

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Senam lantai merupakan salah satu bagian cabang olahraga senam *artistik*. Selain itu senam lantai ini juga merupakan cabang olahraga permainan yang sangat menarik, selain di lihat dari bentuk gerakan cabang olahraga ini juga terlihat sangat indah dan atraktif.

Senam lantai merupakan bagian yang tidak terpisahkan dan menjadi keharusan bagi seseorang atlet untuk menguasai berapa gerakan senam artistik (*artistic gymnastic*). cabang olahraga ini merupakan salah satu unsur pendidikan yang mengutamakan kebiasaan hidup sehat, pengembangan jasmani, pembinaan mental, pengendalian emosional, serta pembinaan disiplin yang sangat tinggi.

Pertumbuhan dan perkembangan jasmani ini bisa dilihat dari salah satu cabang olahraga yaitu cabang olahraga senam. Cabang olahraga senam ini merupakan suatu olahraga yang sangat membutuhkan latihan kelenturan dan kelenturan serta keberanian dalam melakukannya. Hal ini disebabkan karena dalam cabang senam ini memiliki tingkat kesulitan yang tinggi serta tingkat cederanya sangat besar. Jadi untuk menjadi seorang pesenam yang terampil tidak mudah.

Walaupun sudah sangat jelas bahwa cabang olahraga senam sangat disukai dari beberapa golongan baik anak-anak siswa maupun orang dewasa yang tidak mengenal baik tua maupun muda. Karena cabang olahraga senam ini juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh yang sangat baik.

Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang berbeda dikalangan masyarakat Indonesia. Dari beberapa gerak dasar pada cabang olahraga senam salah satu yang membutuhkan kelenturan yaitu gerakan *roll depan*. gerakan *roll depan* termasuk dari senam lantai mendapat perhatian yang sangat besar dari para Pembina olahraga, karena *roll depan* mudah dilakukan tetapi bentuk latihan.

Senam lantai ini sangatlah membutuhkan konsentrasi dan keberanian dan sebagaimana dijelaskan diatas. Dalam melakukan gerakan-gerakan pada senam lantai ini seharusnya memperhatikan kondisi fisik seperti kesehatan, kekuatan tubuh dan kelentukan tubuh.hanya sebagian kecil siswa mampu melakukan dengan benar. Hal ini dikarenakan bahwa kurangnya latihan penunjang untuk keterampilan melakukan gerakan *roll depan* yaitu latihan kelentukan. Sehingga observasi awal menunjukkan hasil yang kurang memuaskan yaitu dari 20 siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga yang tergolong pada kategori baik belum ada sedangkan untuk kategori cukup 5 orang dan kategori kurang 15orang.

Tugas utama Guru dalam menyelenggarakan pengajaran pendidikan jasmani adalah membantu siswa untuk menjalani proses pembelajaran walaupun proses pembelajaran senam lantai sudah diajarkan pada siswa SMP N 1 Telaga khususnya siswa kelas VII, namun mereka belum juga dapat melakukan *roll depan* disebabkan antara lain : 1). Sikap awal melakukan posisi kaki pada matras. 2). Meletakkan posisi kaki pada matras dengan sikap jongkok/berdiri 3). Membengkokkan tangan pada saat melakukan guling depan. 4). Meletakkan pundak pada matras dengan kepala menunduk hingga dagu menyentuh dada. 5). Sikap akhir memegang kedua lutut dengan sikap jongkok/berdiri.

Yang menjadi perhatian penuh sebagai penulis sekaligus sebagai guru di SMP N 1 Telaga, khususnya kelas VII bahwa penguasaan dan kemampuan untuk melakukan guling depan masih belum sesuai dengan harapan, sehingga hasil dilakukan pun tidak maksimal.

Pandangan inilah yang membuat penulis tertarik dan termotivasi untuk mengadakan suatu penelitian secara langsung dengan judul “Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai *Roll Depan* Dengan Menggunakan Metode pembelajaran *Modeling* pada siswa kelas VII SMP N 1 Telaga.Kalau dipersenkan rata-rata keterampilan melakukan gerakan *roll depan* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga hanya mencapai 55,45%.

