

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu usaha manusia (pendidikan) dengan penuh tanggung jawab untuk membimbing anak didik menuju kedewasaan, pendidikan merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia. Dalam suatu bangsa, pendidikan merupakan faktor utama yang menentukan kemajuan bangsa. Suatu bangsa yang ingin maju harus memperhatikan mutu pendidikan masyarakatnya.

Kemajuan ilmu pengetahuan teknologi (IPTEK) saat ini, mendorong upaya-upaya pembaruan upaya hasil-hasil teknologi dalam proses belajar mengajar, para guru dituntut agar mampu menggunakan alat-alat yang disediakan oleh sekolah untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui metode pembelajaran bagian-keseluruhan, model pembelajara bagian-keseluruhan apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Secara khusus, pengertian metode pembelajaran dalam proses belajar cenderung diartikan sebagai model pembelajaran yang dapat membangun motivasi dan penguasaan yang cepat terhadap keterampilan siswa.

Senam aerobik yang masuk dalam aktivitas ritmik merupakan salah satu sub pokok yang diajarkan dalam mata pelajaran penjasorkes. Kebugaran aerobik didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghirup, menyalurkan dan memanfaatkan oksigen, adalah ukuran intensitas latihan untuk melakukan perlu adanya pemahaman awal yang diberikan oleh guru tentang senam aerobik itu dan keunggulan dari senam aerobik ini sendiri bisa memberikan banyak manfaat

kepada pelaku senam itu sendiri di antaranya dapat membantu mengurangi penyakit yang diderita, senam aerobik dapat memperbaiki kesehatan jantung, memperkuat otot, meningkatkan kelentukan,

Metode pembelajaran yang sering digunakan dalam pembelajaran senam aerobik yaitu metode bagian-keseluruhan. Ketepatan dalam penerapan metode pembelajaran akan memberikan pengaruh pada siswa, sehingga siswa akan mengalami kemudahan dalam mengikuti pembelajaran.

Keunggulan dan dari pada metode bagian-keseluruhan yang di gunakan dalam penelitian ini diantaranya, 1) siswa akan mampu menguasai keterampilan gerak dalam proses pembelajaran dengan cepat, 2) siswa dapat memahami bentuk-bentuk keterampilan gerakan dalam senam aerobik, 3) siswa dapat dengan mudah melakukan atau mempraktekan keterampilan senam aerobik.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMA Negeri 4 Kota Gorontalo, ditemukan bahwa pelaksanaan pembelajaran penjasorkes khususnya pada materi aktivitas ritmik (senam aerobik) masih kurang efektif Pada tahap pelaksanaan observasi awal di sekolah SMAN 4 Kota Gorontalo diketahui bahwa keterampilan senam aerobik siswa masih kurang, yaitu dari keseluruhan siswa yang diteliti dengan jumlah siswa 21 orang, putra 19 orang dan putri 2 orang,

Dalam keterampilan senam aerobik diketahui 15 orang siswa memperoleh nilai kurang (K) atau 71,42% dan 6 orang siswa memperoleh nilai cukup (C) atau 28,57%. Maka dapat disimpulkan bahwa keseluruhan siswa kelas X⁶ SMAN 4 Kota Gorontalo masih kurang terampil dalam melakukan keterampilan senam aerobik. dikarenakan guru memberikan metode demonstrasi yaitu guru hanya

memberikan keterampilan senam aerobik yang secara langsung diperagakan oleh guru tanpa melihat kemampuan tiap siswa, dan siswa mengikuti gerakan-gerakan tersebut tanpa diberikan pengarahan kepada siswa tentang tahapan-tahapan pelaksanaan gerak senam aerobik dan dari pemberian tugas selama proses pembelajaran. Hal ini menyebabkan 1) siswa kurang memahami gerak dalam aktivitas ritmik, 2) siswa tidak mendapatkan pengalaman gerak melalui proses pembelajaran, oleh sebab itu penelitian ini diberikan suatu solusi proses pembelajaran dengan menggunakan metode bagian-keseluruhan.

1.2 Identifikasi Masalah

Bertolak dari uraian latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka masalah dalam penelitian tindakan kelas ini dapat di identifikasi antara lain:

- a. siswa kurang memahami gerak dalam aktivitas ritmik (senam aerobik), dan siswa tidak mendapatkan pengalaman gerak melalui proses pembelajaran yang diberikan dan penggunaan metode dalam proses pembelajaran masi kurang efektif.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

Apakah dengan menggunakan metode pembelajaran bagian-keseluruhan dapat meningkatkan keterampilan senam aerobik pada siswa kelas X SMAN 4 Kota Gorontalo ?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Mengacu pada uraian latar belakang masalah dan permasalahan dalam penelitian ini, maka cara untuk memecahkan permasalahan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah dengan menggunakan metode bagian keseluruhan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Guru memberikan penjelasan tentang melakukan keterampilan senam aerobik dengan menggunakan metode bagian-keseluruhan, pada tahapan awal pelaksanaan dalam metode bagian terdapat beberapa perlakuan diantaranya sebagai berikut:
 - a. Pembukaan: tahap ini adalah untuk memberikan pengertian yang utuh tentang materi atau keterampilan yang akan dipelajari.
 - b. Analisis: tahap untuk mengenali bagian-bagian yang membangun suatu keterampilan.
 - c. Pembelajaran: tahap berikutnya adalah mempelajari bagian-bagian secara berurutan. Mulai dari jalan di tempat, single step cha-cha, single step kekiri dan kekanan, double step kekiri dan kekanan dan V-Ste.
 - d. Sintesis: setelah setiap keterampilan yang membangun suatu keterampilan dapat dikuasai, kemudian dilanjutkan dengan latihan keseluruhan.

Dari beberapa penerapan bentuk perlakuan diatas dengan penggunaan metode bagian keseluruhan maka untuk mengukur masalah keterampilan siswa dalam melakukan senam aerobik, dapat dipecahkan.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan keterampilan senam aerobik melalui penggunaan metode pembelajaran bagian-keseluruhan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk menambah pengetahuan baru yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjas kesrek serta mutu pendidikan yang ada di negeri ini khususnya siswa di kelas X⁶ SMAN 4 Kota Gorontalo bahwa melalui pembelajaran metode bagian-keseluruhan dapat dijadikan acuan untuk penelitian berikutnya

1.6.2 Manfaat Praktis

Berdasarkan uraian dari manfaat teoritis di atas maka manfaat praktis dalam penelitian ini di harapkan dapat memberi manfaat bagi seluruh komponen di antaranya sebagai berikut :

1. Bagi Siswa: Dapat menambah motivasi serta keaktifannya dalam proses pembelajaran. Siswa dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk mengatasi kekurangan siswa dalam hasil belajar materi aktivitas senam aerobik melalui metode pembelajaran bagian-keseluruhan.
2. Bagi Guru: Dapat menjadi pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran selanjutnya. Dapat menjadi motifasi guru untuk lebih kreatif

dalam melaksanakan proses pembelajaran, dan hasil penelitian dapat di jadikan bekal dalam proses belajar mengajar.

3. Bagi Sekolah: Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk menjawab setiap kelemahan/kekurangan dari metode pembelajaran yang selama ini diterapkan.
4. Bagi Peneliti. Dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam melakukan penelitian-penelitian ilmiah dengan meningkatkan mutu pembelajaran.