

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan merupakan suatu pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pertumbuhan watak. Dengan kata lain bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses memanfaatkan aktivitas jasmani dan membiasakan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Pembiasaan pola hidup sehat dan aktivitas jasmani merupakan kegiatan yang dilakukan anak didik dalam rangka meningkatkan *skill* motorik dan kemampuan yang mencangkub aspek pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dalam pengembangan aspek ini, perlu memperhatikan atau aktifitas yang dilakukan sejauh mungkin dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak didik.

pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan yang sesuai dengan perkembangan anak didik dan pelaksanaannya dilakukan secara baik dan secara sistematis, maka akan diperoleh hasil yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik jasmani dan rohani. Hal ini dimaksudkan untuk menyiapkan siswa secara fisiologi, baik meningkatkan kemampuan kebugaran jasmani dan rohani maupun membantu anak didik dalam mengembangkan

kepribadiannya yang pada gilirannya akan tercipta generasi-generasi yang tangguh dimasa yang akan datang kelak.

Hasil observasi yang dilakukan di Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah yaitu dilihat pada proses belajar mengajar mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tepatnya pada materi senam lantai dengan gerakan guling lenting. Akan tetapi pada saat siswa di evaluasi masing-masing siswa dengan meperagakan gerak guling lenting, hanya sebagian kecil siswa mampu melakukannya dengan benar. Hal ini dikarenakan bahwa kurangnya latihan penunjang untuk kemampuan Guling lenting itu sendiri. Sehingga hasil observasi awal menunjukkan hasil yang kurang memuaskan yaitu dari 13 siswa kelas VIII di Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah yang tergolong pada kategori baik belum ada sedangkan kategori cukup 5 orang dan kategori kurang 8 orang.

Pada saat siswa melakukan gerak guling lenting sangat terlihat kekuatan dan ketidak percayaan diri dalam melakukan gerakan guling lenting tersebut, sehingga hasil guling lenting tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Hal ini di sebabkan kurangnya pemahaman siswa dalam melakukan gerakan guling lenting serta kurangnya penerapan metode pembelajaran yang di beri kurang tepat. Melihat masalah yang terjadi dilapangan tepatnya di Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah khususnya pada siswa kelas VIII dapat di simpulkan bahwa siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah ini membutuhkan metode latihan yang tepat sebagai penunjang keberhasilan melakukan gerak guling lenting.

Kenyataannya menunjukkan bahwa siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah. Belum berhasil dalam gerak guling lenting. Hal ini disebabkan karena pembinaan dalam latihan yang kurang, oleh sebab itu perlu pikirkan upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam rangka pembinaan pada cabang olahraga ini.

Mengingat perkembangan olahraga senam juga didukung oleh melalui metode-metode pembelajaran yang baik salah satunya metode bagian, maka hal ini yang menjadi dasar untuk mengadakan penelitian secara ilmiah guna melihat sejauh manakah pengaruh metode bagian dapat meningkatkan kemampuan dasar guling lenting pada olahraga senam lantai siswa Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah.

Berdasarkan permasalahan diatas tepatnya pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah, maka peneliti tertarik untuk membuat suatu penelitian tindakan kelas guna meningkatkan kemampuan dasar gerak guling lenting. Penelitian ini diberi judul *“Meningkatkan keterampilan dasar guling lenting melalui metode bagian pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah”*

1.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut’.

- a) Adanya peningkatam keterampilan gerak dasar Guling lenting melalui metode bagian pada siswa kelas VIII di Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah

- b) Metode yang digunakan dalam pembelajaran guling lenting masih kurang bervariasi.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “ Apakah dengan metode bagian dapat meningkatkan gerak dasar guling lenting pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah.?

1.3 Cara Pemecahan Masalah

Rendahnya kemampuan dasar siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah dalam melakukan sikap guling lenting ditingkatkan melalui metode bagian dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a) pertama-tama guru menjelaskan tentang pelaksanaan guling lenting yang baik dan benar
- b) guru memberikan contoh rangkain gerak guling lenting dengan memperhatikan indikator-indikator tentang guling lenting
- c) siswa melakukan guling lenting sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh guru
- d) guru memberikan penguatan terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan oleh siswa sesuai instruksi agar siswa merasa di hargai.

1.5 Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar guling lenting melalui metode bagian pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah.

1.6 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

- 1) dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi guru di Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah terhadap proses ekstrakurikuler.
- 2) Bisa sebagai landasan teori untuk mengukur keterampilan gerak guling lenting.
- 3) Hasil perhitungan validitas dan reliabilitas dapat sebagai patokan bagi yang mengukur kemampuan teknik dasar guling lenting tingkat SMP.

b. Manfaat Praktis

- 1) Manfaat bagi siswa : bisah lebih mahir dalam menguasai gerak guling lenting.
- 2) Manfaat bagi guru : menambah pengalaman bagi guru dan tujuan pembelajaran bisa tercapai dengan baik.
- 3) Manfaat bagi sekolah : menjadi suatu kontribusi bagi sekolah dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa.

