

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan sebuah proses humanime yang selanjutnya dikenal dengan istilah memanusiakan manusia. pendidikan juga tertuang dalam Pasal 31 ayat (1) UUD NRI Tahun 1945 yang berbunyi “Tiap-tiap orang berhak atas pengajaran.” Hal ini semakin mempertegas hak anak atas pendidikan dasar yang menjadi prasyarat utama dalam memberikan kemampuan dan keterampilan dasar bagi anak untuk melanjutkan pendidikan pada tingkat menengah maupun pendidikan tinggi Tindak lanjut dari UUD NRI Tahun 1945 tersebut, diundangkan didalam Undang-Undang No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, dimana pada bagian Konsideran butir (a) : “bahwa pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 mengamanatkan pemerintah Negara Indonesia dan seluruh tumpah darah Indonesia, dan untuk memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa”. Oleh karena itu kita seharusnya bisa menghormati hak asasi setiap manusia, murid dengan kata lain siswa ataupun peserta didik bagaimanapun bukan sebuah manusia mesin yang dapat diatur sekehendaknya, melainkan mereka adalah generasi yang perlu kita bantu dan memberi kepedulian dalam setiap reaksi perubahannya menuju pendewasaan supaya dapat membentuk insan yang swantrata, berpikir kritis serta memiliki sikap akhlak yang baik. Menurut Ab Marisyah , Firman d alam (Annisa, 2022) Untuk itu, pendidikan tidak saja membentuk insan yang berbeda dengan sosok lainnya yang dapat beraktifitas menyantap dan meneguk, berpakaian serta memiliki rumah untuk tinggal hidup, ihwal inilah disebut dengan istilah memanusiakan manusia . Dengan demikian Pendidikan merupakan sebuah usaha untuk meningkatkan ilmu pengetahuan yang di dapat baik dari lembaga formal maupun informal untuk memperoleh manusia yang berkualitas, yang dimana pendidikan yang dibutuhkan dalam suatu proses pembelajaran yang baik.

Pendidikan jasmani atau dikenal dalam pembelajaran persekolahan PJOK merupakan pembelajaran yang dimana berfokus atau menekankan pada jasmani peserta didik, oleh karena itu pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam pembelajaran yang dimana mengoptimalkan peserta didik dalam dalam pembelajaran bukan hanya melatih pengetahuan akan tetapi melatih juga jasmani peserta didik. Menurut Malik & Rubiana dalam (Candra, 2023) Dalam konteks pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan fisik dan mental, serta nilai-nilai sosial dan etika. Dengan demikian pendidikan jasmani atau dalam pembelajaran persekolahan disebut PJOK merupakan kegiatan pembelajaran yang mengoptimalkan pada jasmani peserta didik dalam mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan fisik dan mental peserta didik.

Pendidikan jasmani juga dapat membantu meningkatkan prestasi akademik seperti konsentrasi, memori, dan kemampuan belajar peserta didik, dan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan Kesehatan dan kualitas hidup, serta mengembangkan keterampilan dan nilai nilai sosial bagi peserta didik. Tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan keterampilan motorik siswa, serta mengembangkan nilai-nilai seperti kerjasama, fair play, dan disiplin. Menurut wira dalam (Halim, 2023) Pendidikan jasmani biasanya terdiri dari dua aspek utama, yaitu pelajaran teori dan pelajaran praktik. Pelajaran teori mencakup pengetahuan tentang anatomi, fisiologi, dan teori olahraga, sedangkan pelajaran praktik berfokus pada latihan fisik dan olahraga yang dilakukan oleh siswa (Wira, 2022). Oleh karena itu Pendidikan jasmani pembelajaran yang sangat penting yang dimana di dalamnya terdapat untuk menunjang Kesehatan, kerja sama, disiplin, yang berfokus pada Latihan fisik dan olahraga yang dilakukan peserta didik.

