

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pendidikan pada umumnya. Secara spesifik, pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak tubuh yang di dalamnya terkandung banyak tujuan. Melalui pembelajaran pendidikan jasmani dikembangkan aspek fisik, gerak, mental, sosial dan emosional. Dengan dikembangkan aspek fisik, gerak, sosial dan emosional, maka akan memberi kontribusi terhadap pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan tunggal yang cakupannya cukup luas. Upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani, maka di dalam kurikulum pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) diajarkan berbagai macam materi cabang olahraga. Namun demikian materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) didasarkan pada jenjang pendidikan masing-masing. Ini artinya, materi pendidikan jasmani antara jenjang pendidikan paling bawah (Sekolah Dasar) berbeda dengan Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Kejuruan (SMK). Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Senam lantai diajarkan pada kelas VII Semester II. Standar kompetensi senam untuk siswa SMP yaitu, mempraktekkan senam dasar

dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan kompetensi dasar senam yaitu, mempraktekkan teknik dasar gerak guling depan serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab, Wardani, (2011).

Menurut Mujahir (2007: 87) guling depan adalah berguling dengan menggunakan bagian atas belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang dan pinggul bagian belakang). Roll depan atau guling depan (*forward roll*) adalah salah satu bagian gerakan dari senam lantai yang mengutamakan keindahan serta ketepatan gerakan sehingga tidak terjadi cedera pada senam. Roll depan berfungsi untuk membentuk otot badan yang kuat, terutama bagian punggung. Selain itu, gerakan roll depan baik dilakukan untuk melatih konsentrasi dan kemampuan siswa dalam mengontrol gerak tubuhnya sendiri. Untuk melakukan roll depan, satu gerakan dengan gerakan lain harus saling terhubung sehingga menjadi satu rangkaian gerakan.

Dalam kegiatan belajar mengajar, ketika peserta didik melakukan gerakan roll depan masih menampilkan keterampilan yang masih kurang baik seperti posisi kepala yang salah, Penempatan tangan yang tidak tepat dan gerakan berguling yang tidak lancar. Gerakan roll depan yang baik menurut Kusuma (2016:3) yaitu: Sikap awal, posisi tegak kedua tangan ke atas. Pada posisi ini, kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan seluruh jari posisi rapat. Turunkan kedua tangan secara perlahan seiring dengan turunnya kepala, pandangan mata mengikuti telapak tangan. Saat menurunkan kedua tangan dan kepala, sikap dada membusung dan

punggung tidak membungkuk. Kedua siku dan kedua lutut kaki tetap dalam keadaan lurus. Ketika kedua telapak tangan menyentuh dasar lantai, tekuk kedua lutut secara perlahan. Masukan kepala hingga dagu berhimpit dengan dada, dan posisi kedua siku masih lurus. Kemudian secara bersama-sama kedua lutut kaki dan kedua siku ditekuk, hingga tengkuk menempel dasar lantai. Kedua kaki sedikit mendorong dasar lantai, secara otomatis tubuh berguling ke depan. Saat kondisi ini, posisi dagu tetap menempel di dada dan lutut betul-betul ditekuk, sedangkan punggung harus melengkung. Saat berguling, mulai dari tengkuk, punggung sampai dengan pinggul harus berurutan secara bergantian. Ketika punggung menyentuh dasar lantai, secara cepat posisi kedua tangan memegang lutut sampai dengan pinggul menyentuh dasar lantai. Ingat, pada posisi ini mulai kepala, punggung sampai dengan pinggul dalam posisi melengkung segaris. Ketika telapak kaki menyentuh dasar lantai, dan sedikit sisa laju percepatan dari perlakuan berguling berakibat badan sedikit condong ke depan. Untuk menghindari kelebihan dorongan, segera kedua kaki ditekan. Posisi kedua tangan segera diluruskan, dan arah pandangan ke telapak tangan .Berdiri ke sikap awal, posisi berdiri tegak kedua tangan diangkat ke atas. Pada posisi ini, kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan diseluruh jari posisi rapat.

