

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang tertuju pada aktifitas fisik dan juga tidak mengabaikan komponen pengetahuan (kognitif), dan social (afektif). Untuk itu, setiap siswa diharuskan mengikuti program mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah mulai dari kelas tujuh sampai dengan kelas sembilan, khususnya untuk sekolah menengah pertama dengan waktu dua jam setiap minggunya yang terdiri dari materi pembelajaran permainan bola besar, permainan bola kecil, olahraga bela diri, atletik, senam, dan olahraga air. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani kepada, pengetahuan dan sikap social pada setiap siswa.

Senam merupakan materi yang diajarkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Cabang olahraga ini 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 berupa menggunakan alat dan tanpa alat sedangkan senam yang dilakukan menggunakan alat disebut senam alat dan senam tanpa alat disebut senam lantai. Materi senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan dan kebugaran jasmani secara optimal di sekolah. Karena pada materi senam lantai siswa diajarkan dan dilatih agar memiliki tubuh yang lentur, kuat, dan bugar sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan dapat melakukan aktivitas pembelajaran di sekolah dengan baik.

Didalam materi senam lantai terdapat berbagai gerakan. Salah satunya gerakan berguling ke depan. Gerakan berguling kedepan adalah gerakan dimana seseorang bisa menggulingkan badanya ke depan. Selain itu gerakan berguling ke depan sendiri bisa dilakukan dengan awalan berdiri dan jongkok. Dalam pelaksanaan gerakan guling depan siswa harus menguasai tiga aspek gerakan. Gerakannya meliputi : (1) sikap awal, (2) pelaksanaan dan (3) sikap akhir. Untuk itu, kemampuan seorang guru sangat dibutuhkan untuk dapat mencapai tujuan

tersebut. maka, mulai dari rencana penggunaan strategi, metode, dan model pembelajaran sampai dengan cara guru untuk memodifikasi media pembelajaran haruslah sesuai dengan materi yang diajarkan dan karakteristik siswa. hal ini mempunyai kaitan yang sangat erat dengan kualitas hasil belajar dari siswa itu sendiri.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Lolak dengan subjek penelitian kelas VIII^D, dengan karakteristik kemampuan yang berbeda-beda banyak besar siswa belum bisa melakukan gerakan berguling ke depan dengan baik dan benar atau masih dalam kategori kurang, hal ini dikarenakan tidak semua siswa dapat menguasai teknik dasar guling depan, kemudian masih terdapat siswa yang belum memiliki keberanian dalam melakukan gerakan guling depan, dengan demikian maka hasil belajar pada materi senam lantai guling depan masih rendah. Adanya berbagai permasalahan yang dihadapi oleh siswa, menuntut adanya kemampuan seorang guru untuk memadukan antara pembelajaran yang digunakan pada saat proses pembelajaran dengan karakteristik belajar siswa dengan menggunakan model atau metode pembelajaran yang tepat. untuk dapat mengatasi permasalahan dan mengoptimalkan hasil belajar siswa dalam melakukan guling depan, maka guru harus memilih metode atau model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa. pembelajaran yang dimaksudkan oleh peneliti yaitu pembelajaran modeling atau secara singkat dapat diartikan pembelajaran dengan menampilkan suatu model kepada siswa, penerapannya dalam proses pembelajaran yaitu guru memberikan model gerakan berguling ke depan kepada siswa pemberian model ini bisa dilakukan oleh guru sendiri, orang yang profesional atau siswa yang memiliki kemampuan untuk melakukan gerakan guling depan. Keunggulan dalam menggunakan pembelajaran modeling yaitu dalam proses pembelajaran siswa bisa langsung melihat model atau contoh gerakan pada saat pembelajaran berlangsung sehingga pembelajaran tidak bersifat abstrak selain itu keunggulannya yaitu model yang dilakukan oleh siswa akan menimbulkan motivasi belajar kepada teman-teman siswa yang belum bisa melakukan gerakan guling depan. untuk itu, dengan menggunakan pembelajaran modeling dalam senam lantai khususnya guling

depan maka guru/pengajar akan lebih mudah mengajar, dan siswa dapat lebih mudah memahami dan terampil dalam melakukan gerakan guling depan dengan baik dan benar tanpa ada rasa takut dan ragu-ragu akan gerakan tersebut maka hasil belajar siswa pun dapat optimal.

