

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan investasi manusia yang tidak dapat dibeli. Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dapat mempengaruhi perkembangan manusia dalam seluruh aspek kepribadian dan kehidupannya. Hal ini sesuai dengan isi Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 yang menyatakan bahwa : “Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang”. Pendidikan bukan hanya sebagai sarana untuk menyiapkan individu bagi kehidupannya di masa depan, tetapi juga untuk kehidupan anak masa sekarang yang sedang mengalami perkembangan menuju ke tingkat kedewasaan.

Pendidikan berupaya menciptakan kondisi yang kondusif bagi perkembangan anak agar mampu berkembang secara optimal. Pada proses pendidikan, anak aktif mengembangkan diri dan guru aktif membantu menciptakan kemudahan untuk perkembangan yang optimal tersebut. Pendidikan anak sangat penting dan perlu diperhatikan secara serius, karena pendidikan anak merupakan tonggak atau fondasi di masa mendatang.

Salah satu faktor penunjang pendidikan dan membantu anak dalam pertumbuhan dan perkembangannya adalah pendidik. Seorang pendidik perlu memahami tentang kondisi belajar siswa mengorganisasikan konsep

proses pembelajaran yang dapat mengembangka kemampuan dan membentuk watak siswa. Kondisi belajar adalah suatu yang diharapkan terjadi pada diri anak, berupa perubahan perilaku dalam aspek cipta, rasa, dan karya yang berlandaskan dan bermuatan nilai-nilai kemanusiaan dan agama yang dianut. Sekolah Dasar merupakan bagian dari sistem pendidikan, yang merupakan bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional.

Hal tersebut sesuai dengan tujuan pendidikan dengan tujuan pendidikan Sekolah Dasar yang senantiasa dikaitkan dengan pendidikan wajib 9 tahun. Sekolah Dasar bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dasar siswa secara optimal dalam aspek intelektual, sosial, personal yang terintegrasi, dan sesuai dengan karakteristik perkembangannya. Salah satu cara untuk mengoptimalkan.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran penting yang ada di kurikulum pendidikan khususnya di tingkat sekolah dasar. Pendidikan sekolah dasar berperan penting untuk peserta didik yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar sambil bermain, untuk memperkenalkan gerakan-gerakan dasar lokomotor, non lokomotor dan gerakan manipulatif dalam kehidupan sehari-hari sehingga diharapkan peserta didik memiliki kebugaran jasmani yang baik serta mampu mengembangkan potensi diri, semangat dalam belajar baik secara akademik maupun non akademik. Tujuan secara umum PJOK adalah berfokus pada pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini baik secara

mental, emosional, dan sosial dalam upaya untuk membentuk karakter serta kemampuan gerak dasar yang baik Ramdani, (2021: 9).

Pembelajaran PJOK merupakan suatu pembelajaran di sekolah yang melibatkan siswa untuk aktif bergerak dan juga bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. Menurut Mustafa dan Dwiyo (2020:72) menyebutkan bahwa “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah merupakan tujuan pengajar untuk membuat peserta didik bugar, dan dapat membantu peserta didik menciptakan gerakan baru yang didapatkan di pembelajaran penjas”. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga pada hakikatnya adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Menurut Husdarta dalam Amin (2017:37), menyebutkan bahwa ”Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bukan semata – mata berurusan tentang pembentukan badan, tetapi dengan manusia seutuhnya”. Sejalan dengan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Rosdiani dalam Irwandi, (2019:4) menyebutkan bahwa “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan mengembangkan dan

meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada umumnya merupakan sebuah hal yang kompleks sehingga dibutuhkan pemikiran – pemikiran yang tepat untuk menjalankannya. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan pendidikan melalui sebuah aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pembelajaran yang ingin di capai.

Menurut Agus S. Suryobroto dalam Sukadiyanto (2017:8), bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah “untuk pembentuk anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kegiatan sehari-hari. Selanjutnya dalam penyempurnaan atau penyesuaian kurikulum pada mata pelajar pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga”. Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar 2004 (2003: 1-2) disebutkan bahwa, Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Lebih jauh ditegaskan bahwa, Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani,

keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani.