Pembelajaran yang diberikan harus berbentuk pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih mengarah kepada dasar-dasar keterampilan gerak, dengan proses pembelajaran yang dimodifikasi dalam bentuk permainan yang bisa meningkatkan kemampuan siswa. Salah satunya ialah

dengan melalui model pembelajaran sebagai inovasi dalam pembelajaran. Menurut Soekamto dkk. (dalam Wiarto, 2015: 77) mengemukakan bahwa, “Model pembelajaran memiliki makna sebagai suatu kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu, dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan aktivitas belajar mengajar”. Seperti yang dikemukakan oleh Ma’ruful (2011:191) menyebutkan ‘‘Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK), cenderung kepada pola strategi dari bentuk penyampaian berbagai bahan pelajaran aktivitas olahraga.

Menurut *Griffin* dan *Patton* dalam Saryono dan Nopebri (2009:62) berpendapat ‘‘TGfU (*Teaching Game for Understanding*) adalah sebuah pendekatan pembelajaran yang berpusat pada permainan dan siswa untuk membelajarkan tentang permainan yang berhubungan erat dengan olahraga dengan sifat pembelajaran yang konstruktif.’’ Tujuan utama dari mengajar dengan permainan adalah untuk mengembangkan penampilan bermain anak sehingga anak menjadi termotivasi dan berpartisipasi dalam pembelajaran, dan membuat gaya hidup siswa menjadi lebih sehat. Dengan demikian model pembelajaran TGfU (*Teaching Games for Understanding*) dapat dijadikan sebagai salah satu pemecah dan sebuah obat untuk perbaikan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dalam pembelajaran senam khususnya dalam roll depan.

Berdasarkan pengamatan penulis pada saat PPL ada kejanggalan yang terjadi pada siswa saat proses belajar mengajar senam *roll* depan dimana guru memberikan pemanasan siswa tidak termotivasi oleh karena pada saat pemanasan guru memberikan gerakan yang membuat siswa kurang antusias dimana dari 32 siswa hanya 10 siswa yang bisa melakukan *roll* depan secara baik, sedangkan 22 lainnya masih belum melakukan *roll* depan dengan baik oleh karena metode pemanasan yang kurang tepat serta membosankan dan berakibat pada saat pelaksanaan senam lantai *roll* depan siswa mengalami hambatan, untuk itu penulis ingin mencari tau permasalahan pada siswa kelas VII SMP Negeri 20 dengan memberikan model pembelajaran TGFU (*Teacher Games For Understanding*) siswa di harapkan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran agar dapat memperlihatkan hasil yang meningkat.

Berdasarkan latar belakang ini, peneliti menarik untuk meneliti tentang “Meningkatkan Keterampilan Pembelajaran *Roll* Depan TGFU (*Teaching Games For Understanding*) Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Kupang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas penulis temukan dilapangan adalah sebagai berikut:

1. Siswa kelas VII SMP Negeri 20 Kota Kupang tidak memiliki tingkat keterampilan *roll* depan yang baik.
2. Belum diketahui meningkatkan keterampilan pembelajaran *roll* depan melalui TGFU.

3. Kurangnya pemahaman tentang arti pentingnya tubuh bugar dan sehat, sehingga mereka mengikuti pendidikan jasmani hanya sekedar ikut dan memperoleh nilai.

C. Batasan Masalah

Mengingat agar tidak meluasnya permasalahan yang berhubungan dengan keterampilan senam *roll* depan, maka penulis membatasi pada ‘Meningkatkan Keterampilan Pembelajaran Roll Depan Melalui TGFU (*Teaching Games For Understanding*) Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Kupang’

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka penulis merumuskan konsep masalah sebagai berikut: Bagaimana Meningkatkan Keterampilan Pembelajaran Roll Depan Melalui TGFU (*Teaching Games For Understanding*) Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Kupang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk Meningkatkan Keterampilan Pembelajaran *Roll* Depan Melalui TGFU (*Teaching Games For Understanding*) Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Kota Kupang.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, dapat memberikan solusi terbaik bagi guru khususnya untuk anak-anak kelas VII dalam perbaikan pembelajaran Roll Depan melalui TGFU dalam bentuk pembelajaran dengan senang dan baik sehingga prestasi siswa meningkat.
2. Bagi siswa, menumbuhkan nuansa baru bagi siswa dalam latihan keterampilan pembelajaran *roll* depan, sehingga siswa dapat termotivasi untuk latihan dengan giat dan serius.
3. Bagi Guru PJOK: dapat digunakan sebagai pedoman untuk menentukan dan memilih model pembelajaran yang tepat pada siswa terhadap pembelajaran yang baik dan efektif untuk meningkatkan keterampilan pembelajaran *roll* depa