

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Konsep pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi pendidikan jasmani adalah bagian penting dari pendidikan. Melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Meskipun Pendidikan Jasmani menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidaklah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak-anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran “selingan”, tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik.

Pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan, yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting. Oleh karena itu, pelajaran pendidikan jasmani tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain seperti; Matematika, Bahasa, IPS, dan IPA, dan lain-lain. Namun demikian tidak semua guru pendidikan jasmani menyadari hal tersebut, sehingga banyak anggapan bahwa pendidikan jasmani boleh dilaksanakan secara serampangan. Hal ini tercermin dari berbagai gambaran negatif tentang pembelajaran pendidikan jasmani, mulai dari kelemahan proses pembelajaran. Misalnya membiarkan siswa bermain sendiri hingga rendahnya mutu hasil pembelajaran, seperti kebugaran jasmani yang rendah. Di kalangan guru pendidikan jasmani sering ada anggapan bahwa pelajaran pendidikan jasmani dapat dilaksanakan seadanya, sehingga pelaksanaannya cukup dengan cara menyuruh siswa pergi kelapangan, menyediakan bola sepak untuk laki-laki dan bola voli untuk perempuan. Guru tinggal mengawasi di pinggir lapangan.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi tersebut, mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari secara, umum. dalam hal ini membantu siswa agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik siswa. Jadi, pendidikan jasmani diartikan sebagai proses mendidik siswa. Untuk mencapai tujuan tersebut, guru perlu membiasakan diri mengajar siswa tentang pemahaman prinsip-prinsip dari pendidikan jasmani. Pergaulan yang terjadi di dalam bersifat mendidik secara sengaja untuk menumbuhkan berbagai kesadaran emosional dan sosial siswa. Dengan demikian siswa akan berkembang secara menyeluruh, sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

Senam ialah suatu cabang olah raga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik. Bentuk modern dari senam ialah palang tak seimbang, balok keseimbangan, senam lantai. Bentuk-bentuk tersebut berkembang dari latihan yang digunakan oleh bangsa Yunani kuno untuk menaiki dan menuruni kuda seekor dan pertunjukan sirkus. Manfaat senam, yaitu agar orang dapat memperoleh kesehatan, memiliki tubuh yang ideal, dan juga prestasi. Di samping itu, senam dapat menambah sikap percaya diri dan memiliki sikap kesadaran yang baik dan sehat jasmani ataupun rohani.

Metode adalah seperangkat cara, yang digunakan oleh pendidik dalam proses pembelajaran agar peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajaran atau menguasai kompetensi tertentu yang di rumuskan dalam silabus mata pelajaran. Menurut Hasan Langgulung, mendefinisikan bahwa metode adalah cara atau jalan yang harus di lalui untuk mencapai tujuan pendidikan. Masalah dalam mengajar pendidikan jasmani adalah bagaimana menciptakan suasana belajar yang komunikatif dan intraktif serta dapat mengembangkan potensi siswa untuk merealisasikan hal tersebut, pelatih atau tenaga pengajar harus mencari metode pengajaran yang tepat sesuai dengan materi yang diajarkan melihat kemampuan

siswa dan sarana dan prasarana yang tersedia. Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMA N 1 Kota Gorontalo. Khususnya kelas X pada cabang olahraga senam lantai yaitu tentang guling depan (roll depan) masih sangat kurang, contohnya pada sikap awal, gerakan dan sikap akhir siswa dalam melakukan roll depan masih kurang maksimal. Hal ini dikarenakan guru saat ini hanya didominasi satu metode pengajaran yaitu metode pengajaran ceramah tanpa adanya variasi di dalamnya, kondisi seperti ini akan mengakibatkan proses KBM tidak efektif dan efisien pada hal di dalam proses pengajaran materi dapat disajikan dengan berbagai cara maupun metode sehingga mudah dimahaminya. Salah satu adalah dengan menggunakan Metode *Drill* agar keterampilan siswa dalam pembelajaran roll depan dapat meningkat.