Dalam pelaksanaan pembelajaran ada yang dinamakan perencanaan untuk dipelajari oleh peserta didik atau yang dinamakan kurikulum hal tersebut juga mengacu pada kegiatan pembelajaran peserta didik, dalam sebuah perencanaan pembelajaran harus meliputi semua kegiatan pembelajaran. Kurikulum merupakan niat & harapan yang dituangkan kedalam bentuk rencana maupun program

pendidikan yang dilaksanakan oleh para pendidik di sekolah. Menurut Dr. H. Nana Sudjana dalam (Magdalena, 2020). Kurikulum sebagai niat & rencana, sedangkan pelaksanaannya adalah proses belajar mengajar. Yang terlibat di dalam proses tersebut yaitu pendidik dan peserta didik. Dengan demikian perencanaan pembelajaran atau juga disebut kurikulum untuk kegiatan pembelajaran peserta didik harus ada bentuk yang di rencanakan yang dimana bisa memajukan pengetahuan peserta didik, yang nantinya akan mencakup kedalam proses pelaksanaan pembelajaran. Dalam kurikulum 2013 diharapkan dapat memberikan keseimbangan aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor secara berimbang, sehingga pembelajaran yang terjadi diharapkan dapat berjalan dengan menyeimbangkan ketiga aspek tersebut, tidak seperti yang selama ini terjadi dimana pembelajaran lebih cenderung mengutamakan aspek kognitif saja. Akibat dari konsep kurikulum 2013 itu, maka penilaian dalam pembelajaran tentunya harus disesuaikan dengan konsep kurikulum itu sendiri, sehingga penilaian juga harus didasarkan pada ketiga aspek tersebut yaitu harus menilai aspek kognitifnya, menilai aspek afektifnya, dan menilai aspek psikomotoriknya. Selain itu kurikulum 2013 juga membawa perubahan besar dalam pelaksanaannya. Berdasarkan pola pikir kurikulum 2013, maka pembelajaran dalam implementasi kurikulum juga mengalami perubahan. Perubahan ini mengakibatkan pendekatan pembelajaran yang digunakan adalah pendekatan saintifik yaitu pendekatan yang menggunakan pendekatan ilmiah. Kriteria dalam pendekatan ini menekankan beberapa aspek antara lain: 1) Materi pembelajaran berbasis pada fakta atau fenomena yang dapat dijelaskan dengan logika atau penalaran tertentu; bukan sebatas kira-kira, khayalan, legenda, atau dongeng semata; 2) Penjelasan guru, respon siswa, dan interaksi edukatif guru-siswa terbebas dari prasangka yang serta-merta, pemikiran subjektif, atau penalaran yang menyimpang dari alur berpikir logis; 3) Mendorong dan menginspirasi siswa berpikir secara kritis, analitis, dan tepat dalam mengidentifikasi, memahami, memecahkan masalah, dan mengaplikasikan materi pembelajaran. Mendorong dan menginspirasi siswa mampu berpikir hipotetik dalam melihat perbedaan, kesamaan, dan tautan satu sama lain dari materi pembelajaran; 4) Mendorong dan menginspirasi siswa mampu memahami, menerapkan, dan mengembangkan pola

berpikir yang rasional dan objektif dalam merespon materi pembelajaran; 5) Berbasis pada konsep, teori, dan fakta empiris yang dapat dipertanggungjawabkan; 6) Tujuan pembelajaran dirumuskan secara sederhana dan jelas, namun menarik sistem penyajiannya.

