

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pembelajaran berasal dari kata dasar belajar yang diberi awalan “pem” dan akhiran “an”. Menurut undang-undang system Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa : “ Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar”. Menurut Sudjana (2012 : 28), pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar. Jadi, pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan siswa yang saling bertukar informasi

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan dengan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan intensif guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, berfikir, emosional, sosial, dan moral Menurut Agus Susworo DM dan Fitriani (2008:13), Pendapat senada dikemukakan oleh Sukintaka (2001:5), pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktifitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya Untuk terwujudnya hal diatas maka dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Dasar dan Menengah diajarkan berbagai materi pelajaran sedangkan menurut Wawan S. Suherman (2004:23) pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motoric, pengetahuan dan perilaku hidup sehat aktif dan sikap sportif, kecerdasan emosional.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani terdapat materi senam yang merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi

program pendidikan jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga. Lebih penting lagi senam lebih dapat meningkatkan kesegaran secara efektif bagi siapapun yang melakukannya. Jika melihat sejarah perkembangan senam ternyata belum diketahui sejak kapan senam itu berada namun sebagai patokan menurut Hidayat dalam Atmaja (2008:17) mengatakan “senam dalam arti yang sebenarnya baru berkembang pada abad ke-18, akan tetapi unsur-unsur senam dalam bentuk latihan akrobatik, latihan pernapasan dan latihan penyembuhan sudah ada sejak zaman kebudayaan kuno”. Dengan pernyataan ini jelas sudah senam ini memang sudah dikenal sejak lama diperkirakan sejak abad ke-18 atau bahkan lebih awal lagi.

Sejarah perkembangan senam erat sekali hubungannya dengan perkembangan pendidikan jasmani dan pendidikan pada umumnya. Sejak dahulu, para ahli filsafat percaya bahwa tingkat kesegaran jasmani masyarakat (istilah sekarang) menurun maka tingkat pendidikannya juga akan menurun. Bila hal ini terjadi, maka para pendidik harus mengarahkan perhatiannya pada faktor peningkatan kesegaran jasmani nasional. Kenyataan yang berusaha memasukkan senam dan pendidikan jasmani ke dalam kurikulum sekolah adalah para ahli filsafat dan pemimpin masyarakat. Menurut Menke G. Frank dalam *Encyclopedia of Sport* (Bannes and Company, New York, 1960), senam terdiri dari gerakan-gerakan yang luas atau banyak atau menyeluruh dari latihan-latihan yang dapat membangun atau membentuk otot-otot tubuh seperti pergelangan tangan, punggung, lengan, dan sebagainya. Senam atau latihan tersebut termasuk juga unsur-unsur jungkir balik, lompatan, memanjat dan keseimbangan. Ada beberapa jenis senam seperti, senam aerobic, senam pembentukan, dan senam lantai.

Senam irama atau disebut juga senam ritmik adalah senam dengan gerakan yang mengikuti irama yang berupa tepukan tangan, ketukan, nyanyian musik, dan sebagainya. Senam irama dilakukan secara perorangan atau kelompok untuk memperlihatkan koreografi yang kental dengan akrobatik dengan atau

tanpa alat bantu senam yang berupa bola, pita, tali, gada, dan simpai. Senam irama atau senam ritmik merupakan salah satu alternatif metode yang digunakan untuk meningkatkan konsentrasi anak melalui gerakan-gerakan tubuh sigma. Yang menyebabkan aliran darah ke otak berjalan dengan lancar dan otak mendapatkan oksigen yang banyak sehingga otak berfungsi secara optimal. Muhajir (2004:154) menyebutkan bahwa pengertian senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dalam irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan seara berirama. Senam irama memadukan gerakan tari dan balet yang terdiri dari gerakan pemanasan, bagian inti, dan bagian pendinginan. Unsur-unsur yang terdapat dalam senam irama meliputi keluwesan, kesinambungan gerakan, dan ketepatan irama untuk melatih kelenturan, ketangkasan, kelincahan, serta daya tahan untuk seluruh anggota tubuh.

Dewasa ini tak sedikit senam yang di padu padankan dengan tarian-tarian daerah. Tari merupakan upaya untuk mewujudkan keindahan melalui susunan gerak dan irama dalam satuan komposisi gerak untuk menyampaikan pesan tertentu. Menurut Hwkins (1990: 81), tari adalah ekspresi manusia yang paling tua. Pengalaman yang timbul karena gerakan sosial merupakan hasil kebutuhan manusia untuk menemukan serta mencari bentuk yang nyata pada aspek-aspek estetis dari pertemuannya dengan kehidupan.

Dalam seni tari Indonesia dikenal dengan istilah tari tradisi salah satunya Ja'i, Kata Ja'i dalam bahasa daerah etnis Ngada berarti tarian. Tarian ini pada awalnya menjadi tarian milik etnis Ngada, hanya untuk tarian pembuka atau pelengkap dari ritual mendirikan rumah adat untuk merayakan sukacita. Kemudian mengalami sedikit perkembangan, Ja'i sering ditampilkan dan dijadikan sebagai senam yang gerakannya dilakukan dengan irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Rangkaian senam irama dapat dilakukan dengan cara berjalan, berlari, melompat, loncat, serta , tepuk atau putaran tangan. sehingga siswa dituntut mempraktikkan variasi gerak dasar tersebut mengikuti irama (ketukan) tanpa atau dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

Berdasarkan Observasi Awal Yang dilakukan oleh peneliti pada siswa kelas V SD Inpres Noelbaki Terdapat beberapa masalah Pada sisiwa yang belum menguasai tarian JA'I Sehingga perlu adanya Meningkatkan Minat siswa melalui gerakan tarian JA'I pada siswa SD Inpres Noelbaki.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan suatu penelitian dengan judul “ **Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i di SD Inpres Noelbaki** ”

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Aktivitas pembelajaran senam irama dengan gerakan ja'i pada siswa kelas V
2. Proses pembelajaran senam irama dengan gerakan ja'i pada siswa kelas V di SD Inpres Noelbaki
3. Belum diketahui pelaksanaan pembelajaran senam irama dengan gerakan ja'I pada siswa kelas V
4. Manfaatnya senam irama dengan gerakan ja'I pada siswa kelasV

### **C. Batasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan yang di hadapi dan keterbatasan waktu dan tenaga yang penulis miliki serta agar peneliti memiliki arah dan tujuan yang jelas, maka perlu adanya pembatasan masalah. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah berbentuk Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i di SD Inpres Noelbaki.

### **D. Rumusan Masalah**

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “bagaimana Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i di SD Inpres Noelbaki.”?

## **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i di SD Inpres Noelbaki.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Akademis**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber rujukan tambahan dalam penelitian lanjutan tentang Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i di SD Inpres Noelbaki.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi penelitian-penelitian yang akan datang dalam konteks permasalahan yang berkaitan dengan Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Penulis**

Manfaat penelitian praktis di bidang pendidikan bagi penulis adalah dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung melalui praktik dilapangan.

#### **b. Bagi Pendidik dan Calon Pendidik**

Manfaat praktis di bidang pendidikan bagi Pendidik dan calon pendidik adalah dapat menambah pengetahuan tentang Pembelajaran Senam Irama Siswa Kelas V Melalui Gerakan Ja'i.