Berdasarkan uraian di atas, penulis melakukan penelitian dengan judul “*MENINGKATKAN KETERAMPILAN ROLL DEPAN PADA SENAM LANTAI MELALUI PEMBELAJARAN METODE DRILL PADA SISWA KELAS X¹ SMA N 1 KOTA GORONTALO*”

1.2 Identifikasi Masalah.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah dalam pembelajaran senam lantai tentang *Roll Depan* antara lain siswa masih takut dalam melakukan roll depan, sehingga menurunkan minat siswa dalam melakukan *Roll Depan*, hal ini tentu saja menyebabkan gerakan siswa dalam melakukan *Roll Depan* tidak menjadi maksimal siswa tidak melakukan latihan berulang-ulang tentang *Roll* depan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah dengan metode *Drill* dapat meningkatkan keterampilan *Roll Depan* siswa kelas X¹ SMA N 1 Kota Gorontalo.

1.4 Pemecahan Masalah

Beberapa langkah ataupun cara pemecahan masalah dalam penelitian ini dilakukan guna mempermudah pelaksanaan penelitian. Adapun cara pemecahan

masalah yang akan dilakukan dengan menerapkan langkah-langkah metode *Drill* adalah sebagai berikut :

1. Agar siswa memiliki hasil belajar yang lebih mantap;
2. Untuk memperoleh pengetahuan, setelah melaksanakan mengerjakan latihan.
3. Akan memperluas dan memperkaya pengetahuan serta keterampilan siswa di Sekolah, melalui kegiatan-kegiatan di luar sekolah;
4. Dengan melaksanakan latihan siswa aktif belajar;
5. Merasa terangsang untuk meningkatkan belajar yang lebih baik. Memupuk Inisiatif dan berani bertanggung jawab sendiri; dan
6. Selalu memanfaatkan waktu senggangnya untuk hal-hal yang menunjang belajarnya.

Memberikan penjelasan pada siswa tentang *Roll* depan.

Memberikan contoh tentang *Roll* depan yang terdiri dari:

1. Posisi awal, berdiri dengan tubuh di bungkukan, ke dua tangan di letakan di lantai.
2. Tenguk di letakan di lantai dengan tolakan ke dua kaki dan tangan, tubuh di usahakan di gulingkan ke depan.
3. Setelah berhasil berguling, posisi tubuh jongkok kemudian berdiri

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan *Roll* depan pada senam lantai melalui metode *Drill* siswa kelas X¹ SMA N 1 Kota Gorontalo

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dari peneliti atau guru pendidikan jasmani di sekolah maupun acuan masa yang akan datang.

1.6.2 Manfaat praktis:

1. Bagi Siswa

Dapat meningkatkan keterampilan senam lantai *Roll* Depan siswa kelas X¹ SMA N 1 Kota Gorontalo

2. Bagi Guru

Dengan adanya kegiatan yang dilakukan serta hasil yang diberikan membawa dampak positif terhadap pembelajaran di sekolah yang nampak pada peningkatan hasil belajar khususnya materi tentang senam lantai *Roll* Depan, sehingga dapat tercapainya ketuntasan belajar minimal yang telah ditetapkan oleh sekolah, yaitu peningkatan prestasi siswa, dengan meningkatkan keberhasilan siswa berarti meningkatkan mutu bagi sekolah tersebut.

3. Bagi peneliti

Memberikan banyak pengalaman dalam menghadapi dan mengatasi segala permasalahan yang ditemui dalam kegiatan pembelajaran dan menambah ilmu pengetahuan bagi peneliti khususnya tentang senam lantai *Roll* Depan.

4. Bagi Sekolah

Untuk meningkatkan mutu pendidikan yang ada di sekolah tersebut bahwa metode *Drill* dapat dijadikan metode pembelajaran untuk pembelajaran penjas.