Proses pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan (PJOK) tentunya banyak sekali mempelajari berbagai macam kecabangan olahraga dengan materi beragam, ada yang digolongkan dengan permainan bola besar, bola kecil, atletik, renang, badminton, senam aerobik, senam lantai, dan sebagainya. Pemberian pemahaman materi kepada peserta didik tentang keterampilan diharapkan dapat berdampak kepada fisik dan pengetahuan dari pesertadidik dari berbagai macam cabang olahraga dengan berbagai materi penulis mengambil satu cabang olahraga yaitu materi roll depan senam lantai dalam penelitian yang penulis lakukan. Senam lantai dapat diartikan sebagai bentuk gerakan fisik yang sistematis yang dapat dilakukan pada lantai maupun matras. Senam sendiri terbagi atas senam artistik, senam aerobik, senam lantai, dan senam irama yang masing-masing terdapat aturan yang baku, senam lantai merupakan suatu gerakan senam yang dilakukan di atas matras yang datar. Menurut Maulana dalam (Zalil Ashidqy, 2023) Senam lantai adalah suatu istilah yang bebas, karena pada saat melaksanakan gerakan senam tidak menggunakan alat atau benda lainnya. Senam lantai salah satu bentuk gerakan yang mengasah ketangkasan serta bentuk keberanian yang dilakukan di atas matras tanpa menggunakan alat. Adapun unsur dari gerakan senam lantai sendiri antara lain :mengguling, melompat, meloncat, berputar, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan keseimbangan tubuh atau pada saat setelah melakukan gerakan loncat baik ke depan maupun ke belakang. Adapun menurut Maulana dalam (Zalil Ashidqy, 2023) Senam lantai terdiri dari beberapa gerakan yang menjadi materi pembelajaran, adapun beberapa gerakan tersebut antara lain: (1) guling depan, (2) guling belakang, (3) sikap lilin, (4) berdiri dengan kepala, (5) berdiri dengan tangan, (6) meroda, (7) rentang kaki dan (8) lenting tangan ke depan. Dengan demikian Senam lantai merupakan suatu latihan gerak tubuh yang dilakukan secara sadar, sistematis dan terstruktur dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan keterampilan serta

menanamkan nilai mental spiritual. Inti dari gerakan senam ialah berfokus pada tubuh, bukan alat, bukan juga pola gerakan, karena pada dasarnya pembelajaran senam tujuan utamanya ialah untuk meningkatkan kualitas fisik serta untuk meningkatkan kualitas penguasaan kontrolnya.

Di dalam Kurikulum 2013 terdapat inti dan kompetensi dasar, yang dimana keberhasilan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran menjadi tanggung jawab pengajar, yang artinya seorang pendidik harus berupaya semaksimal mungkin untuk mengatur proses pembelajaran sedemikian rupa sehingga komponen-komponen didalam. Di SMPN 13 Tasikmalaya khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani mempunyai kompetensi inti, yaitu: Memahami, menerapkan, menganalisis, dan mengevaluasi tentang pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dasar dan metakognitif sesuai dengan bidang dan lingkup kajian pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada tingkat teknis, spesifik, detail dan kompleks, berkenaan dengan ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, dan humaniora, dalam konteks pengembangan potensi diri sebagai bagian dari keluarga, sekolah, dunia kerja, warga masyarakat nasional, regional dan internasional. Sedangkan di SMPN 13 Tasikmalaya yaitu menganalisis dan mempraktikkan teknik dasar salah satu aktivitas olahraga senam lantai untuk menghasilkan gerakan yang baik. Senam lantai merupakan salah satu pembelajaran yang tercantum dalam kurikulum 2013, salah satu cabang olahraga yang memiliki kegunaan untuk melenturkan bagian tubuh oleh karena itu ada teknik dasar senam lantai bagi pembelajaran di SMPN yaitu di antaranya: forward roll, backward roll, meroda, guling melenting dan sebagainya.

Berdasarkan pada saat menjadi guru bantu yang dilakukan oleh penulis dengan bapak Drs. Dian Candianan selaku guru mata pelajaran PJOK di SMPN 13 Tasikmalaya menyatakan dalam pembelajaran senam lantai mengenai teknik dasar roll depan masih banyak siswa yang kurang menguasai teknik roll depan. Hal tersebut dapat dilihat dari masih banyaknya nilai yang diperoleh siswa dibawah KKM, khususnya kelas VIII A yang berjumlah 32 peserta didik. Berdasarkan data yang di peroleh peneliti pada saat menjadi Guru bantu pembelajaran dan keterampilan peserta didik pada Teknik roll depan senam pembelajaran senam lantai masih kurang hanya 31% atau hanya 10 siswa yang tuntas. Sedangkan siswa

yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM). sedangkan 69% atau 22 siswa lainnya masih di bawah KKM. Pada sebelumnya peserta didik tidak menemukan permasalahan dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan banyak kesulitan dan kesalahan yang dihadapi peserta didik hal ini terletak pada sikap awal, awalan, saat berguling, hingga pendaratan. Kesalahan diantaranya adalah terletak pada posisi dagu , posisi lutut, saat berguling lutut tidak dekat dengan dada, sikap tangan saat tumpuan serta sikap saat berguling. Selain itu, peserta didik enggan melakukan guling depan karena mereka merasa gerakan ini membahayakan bahkan bisa menyebabkan cedera. Perlu dipahami juga dalam melakukan roll depan tersebut peserta didik harus memiliki keberanian dikarenakan jika melakukan kesalahan dalam melakukannya akan berakibat cedera pada peserta didik tersebut. Hal tersebut disebabkan karena peserta didik merasa malu dan takut, merasa berfikir terlalu sulit untuk melakukannya, serta tidak dapat menyeimbangkan tubuhnya dan juga mereka takut untuk memberikan dorongan pada tubuhnya supaya melakukan guling depan. Faktor interen yang berupa keterbatasan guru dan kurang kreatif dalam memodifikasi media pembelajaran dalam pembelajaran senam lantai guling depan, dan juga guru belum pernah menggunakan bidang miring. Modifikasi media pembelajaran tersebut bertujuan untuk menstimulus peserta didik supaya menempelkan dagunya ke dada dan mendorong badannya kedepan sehingga saat melakukan guling depan dengan mudah. Guru hanya menggunakan dua matras untuk mempraktikan gerakan senam lantai guling depan. Dengan keterbatasan sarana tersebut membuat peserta didik lebih sedikit melakukan latihan guling depan. Hal ini sangat berpengaruh dengan hasil belajar peserta didik dikarenakan keterbatasan sarana di sekolah.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang diteliti oleh Fakhri Ikhsanudin, Agung Wahyudi, Agus Pramono dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Belakang Menggunakan Modifikasi Alat Bidang Miring Pada Siswa Kelas IX H SMP Negeri 21 Semarang tahun ajaran 2023/2024”. peneliti ingin melanjutkan sebagaimana penelitian tersebut belum mampu menuntaskan 100% dari jumlah siswa, adapun persamaan yang di ambil ialah alat bantu modifikasi bidang miring yang akan digunakan dengan penelitian tindakan kelas, dan

perbedaannya dalam melakukan gerakan yang mana penelitian ini akan melakukan gerakan roll depan dan sempel yang digunakan berbeda dalam penelitian ini sempel yang digunakan dari kelas VIII A SMP Negeri 13 Tasikmalaya, dengan demikian peneliti mengambil langkah yang sama dalam memodifikasi alat pembelajaran untuk menunjang peserta didik agar mampu melakukan gerakan yang mana kesulitan dalam melakukan roll depan.

Permasalahan yang penulis dapatkan di SMP Negeri 13 Tasikmalaya pada saat menjadi guru bantu, maka penulis melakukan penelitian untuk menyelesaikan masalah tersebut, menyikapi permasalahan yang terjadi pada kelas VIII A, maka penulis memberikan solusi berupa modifikasi alat pembelajaran, berupa penerapan modifikasi bidang miring pada maras senam lantai, dengan tujuan agar dapat memecahkan permasalahan dalam melakukan Teknik roll depan pada senam lantai yang terbilang cukup sulit. Adapun judul penelitian yaitu “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Roll Depan Senam Lantai Melalui Modifikasi Bidang Miring”

## **1.2.Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah modifikasi bidang miring dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada pembelajaran senam lantai untuk peserta didik kelas VIII A SMP Negeri 13 Tasikmalaya semester ganjil tahun ajaran 2024/2025”

## **1.3.Tujuan penelitian**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk memecahkan permasalahan dalam pembelajaran Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 13 Tasikmalaya melalui modifikasi bidang miring.

## **1.4.Kegunaan Penelitian**

Kegunaan atau manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini secara teoritis di harapkan mampu menambahkan pengetahuan dan memberikan kemudahan peserta didik dalam mempelajari suatu Teknik dasar dalam mata pelajaran PJOK di sekolah khususnya Teknik dasar senam lantai roll depan dengan modifikasi bidang miring agar

proses pembelajaran lebih bermakna dapat tercapai tujuan pembelajaran dan berhasil menguasai Teknik.

2. Secara praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi bagi para guru dan peserta didik di sekolah untuk dapat lebih memaksimalkan penggunaan media pembelajaran agar dapat tercapai target pembelajarannya.