Pada saat siswa melakukan gerakan *roll depan* sangat terlihat kelakuan dan percaya diri dalam melakukan gerakan *roll depan* tersebut, sehingga hasil *roll depan* tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Hal ini disebabkan kurangnya pemahaman siswa dalam melakukan gerakan *roll depan* serta kurangnya penerapan model pembelajaran yang diberikan kurang tepat. Melihat masalah terjadi dilapangan tepatnya di SMP Negeri 1 Telaga khususnya pada siswa kelas VII dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga ini membutuhkan latihan yang tepat sebagai penunjang keberhasilan melakukan gerakan *roll depan*.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya maka dapat diidentifikasi masalah yaitu : kurangnya keterampilan siswa SMP Negeri 1 Telaga khususnya siswa kelas VII dalam melakukan gerakan *roll depan*, Kurangnya Keberanian dan motivasi untuk melakukan gerakan *roll depan*, kurangnya pengetahuan tentang gerakan *roll depan*, serta rendahnya hasil belajar pada materi gerakan *roll depan* Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah tersebut maka metode yang akan diterapkan dalam penelitian ini adalah dengan melalui metode *modeling*.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah dengan melalui metode *modeling* maka kemampuan *roll depan* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan?”

### **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Untuk mengatasi permasalahan rendahnya kemampuan melakukan *roll depan* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga Kab, Gorontalo dalam melakukan gerakan *roll depan* dapat diupayakan melalui metode latihan *modeling* dengan langkah sebagai berikut:

1. Mula-mula guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar gerakan *roll depan* dan tujuannya, serta sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam pembelajaran.
2. Guru memberikan pemanasan (*stretching*) yang mengarah pada olahraga yang dibelajarkan.
3. Guru memberikan contoh rangkaian gerakan dalam melakukan gerakan *roll depan* yang meliputi: sikap awal, gerakan *roll depan*, dan sikap akhir.
4. Siswa melakukan gerakan sesuai perintah guru secara berulang-ulang.
5. Setiap keberhasilan siswa selalu diberi penguatan (*motivasi*) sehingga akhirnya siswa dengan sendirinya mampu melakukan gerakan yang sesungguhnya.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai melalui metode latihan *modeling* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga Kab, Gorontalo.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Secara umum penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi seluruh komponen Pendidikan mulai dari peserta didik, guru, sekolah, dan peneliti. Adapun manfaatnya adalah sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoretis**

Menambah wawasan bagi siswa tentang pembelajaran PenjasKes khususnya cabang olahraga senam lantai, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan keterampilan siswa, memberikan sarana dan gagasan baru bagi penentu kebijakan di lingkungan sekolah dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan, merupakan suatu masukan tentang meningkatkan keterampilan siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada peneliti dalam proses pembelajaran khususnya dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, sebagai pedoman dan acuan pembelajaran yang kreatif dan inovatif.

## **2. Manfaat Praktis**

### **1. Bagi Siswa**

Meningkatkan hasil belajar dalam melakukan gerakan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga Kab, Gorontalo.

### **2. Bagi Guru**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dan informasi untuk meningkatkan keterampilan dasar dalam melakukan gerakan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai. Untuk mengembangkan strategi pembelajaran di lapangan khususnya bagi guru penjasorkes dalam rangka memaksimalkan pelaksanaan pembelajaran yakni gerakan *roll depan* dan sebagai bahan masukan untuk mengetahui siswa yang berprestasi.

### **3. Bagi Sekolah**

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada cabang olahraga senam lantai. Selain itu sebagai bahan masukan bagi siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga untuk meningkatkan kualitas pembelajaran serta memberikan kontribusi yang berarti bagi sekolah yang menjadi tempat penelitian berlangsung dan sebagai bahan masukan untuk mengetahui sejauh mana penguasaan siswa mengenai senam lantai khususnya *roll depan*.

### **4. Bagi Peneliti**

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga khususnya tentang gerakan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai agar nantinya peneliti dapat mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.