Di dalam panduan mata pelajaran PJOK yang dikembangkan oleh Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan tahun 2013 dijelaskan bahwa nama pendidikan jasmani lebih menegaskan bahwa mata pelajaran ini menggunakan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk mengembangkan keterampilan motorik dan pola gerak, meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan yang dilandasi pengetahuan dan perilaku hidup aktif, serta sikap sportif melalui kegiatan jasmani. terdapat Standar Kompetensi “mempraktikan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya”.

Dengan “Mempraktikan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan dan nilai-nilai disiplin serta keberanian”. Adanya CP Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar diharapkan berlangsung secara aktif dalam melibatkan semua ranah pendidikan baik afektif (sikap), *psikomotorik* (keterampilan fisik), maupun kognitif (konsep).

Pembelajaran senam adalah salah satu materi ajar yang terdapat pada mata pelajaran pendidikan jasmani yang mempunyai karakteristik dengan kecepatan (daya ledak atau), keseimbangan statis dan keseimbangan dinamisnya serta kemampuan aerobik dan an aerobik dalam melakukan rangkaian gerakan senam lantai seperti guling depan, guling belakang, sikap

kayang, sikap lilin dan sebagainya (Junaidi, 2017). Senam juga membutuhkan keberagaman gerak peralihan dari dinamis ke statis dan begitu juga sebaliknya, sering terjadi perubahan posisi tubuh dalam ruang (Tatting et al., 2016).

Senam merupakan kegiatan fisik yang dilaksanakan sebagai cabang olahraga tersendiri ataupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya (Darsi, 2018). Menurut Galih (2009) yang diunduh dari rosy46nelli.wordpress.com senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau belakang.

Menurut Mahendra (2001:257) adalah gerak berguling yang halus dengan menggunakan tubuh yang berbeda untuk kontak dengan lantai, dimulai dari kedua kaki, kedua tangan, ke tengkuk, lalu ke bahu, ke punggung, pinggang, dan pantat, sebelum akhirnya ke kaki kembali. Materi pembelajaran senam lantai guling depan yang diterapkan pada siswa sekolah dasar sebagai salah satu mata pelajaran memiliki tujuan.

Menurut Mahmudi Sholeh (1992:9-10) antara lain adalah memperbaiki dan mencegah pengaruh yang jelek atau kelainan ringan, misalnya kelainan yang disebabkan oleh lamanya duduk di bangku sekolah, karena terlalu lama tidur dan sebagainya, memberikan rangsangan yang diperlukan bagi perkembangan organorgan tubuh, membantu mengembangkan cara bersikap dan bergerak yang sewajarnya, membantu memupuk rasa tanggung jawab

terhadap kesehatan diri dan masyarakat, memupuk dan mengembangkan rasa keberanian dan percaya pada diri sendiri, memupuk dan meningkatkan seni gerak, memupuk dan meningkatkan prestasi gerakan-gerakan senam, meningkatkan prestasi ahli gerakan senam.

Manfaat senam menurut Agus Mahendra (2001:12) terdiri dari dua bagian, yaitu : 1) Manfaat fisik melalui berbagai kegiatan anak yang terlibat dalam senam akan berkembang daya tahan ototnya, kekuatannya, povernya, kelentukannya, koordinasinya, kelincahannya, serta keseimbangannya. Apalagi jika ditekankan pada kegiatan yang menurut sistem kerja jantung dan paru (*cardiovascular system*) program senam akan menyumbang bagi perkembangan fisik yang seimbang. 2) Manfaat mental dan sosial ketika mengikuti program senam, siswa dituntut untuk berfikir sendiri tentang perkembangan keterampilannya. Untuk itu, siswa harus mampu menggunakan kemampuan berpikirnya secara kreatif melalui pemecahan masalah gerak. Dengan demikian, siswa akan berkembang kemampuan mentalnya.

Menurut Wahjoedi (1999: 121) bahwa "pendekatan bermain adalah pembelajaran yang diberikan dalam bentuk atau situasi permainan". Salah satu pendekatan pembelajaran yang sesuai untuk siswa Sekolah Dasar adalah pendekatan bermain. Pendekatan bermain merupakan cara belajar yang dilakukan melalui bentuk permainan untuk meningkat hasil belajar yang optimal. Pada pendekatan bermain siswa diberi kebebasan untuk mengekspresikan kemampuannya dengan tujuan membuat siswa lebih aktif

bergerak dalam berbagai kondisi dan memiliki kreatifitas serta inisiatif untuk memecahkan masalah yang muncul ketika proses pembelajaran berlangsung.

