

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Senam merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris yaitu *Gymnastics*, dalam bahasa aslinya merupakan bahasa serapan dari bahasa Yunani, *Gymnos* yang artinya telanjang. Sedangkan Imam Hidayat dalam Hendra Agusta (2009: 9), mendefinisikan senam sebagai "suatu latihan tubuh yang terpilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual".

Pendapat lain dikemukakan oleh Hidayat, (1995) yang dikutip oleh Mahendra (2000:9) mendefinisikan senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan dengan sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

Sementara itu menurut Restianti (2010:5) menjelaskan bahwa senam adalah aktivitas fisik yang dilakukan, baik sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya. Dapat disimpulkan bahwa senam merupakan aktivitas fisik yang dilakukan baik menggunakan alat maupun tanpa alat secara sadar, dengan tujuan untuk

meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai spiritual.

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional Rosdiani (2013: 23).

Menurut Supandi (1992:1) Pendidikan Jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia yang seutuhnya. Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Menurut Sumanto dan Sukiyo (1992 : 99) mengatakan guling depan adalah gerakan mengguling ke depan yang penggulingannya dimulai dari tengkuk atau Duduk, punggung, pinggang, panggul bagian belakang dan yang terakhir kaki.. Jika ditarik kesimpulan bahwa guling depan adalah gerakan mengguling ke depan dengan pundak sebagai awal untuk melakukan pendaratan pertama pada matras menggunakan kedua kaki, lalu diikuti

dengan tubuh bagian belakang. Menurut Sayuti Sahara (2002:931), gerakan meroda adalah gerakan memutar badan dengan sikap awal menyamping arah gerakan dan tumpuan berat badan ketika berputar menggunakan kedua tangan dan kaki. Gerakan meroda merupakan latihan dengan tumpuan tangan yang dilakukan secara bergantian dengan singkat, selain itu ada saat posisi badan yang terbalik (kepala berada di bawah). Meroda merupakan gerakan yang dilakukan dengan putaran badan sebesar 90°. Pada gerakan meroda beban yang ditanggung oleh ruas tulang belakang relatif kecil, karena saat tumpuan tangan terjadi hanya berlangsung sangat singkat.

Dalam observasi awal dari hasil pengamatan di lapangan, pada proses pembelajaran senam lantai materi *roll* depan yang dilakukan di SD Negeri Angkasa Penfui Kota Kupang khususnya kelas V terlihat minat siswa dalam mengikuti pembelajaran tersebut kurang baik, hal tersebut ditandai dengan menurunnya antusiasnya siswa setelah mengetahui bahwa materi pembelajaran pada saat itu merupakan senam lantai materi *roll* depan. Saat proses pembelajaran berlangsung tidak sedikit siswa saling menunjuk ketika diperintahkan guru untuk mempraktikkan gerak *roll* depan, bahkan banyak siswa yang justru mencari-cari alasan agar tidak mendapat kesempatan untuk melakukan gerak *roll* depan. Dari uraian tersebut maka dapat diartikan bahwa minat siswa dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan dan guling belakang rendah. Penyebab rendahnya minat siswa dikarenakan siswa merasa malu dan takut, berfikir terlalu sulit melakukannya, serta tidak dapat

menyeimbangkan tubuhnya. Hal ini didominasi oleh siswa putri dan siswa yang memiliki tubuh gemuk.

Masalah utama dalam pendidikan jasmani salah satunya yaitu pembelajaran senam lantai hingga saat ini belum efektifnya proses pengajaran senam lantai disekolah. Kondisi ini di sebabkan di karenakan kualitas pengajaran pendidikan jasmani yang memprihatinkan di sekolah dasar, telah dikemukakan dan di telah dalam berbagai forum oleh beberapa pengamat pendidikan jasmani dan olahraga. Pada akhirnya siswa merasa kurang untuk mengatasi hal ini, maka perlu di adakan tindakan penelitian dengan pengembangan model latihan penjaskes khususnya pada pembelajaran senam lantai dibutuhkan kreativitas guru yang inovatif agar pembelajaran menarik dan menyenangkan khususnya bagi peserta didik, maka dari itu, untuk mencapai pembelajaran senam lantai dengan maksimal bagi siswa sekolah dasar perlu adanya pembinaan yang dimulai sejak dini. Langkah-langkah yang perlu dilakukan diantaranya yaitu, peningkatan pengadaan sarana dan prasarana, pemandu bakat, peningkatan kualitas pelatih atau guru penjaskes dan model pembelajaran yang tepat dan menyenangkan bagi siswa sekolah dasar agar pembelajaran menarik dan menyenangkan sehingga membuat siswa senang semangat dan terpacu dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di sekolah dasar.

