BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Senam adalah suatu cabang olahraga yang membutuhkan kelentukan dan koordinasi yang baik antara anggota tubuh. Senam sendiri terdiri dari 3 macam, yaitu : (1). Senam dasar, (2). Senam ketangkasan, dan (3). Senam irama. Senam ketangkasan dapat dilakukan tanpa alat dan dengan alat. Senam ketangkasan yang dilakukan tanpa alat dinamakan senam lantai, sedangkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dinamakan senam alat.

Di dalam senam lantai terdapat bermacam-macam bentuk gerakan, baik yg dilakukan dengan lentingan dan putaran badan, maupun bentuk sikap keseimbangan. Sedangkan mudah atau sukarnya melakukan bentuk-bentuk gerakan tersebut tergantung dari besar kecilnya unsur-unsur yang terdapat dalam bentuk gerakannya, misalnya seperti : kelentukan tubuh, ketepatan, keseimbangan, dan ketangkasan dari yang melakukannya.

Senam lantai merupakan cabang olahraga yang kurang begitu populer di masyarakat, sehingga kurang begitu diminati pula oleh anak-anak dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah. Gerakan dalam senam lantai membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh, serta teknik yang benar, di samping itu olahraga ini sangat membosankan bagi anak-anak sekolah khususnya SMP, karena anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) sangat menyukai olahraga dalam bentuk permainan baik permainan bola besar atau permainan bola kecil dibandingkan dengan senam lantai khususnya pada materi roll depan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Tapa dengan subjek penelitian yaitu Siswa Kelas VIII.³ dengan jumlah siswa sebanyak 23 orang terdiri dari 14 orang siswa laki-laki dan 9 orang siswa perempuan dengan karakteristik kemampuan yang berbeda-beda, ternyata masih banyak siswa yang belum tuntas pada mata pelajaran senam lantai roll depan karena tidak semua siswa dapat menguasai teknik dasar roll depan yang terdiri dari tiga indikator penilaian yaitu : 1). Sikap awal: (a). Berdiri di depan matras (b). Meletakkan telapak tangan di atas matras. (c). Kaki diluruskan. 2). Pelaksanaan: (a). Daggu menempel di depan dada. (b). Siku dibengkokkan. (c). Letakkan tengkuk di atas matras. (d). Berguling dengan bantuan dorongan kedua kaki. 3). Sikap akhir: (a). Mendarat dengan posisi jongkok, (b). kedua tangan memegang lutut, (c). Berdiri seperti semula dengan klasifikasi nilai sebagai berikut ; Pada klasifikasi “Sangat Baik” dan “Baik” memperoleh nilai rata-rata sebesar 26,09%, pada klasifikasi “Cukup” dan “Kurang” memperoleh nilai rata-rata sebesar 73,91%. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya keterampilan siswa pada gerak dasar roll depan.

Adanya berbagai permasalahan belajar yang dihadapi siswa dan tersedianya berbagai strategi pembelajaran, menuntut adanya kemampuan seorang guru untuk memadukan antara strategi pembelajaran yang digunakan dengan karakteristik model belajar siswa.

Untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa di atas maka guru/pengajar harus memilih metode atau model pembelajaran yang sesuai. Adapun metode pembelajaran yang dimaksud adalah metode latihan, definisi singkat dari metode

latihan (*drill*) adalah “suatu cara mengajar dimana peserta didik melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, peserta didik memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari”.

Dengan menerapkan metode drill dalam pembelajaran senam lantai khususnya roll depan maka guru/pengajar akan lebih mudah mengajar, dan para siswa bisa terampil melakukan gerakan roll depan dengan baik dan benar tanpa ragu-ragu atau takut akan gerakan tersebut. Adapun inti dari metode drill adalah membentuk pola gerak yang otomatis kepada siswa yang tadinya tidak tahu menjadi tahu dan mengerti.

Dari permasalahan yang telah dikemukakan di atas maka perlu diadakan pembuktian secara ilmiah melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul **“Meningkatkan Keterampilan Roll Depan Melalui Metode Latihan Drill Pada Siswa Kelas VIII.³ SMP Negeri 1 Tapa”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah ; Rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran senam lantai roll depan, belum ditemukannya metode pembelajaran yang tepat dan yang sesuai dengan karakteristik siswa, apakah metode latihan drill dapat meningkatkan keterampilan roll depan ?.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam Penelitian Tindakan Kelas ini yaitu sebagai berikut ; Apakah Melalui Metode Latihan Drill Dapat Meningkatkan Keterampilan Roll Depan Pada Siswa Kelas VIII.3 SMP Negeri 1 Tapa ?.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah ; Untuk Mengetahui Peningkatan Keterampilan Roll Depan Melalui Metode Latihan Drill Pada Siswa Kelas VIII.³ SMP Negeri 1 Tapa.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu :

1. Manfaat teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan, pemahaman dalam berpikir ilmiah dan menambah pengetahuan dan pengalaman bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Manfaat Praktis :

a) Bagi Siswa

Dari penelitian ini diharapkan dapat mengatasi masalah-masalah dalam belajar khususnya pada materi senam lantai roll depan sehingga materi ini menjadi materi yang disukai.

b) Bagi Guru

Dapat memperbaiki pembelajaran yang baik sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan pembelajaran seperti apa yang diharapkan.

c) Bagi Sekolah

Dengan adanya kegiatan yang dilakukan serta hasil yang diberikan membawa dampak positif terhadap pengembangan ilmu yang nampak pada peningkatan hasil belajar sehingga dapat tercapainya ketuntasan

belajar minimal yang telah ditetapkan sebelumnya dan berdampak pada peningkatan kualitas pembelajaran.

d) Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga khususnya pada materi pembelajaran roll depan senam lantai agar nantinya bisa di terapkan sebagai ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.