

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1.Latar Belakang**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, tujuannya untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih, melalui aktifitas Jasmani, Olahraga, dan kesehatan terpilih yang di rencanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan jasmani, Olahraga, dan kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan kesempatan kepada kita untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang di lakukan secara sistematis.

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Memang tidak bisa di pungkiri, bahwa kegiatan di dalam kelas membuat siswa menjadi jenuh. Namun, dengan adanya pendidikan jasmani sebagai kegiatan intrakurikuler, siswa akan sedikit menghirup udara segar di luar kelas. Dalam melaksanakan kegiatan jasmani perlu adanya pendukung lain yaitu antara lain siswa untuk memperlancar kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah SMP Negeri 1 Telaga, dalam proses belajar mengajar ada beberapa cabang olahraga yang termasuk dalam mata pelajaran penjas yang ada di sekolah tersebut, termasuk senam lantai.

Senam adalah suatu gerakan jasmani yang di susun secara sistematis dan terencana untuk mencapai kesehatan jasmani dan rohani. Senam dapat di bagi menjadi 3 yaitu senam artistic, senam ritmik, dan senam umum.

Senam lantai tergolong pada senam ritmic, dan senam ini dilakukan di atas matras dengan ukuran 12 x 12 m. Senam lantai terdiri dari gerakan *tumbling* dan akrobatik yaitu dengan gerakan guling, keseimbangan, lentingan, lompat, loncat, lari, dan berputar di udara. Pelaksanaan senam lantai dibatasi oleh waktu, 50 - 70 detik untuk nomor putra, sedangkan nomor putri 70 – 90 detik. Gerakan senam dapat bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik, kemampuan gerak, memperkuat otot jantung, dan memperlancar peredaran darah. pada perlombaan senam lantai yang diselenggarakan di atas matras dalam gedung setiap pesenam di beri kesempatan untuk melakukan kombinasi berbagai gerakan dengan waktu yang di tentukan. senam lantai merupakan tontonan paling menarik di antara nomor-nomor senam lainnya. Senam ini di bentuk pertama kali sebagai nomor perseorangan *olympiade* pada tahun 1932 (laki-laki) dan 20 tahun kemudian bagi wanita. Senam lantai terbagi atas gerakan meroda, guling lenting, roll depan dan roll belakang.

*Roll Depan*/gerakan mengguling (*rolling*) adalah merupakan gerakan yang kompleks, karena selain melibatkan kemampuan keseimbangan, juga memerlukan kekuatan dan keberanian.

Pada umumnya siswa SMP menyukai mata pelajaran penjaskes terutama materi senam lantai, tetapi masih ada juga siswa yang tidak mau atau kurang antusias pada olahraga ini, sebagian besar siswa perempuan. siswa perempuan tidak menyukai olahraga ini karena takut cedera.

Hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang masih salah dalam melakuakan *roll* depan. Sebagian dari mereka tidak dapat melakukan gerakan tersebut karena berbagai masalah yaitu kurangnya fasilitas atau sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan pembelajaran dan kurang efektifnya model pembelajaran yang di berikan sehingga akan menyebabkan hasil belajar siswa kurang maksimal.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti sewaktu melaksanakan observasi di SMP NEGERI 1 TELAGA yang mana masih banyak kekurangan-kekurangan yang perlu diperbaiki, khususnya tekhnik dasar roll depan masih banyak siswa yang belum menguasai gerakan tersebut. Untuk itu diperlukan penerapan metode

pembelajaran sebagai bahan acuan dalam proses pembelajaran di sekolah. Agar pembelajaran pendidikan jasmani olahraga efektif diperlukan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran, apalagi untuk mencapai keberhasilan pembelajaran semakin menuntut kondisi, mutu, keadaan dan jumlah sarana dan prasarana yang memadai.

Namun ada beberapa kendala yang dihadapi dalam melaksanakan pembelajaran pada mata pelajaran olahraga, yaitu olahraga senam lantai khususnya roll depan. Kendalah tersebut yaitu, kurangnya diberikan metode pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter siswa sehingga proses pembelajaran olahraga kurang efektif. Lebih jelasnya: (1) metode dan strategi pembelajaran yang digunakan tidak sesuai, (2) gerakan tehnik dasar tidak sesuai dengan karakter siswa.

Kendala yang dikemukakan di atas, tentunya sangat menghambat proses pembelajaran, olahraga pada dasarnya harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa, seperti tingkat pertumbuhan, perkembangan, dan kematangan berfikir siswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka sangat diperlukan upaya untuk memperbaiki proses pembelajaran, terutama pada cabang olahraga senam lantai pada roll depan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Beranjak dari permasalahan yang dikemukakan di atas maka hal tersebut mendorong peneliti untuk mengadakan secara ilmiah, dengan judul:

“Pengaruh metode pembelajaran modeling terhadap roll depan dalam senam lantai pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Dari uraian latar belakang di atas, maka identifikasi masalah membuat peneliti berantusias untuk melakukan penelitian sesuai dengan judul di atas. Yaitu: (1.2.1.) Adanya perkembangan kemampuan melakukan *roll* depan pada siswa SMP Negeri 1 Telaga. (1.2.2.) Kurangnya pemberian metode pembelajaran pada siswa SMP Negeri 1 Telaga dalam meningkatkan kemampuan *roll* depan pada senam lantai. (1.2.3.) Dengan metode pembelajaran *modeling* dapat

meningkatkan kemampuan melakukan *roll* depan dalam senam lantai pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

### **1.3.Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang akan di kaji pada penelitian ini adalah “BAGAIMANAKAH PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *MODELING* TERHADAP *ROLL* DEPAN PADA SENAM LANTAI”.

### **1.4.Tujuan Penelitian**

Dengan masalah yang telah di urai di atas, dari tujuan ini maka penelitian yang akan di capai yaitu bagaimana mengetahui sejauh mana siswa dapa melakukan roll depan dengan baik dan benar sekaligus mengetahui penerapan metode pembelajaran *modeling* terhadap roll depan senam lantai pada siswa SMP Negeri 1 Telaga.

### **1.5.Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari pada penelitian ini yaitu: (1.4.1.) sebagai bahan pegangan bagi siswa untuk memahami metode pembelajaran dengan meningkatkan keterampilan dalam melakukan roll depan. (1.4.2) sebagai bahan acuan bagi guru, untuk menerapkan metode pembelajaran yang benar kepada siswa. (1.4.3.) Dan sebagai salah satu sarat bagi peneliti untuk memperoleh gelar S1 di Universitas Negeri Gorontalo.