Dari hasil observasi belajar siswa kelas 1 pada semester I tahun ajaran 2022/2023 dalam semua ranah juga belum semuanya baik. Hasil belajar dari ranah kognitif didapat hasil rerata skor sebesar 62,7, rerata skor nilai ranah afektif siswa sebesar 63,5, dan rerata skor hasil belajar pada ranah psikomotor sebesar 64,8. Penilaian guling depan diperoleh dari hasil nilai tertinggi siswa adalah 90 dan nilai terendah 60. Nilai rata-rata kelas untuk materi guling depan hanya sebesar (70,46), dengan jumlah siswa yang “tuntas” hanya sebanyak 10 siswa (35%) dari jumlah siswa seluruhnya 35 siswa. Sedangkan siswa yang “tidak tuntas” sebanyak 25 siswa (65%) dari jumlah seluruhnya 35 siswa. Sehingga disimpulkan bahwa nilai siswa kelas 1 dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan di semester I tahun pelajaran 2022/2023 masih belum sesuai dengan indikator keberhasilan belajar siswa. Indikator keberhasilan pembelajaran siswa yang diterapkan di SD Inpres Oepura 3 adalah minimal sebesar 75% dari total siswa dalam satu kelas telah mencapai kriteria “tuntas” KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) adalah 75.

Dari hasil pengamatan di lapangan untuk kegiatan senam lantai terutama senam lantai guling depan tidak banyak diminati oleh para siswa SD Inpres Oepura 3. Hal ini disebabkan karena pembelajaran senam lantai guling depan di SD Oepura 3 memfokuskan kepada gerakan-gerakan dan keterampilan yang sesuai dengan pembelajaran dalam melakukan gerakan

guling depan. Berdasarkan pengamatan saat PPL proses pembelajaran PJOK dalam materi guling depan di kelas 1, terlihat banyak siswa kurang antusias dalam proses pembelajaran. Hal itu dapat dilihat dari aktivitas siswa yang tidak aktif (duduk), dan siswa yang mencoba mempraktikkan materi senam lantai guling depan hanya sedikit jumlahnya. Hal ini dapat diartikan bahwa minat siswa terhadap materi senam lantai guling depan rendah. Selain itu terdapat beberapa siswa yang sulit melakukan gerakan senam lantai guling depan, hal ini disebabkan karena siswa merasa malu dan takut, merasa berpikir terlalu sulit untuk melakukannya, serta tidak dapat menyeimbangkan tubuhnya.

Berdasarkan paparan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Upaya Peningkatan Keaktifan Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas 1 SD Inpres Oepura 3"

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang berkaitan dengan latar belakang yaitu:

1. Belum diketahuinya upaya peningkatan keaktifan dalam siswa kelas 1 dengan menggunakan pendekatan bermain dalam pembelajaran senam lantai pada materi guling depan di SD Inpres Oepura 3
2. Kurangnya minat siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan
3. Beberapa siswa mungkin merasa takut atau tidak percaya diri dalam

melakukan gerakan guling depan

C. Batasan Masalah

Agar masalah yang dibahas tidak terlalu luas dan lebih fokus, maka perlu diberikan batasan sehingga ruang lingkup dari penelitian ini menjadi lebih jelas. Penelitian ini dibatasi pada upaya peningkatan keaktifan dalam siswa kelas 1 dengan menggunakan pendekatan bermain dalam pembelajaran senam lantai pada materi guling depan di SD Inpres Oepura 3

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalahnya sebagai berikut : Bagaimana upaya peningkatan keaktifan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan bermain pada siswa kelas 1 SD Inpres Oepura 3?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas 1 SD Inpres Oepura 3 melalui pendekatan bermain.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberi manfaat teoritis dan praktis

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan pada kumpulan atau kelompok pengembangan metode pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru membantu memecahkan dan solusi permasalahan dalam proses belajar mengajar dan dapat meningkatkan profesionalisme guru pendidikan jasmani
- b. Bagi siswa memperoleh suasana dan pengalaman belajar yang menyenangkan sehingga tidak merasa jenuh saat mengikuti pembelajaran senam lantai guling depan