Dari permasalahan yang dikemukakan diatas maka perlu adanya suatu pembuktian secara ilmiah melalui penelitian tindakan kelas (PTK) maka dengan ini, judul penelitian dapat diformulasikan sebagai berikut :“ Optimalisasi hasil belajar berguling ke depan pada cabang olahraga senam lantai pada siswa kelas VIII^D SMP N 1 Lolak melalui penggunaan pembelajaran modeling ”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan dari latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut : banyak besar siswa belum bisa melakukan gerakan berguling ke depan dengan baik dan benar atau masih dalam kategori kurang, hal ini dikarenakan tidak semua siswa dapat menguasai teknik dasar guling depan, kemudian masih terdapat siswa yang belum memiliki keberanian dalam melakukan gerakan guling depan, dengan demikian maka hasil belajar pada materi senam lantai guling depan masih rendah.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah dengan penggunaan pembelajaran *modeling* dapat mengoptimalkan hasil belajar berguling ke depan cabang olahraga senam lantai siswa kelas VIII^D SMP N 1 lolak ?

1.4 Cara pemecahan masalah

Untuk mengoptimalkan hasil belajar berguling ke depan pada senam lantai dapat di lakukan dengan menggunakan pembelajaran yang sesuai dengan materi yang di berikan dan karakteristik siswa.maka dengan menggunakan pembelajaran modeling dengan tujuan untuk mengoptimalkan hasil belajar siswa pada senam lantai.

Langka-langkah pembelajaran modeling yang dilakukan pada pembelajaran guling depan adalah sebagai berikut :

1. Guru memimpin siswa dalam melakukan *warming-up* (pemanasan)
2. Guru menunjuk salah seorang untuk memimpin pemanasan

3. Guru menjelaskan cara pelaksanaan guling depan dengan baik dan benar.
4. Guru menampilkan model gerakan guling depan pada siswa, model gerakan yang dimaksud yaitu guru, siswa.
5. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan guling depan secara perseorangan. dimana dalam setiap matras hanya 1 orang siswa melakukan guling depan secara langsung atau selangkah demi selangkah. hal ini dilakukan agar nantinya kemampuan siswa dalam melakukan guling depan dapat optimal.
6. Guru memberikan bantuan kepada siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan guling depan.
7. Guru mengumpulkan siswa serta mengadakan koreksi dan evaluasi.
8. Guru menutup pelajaran dengan melakukan *cooling down* (pendinginan).

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu untuk mengoptimalkan hasil belajar siswa Smp N 1 Lolak melalui penggunaan pembelajaran modeling.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu sebagai berikut

1.6.1 Manfaat Teoritis

Dengan penggunaan pembelajaran modeling yang di terapkan dalam materi senam lantai khususnya guling depan, siswa bisa menjadi terampil dalam menguasai gerakan dari gerak yang sifatnya sederhana ke gerak yang sifatnya kompleks

1.6.2 Manfaat praktis

a) Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran untuk siswa dalam mengoptimalkan hasil belajar berguling ke depan dengan baik dan benar pada materi senam lantai.

b) Bagi guru

Untuk mengembangkan strategi pembelajaran di lapangan khususnya dalam rangka mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran guling depan

senam lantai sebagai bahan masukan untuk mengetahui siswa yang berprestasi.

c) Bagi sekolah

Memberikan kontribusi yang berarti yang menjadi tempat penelitian berlangsung dan sebagai bahan masukan untuk mengetahui sejauh mana penguasaan siswa mengenai senam lantai khususnya guling depan.

d) Bagi peneliti

Menambah Wawasan Dan Pengetahuan Serta Pengalaman Yang Sangat Berharga dalam mengatasi segala permasalahan yang ditemui dalam kegiatan pembelajaran.