Untuk mengatasi hal ini, maka perlu diadakan tindakan penelitian dengan model pembelajaran penjaskes khususnya pada pembelajaran *roll* depan. Dibutuhkan kreativitas guru yang kreatif dan inovatif agar

pembelajaran menarik dan menyenangkan untuk menarik minat dan keingintahuan siswa sekolah dasar khususnya untuk belajar teknik dasar *roll* depan. Pelajaran penjasokes di sekolah dasar hanya dilaksanakan seminggu sekali. Tentunya waktu yang cukup singkat ini tentu menjadi persoalan, sehingga masing-masing siswa mempunyai keterampilan yang berbeda-beda. Ada siswa yang mudah menangkap pelajaran dengan hanya satu kali dicontohkan, namun ada pula siswa yang harus berulang-ulang kali dicontohkan baru mampu bisa melakukan. Tidak hanya itu, siswa yang aktif dalam pembelajaran dan yang pasif tentu akan berbeda pula dalam penguasaan keterampilan teknik dasar *roll* depan.

Berdasarkan uraian di atas serta beberapa pertimbangan tersebut, maka dibutuhkan inovasi baru dalam pembelajaran *roll* depan bagi siswa sekolah dasar. Inovasi itu berupa model pembelajaran teknik dasar senam lantai yaitu *roll* depan yang digunakan pada saat berlangsungnya pembelajaran sehingga pembelajaran berjalan tidak monoton dan tidak membosankan. Sehingga peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **Peran Guru Penjasorkes Dalam Pembelajaran Senam Lantai Materi *Roll* Depan Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Bidang Miring Di SD Negeri Angkasa Penfui Kota Kupang.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya kemampuan teknik dasar *roll* depan.
2. Kurangnya tolakan saat melakukan gerakan *roll* depan.
3. Merasa takut dalam melakukan gerakan *roll* depan.
4. Belum digunakannya alat bantu dalam pembelajaran *roll* depan.

### **C. Batasan Masalah**

Dari berbagai permasalahan yang ada, peneliti membatasi masalah dalam penulisan ini yaitu masih rendahnya hasil nilai yang dicapai oleh siswa di SD Negeri Angkasa Penfui Kota Kupang khususnya pada materi *roll* depan.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:  
Bagaimana Peran Guru Penjasorkes Dalam Pembelajaran Senam Materi *Roll* Depan Pada Siswa Dengan Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Bidang Miring Di SD Negeri Angkasa Penfui Kota Kupang ?.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan masalah penelitian, maka tujuan dalam penelitian ini adalah Peran Guru Penjasorkes Dalam Pembelajaran Senam Materi *Roll* Depan Pada Siswa Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Bidang Miring di SD Negeri Angkasa Penfui Kota Kupang.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan informasi bagi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan jasmani di Universitas Kristen Artha Wacana Kupang (UKAW) dalam perkembangan mata kuliah yang relevan dan masalah yang diangkat.
- b. Bagi guru memberikan pengetahuan dan masukan bagi guru terkait pembelajaran dengan alat bantu yang efektif dan efisien.

## 2. Manfaat Teoritis

- a. Peneliti lebih memperdalam dan menambah wawasan terhadap latihan dan pengaruhnya terhadap cabang olahraga senam lantai khususnya materi *roll* depan.
- b. Memperoleh data secara empiris mengenai pembelajaran dengan alat bantu terhadap peningkatan gerak *roll* depan.