

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya senam lantai membutuhkan tiga unsur, yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Kognitif merupakan pengetahuan pemahaman konsep gerak senam lantai khususnya keterampilan dasar guling depan, afektif merupakan sikap dan perilaku dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai khususnya keterampilan dasar guling depan, dan psikomotor merupakan keterampilan dasar dalam melaksanakan guling depan. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani 3 unsur ini merupakan faktor penting yang harus dipahami dalam meningkatkan keterampilan dasar guling depan.

Pembelajaran materi keterampilan dasar guling depan di Kabupaten gorontalo, Kecamatan Telaga lebih tepatnya di SMP Negeri 1 Telaga sangat berpengaruh terhadap perkembangan gerak motorik siswa di sekolah tersebut. Dengan adanya pelaksanaan pembelajaran keterampilan dasar guling depan maka tingkat kebugaran siswa dalam hal ini adalah kekuatan, kelenturan, keseimbangan dan koordinasi akan berkembang sehingga untuk mencapai prestasi di bidang olahraga bagi sekolah tersebut akan lebih mudah.

Pelaksanaan pembelajaran keterampilan dasar guling depan terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga sudah terlaksana dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan adanya guru pendidikan jasmani dan tersedianya sarana prasarana seperti matras sebagai media/alat penunjang dalam pelaksanaan keterampilan dasar guling depan. Adanya guru pendidikan jasmani dan tersedianya alat ataupun sarana prasarana yang dibutuhkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya keterampilan dasar guling depan pada senam lantai tidaklah cukup dalam mencapai satu tujuan untuk dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa untuk menguasai keterampilan dasar guling depan terutama siswa kelas VII. Hal ini ditunjukkan karena masih banyak siswa yang belum mampu melakukan keterampilan dasar guling depan dengan baik dan benar, kebanyakan siswa merasa takut dalam melakukan keterampilan dasar guling

depan sehingga siswa miring ke kiri atau miring ke kanan saat pelaksanaan. pada tahap akhir gerakan yaitu jongkok dengan kedua tangan lurus ke depan seringkali siswa juga tidak dapat melakukannya dengan baik ataupun lupa melakukannya. Dengan kenyataan ini menunjukkan bahwa keterampilan dasar guling depan siswa masih kurang sehingga perlu perlakuan yang serius, dan untuk meminimalisir hal tersebut maka penulis memilih model pembelajaran yang tepat yang dapat mengatasi masalah siswa dalam pelaksanaan keterampilan dasar guling depan.

Dalam pembelajaran keterampilan dasar guling depan perlu pemilihan model pembelajaran yang tepat. Seiring kurangnya keterampilan dasar guling depan bagi siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga maka pemilihan model tersebut adalah *explicit instruction*. Model pembelajaran *explicit instruction* akan mampu memberikan pemahaman dan keterampilan yang lebih baik terhadap siswa untuk melakukan keterampilan dasar guling depan dengan baik dan benar, sehingga permasalahan berupa besarnya rasa takut siswa yang mengakibatkan keterampilan dasar guling depan miring ke kiri atau miring ke kanan dan kurang sempurnanya sikap akhir, melalui model pembelajaran *explicit instruction* ini dapat di atasi. Pemilihan model pembelajaran *explicit instruction* dikarenakan model pembelajarannya secara langsung terhadap siswa dan lebih menekankan pada pembimbingan pelaksanaan gerakan selangkah demi selangkah.

Explicit Instruction adalah model pembelajaran secara langsung dengan membimbing pelaksanaan keterampilan untuk mengembangkan belajar siswa tentang pengetahuan prosedural dan pengetahuan deklaratif yang dapat di ajarkan dengan pola selangkah demi selangkah. Dengan demikian bagi peneliti penggunaan model pembelajaran *explicit instruction* sangat berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan dasar guling depan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Untuk itu penulis mengangkat masalah ini kedalam suatu penelitian yang berjudul “Meningkatkan Keterampilan Dasar Guling depan Pada Senam Lantai Melalui Model Pembelajaran *Explicit Instruction* Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga”.

1.2 Identifikasai Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian sebagai berikut; kebanyakan siswa merasa takut dalam melaksanakan keterampilan dasar guling depan, kurangnya keseimbangan siswa dan kurang sempurnanya sikap akhir dalam melaksanakan guling depan sehingga siswa kurang terampil saat pelaksanaan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian tindakan kelas ini adalah; Apakah melalui model pembelajaran *explicit instruction* keterampilan dasar guling depan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Meningkatkan keterampilan dasar guling depan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dengan mengatasi masalah tersebut melalui model pembelajaran *explicit instruction* yaitu dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan peserta didik untuk berbaris dan Menyampaikan tujuan materi yang akan di ajarkan;
- b. Memberikan pemanasan;
- c. Mendemonstrasikan guling depan selangkah demi selangkah;
- d. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencoba dan membimbingnya sebagai instruksi awal;
- e. mengecek pemahaman dan memberikan umpan balik;
- f. memberikan kesempatan untuk mencoba kembali;
- g. mengamati pola gerakan siswa dan memberikan koreksi dan diagnosis sesegera mungkin jika ditemukan penyimpangan;
- h. memberikan pendinginan.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dasar guling depan pada senam lantai melalui model pembelajaran *explicit instruction* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

1.6 Manfaat Penelitian

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas (PTK) memiliki pengaruh dan manfaat bagi setiap individu atau kelompok yang terkait di dalamnya, di antaranya adalah:

a. Manfaat bagi Siswa:

1. dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dasar guling depan terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.
2. Dapat meningkatkan kekuatan, kelentukan, koordinasi, daya tahan dan keseimbangan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.
3. Untuk mencapai kesehatan jasmani dan kesehatan rohani siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

b. Manfaat bagi guru,

1. Dapat dijadikan pedoman untuk menambah profesionalitas guru dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran pada materi senam lantai khususnya keterampilan dasar guling depan.
2. Dapat meningkatkan pemahaman dalam dan pengetahuan guru pada pelaksanaan pembelajaran keterampilan dasar guling depan.

c. Manfaat bagi Sekolah,

1. dapat memberikan sumbangsi pemikiran yang berharga dalam meningkatkan mutu pendidikan/pembelajaran disekolah bersangkutan.
2. Dapat membantu meningkatkan efektivitas belajar keterampilan dasar guling depan siswa disekolah tersebut.
3. Dapat mempengaruhi tingkat kesehatan dan kebugaran siswa disekolah tersebut.

d. Manfaat Bagi Peneliti

1. dapat menambah pengalaman tentang pelaksanaan penelitian tindakan kelas, sehingga ketika terjun di sekolah sudah memahami apa yang hendak dilakukan saat pembelajaran.
2. Dapat menambah pemahaman tentang keterampilan dasar guling depan dan segala manfaatnya.