusi dan pernechan masalah yang berhubungan dengan pembinaan dan peningkatan kualitas siswa dalam pembelajaran, khususnya pembelajaran senam lantai.

B. Manfaat praktis

1. Siswa : Dengan penelitian ini siswa terbiasa melakukan senam lantai khususnya senam guling depan dengan baik.

2. Guru : Dapat memberikan tambahan pengetahuan dalam memberikan latihan pada siswa khususnya roll depan.
3. Sekolah : Dengan penelitian ini dapat meningkatkan mutu di sekolah, sehingga sekolah bisa menghasilkan siswa-siswa yang berkualitas, baik dalam segi kognitif, afektif, dan psikomotor.
4. Peneliti : Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya, terutama yang berkenaan dengan aspek-aspek lain dalam pembentukan watak dan karakter siswa di sekolah dasar.