

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses yang terencana dan sistematis untuk mengembangkan potensi peserta didik agar mampu beradaptasi dan berkontribusi dalam kehidupan bermasyarakat (Purwanti et al., 2023, p. 90). Melalui pendidikan, manusia dibentuk menjadi individu yang cerdas, terampil, berkarakter, dan bertanggung jawab (Khoirunnisa, 2025, p. 55). Menurut Sulistyowati et al. (2023, p. 10276-10277) pendidikan tidak hanya menekankan pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup pengembangan nilai, sikap, serta keterampilan yang mendukung kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pendidikan berperan penting dalam mencetak generasi yang tidak hanya berpengetahuan, tetapi juga memiliki kemampuan sosial dan emosional yang baik.

Selain itu, menurut Syamsurijal (2024, p. 545-546) pendidikan memiliki fungsi strategis sebagai sarana untuk mewujudkan tujuan pembangunan nasional di bidang sumber daya manusia. Melalui sistem pendidikan yang efektif, peserta didik dipersiapkan untuk menghadapi tantangan zaman dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis serta kreatif. Pendidikan juga menjadi wahana pembentukan karakter bangsa agar tercipta masyarakat yang sehat jasmani dan rohani, berakhlak mulia, serta memiliki etos kerja tinggi dalam kehidupan sosial maupun profesional (Djoeaeriah, 2023, p. 102-103).

Salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan nasional adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran ini memiliki peran fundamental dalam membentuk manusia yang sehat, tangguh, dan berkarakter kuat. PJOK bertujuan untuk mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, serta pengetahuan dan nilai-nilai yang berkaitan dengan aktivitas jasmani dan kesehatan. Melalui pembelajaran PJOK, siswa diharapkan mampu menjaga kebugaran jasmani, memahami pentingnya gaya hidup sehat, serta mengembangkan kemampuan sosial melalui kegiatan olahraga (Rahmawati et al., 2024, p. 2742-2743).

Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam PJOK adalah senam lantai. Senam lantai merupakan kegiatan olahraga yang melibatkan gerakan tubuh secara sistematis untuk melatih kelenturan, keseimbangan, kekuatan, dan koordinasi tubuh (Mahmudah et al., 2022, p. 95-96). Gerakan-gerakan dasar seperti guling depan, guling belakang, sikap lilin, dan kayang merupakan bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa. Melalui latihan yang rutin, siswa dapat memperkuat otot, meningkatkan kelenturan tubuh, dan memperbaiki postur tubuh.

Selain manfaat fisik, senam lantai juga berperan dalam membentuk karakter siswa karena dalam kegiatan ini menuntut kedisiplinan, keberanian, konsentrasi, serta ketekunan dalam berlatih agar dapat melakukan gerakan dengan baik dan aman (Merta et al., 2025, p. 185-186). Menurut Nugroho & Dewi (2022, p. 35-36) pembelajaran senam lantai yang dilakukan secara berkelanjutan membantu siswa memahami pentingnya menjaga kesehatan serta memupuk rasa percaya diri dalam menampilkan kemampuan mereka. Oleh karena itu, pembelajaran senam lantai menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kurikulum PJOK di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Dalam proses pembelajarannya, senam lantai memerlukan pendekatan dan model pembelajaran yang sesuai agar tujuan pembelajaran tercapai secara efektif. Salah satu model yang relevan dan potensial untuk digunakan adalah *Discovery Learning*. Model ini berlandaskan pada teori konstruktivisme yang dikembangkan oleh Jean Piaget dan Jerome Bruner (Tohari & Rahman, 2024, p. 110-113), di mana peserta didik berperan aktif dalam membangun pengetahuannya melalui proses eksplorasi, pengalaman langsung, dan refleksi. Melalui model ini, siswa tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga penemu konsep dan prinsip gerakan secara mandiri. Selain itu, *Discovery Learning* menempatkan guru sebagai fasilitator yang membantu siswa menemukan sendiri cara terbaik dalam memecahkan masalah pembelajaran. Dalam konteks pembelajaran senam lantai, siswa diberikan kesempatan untuk mencoba berbagai teknik gerakan, mengamati hasilnya, dan memperbaiki kesalahan melalui bimbingan guru. Pendekatan ini diyakini mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep gerak,

menumbuhkan motivasi belajar, serta memperkuat kemampuan berpikir kritis dan kreatif dalam pembelajaran jasmani.

Secara ideal, pembelajaran senam lantai seharusnya berlangsung dengan aktif, menyenangkan, dan partisipatif. Siswa diharapkan berperan sebagai subjek belajar yang terlibat langsung dalam menemukan konsep gerak dan mengembangkan keterampilan motorik melalui latihan. Guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan bimbingan dan dukungan selama proses pembelajaran (Safitri et al., 2025, p. 1876). Dengan demikian, proses pembelajaran akan mendorong siswa untuk berpikir mandiri, berani mencoba, dan berlatih secara teratur untuk mencapai hasil yang optimal. Selain itu, suasana pembelajaran yang interaktif akan meningkatkan rasa percaya diri dan kerja sama antarsiswa. Siswa yang aktif dan termotivasi akan lebih cepat memahami konsep gerak, memperbaiki kesalahan teknik, serta menerapkan prinsip keselamatan saat berlatih. Kondisi ideal ini menunjukkan bahwa pembelajaran senam lantai tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga membentuk kepribadian dan karakter siswa melalui kegiatan jasmani yang bermakna.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa model pembelajaran *Discovery Learning* memberikan pengaruh positif terhadap hasil belajar siswa, termasuk dalam pembelajaran senam lantai. Salah satu penelitian yang relevan dilakukan oleh Sarkol et al. (2024, p. 299-310) dengan judul “Perbedaan Hasil Belajar Sikap Lilin dalam Senam Lantai Melalui Penerapan Metode Demonstrasi dan Metode *Discovery Learning* pada Siswa Kelas X SMA Negeri 25 Seram Bagian Barat.” Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *Discovery Learning* secara signifikan meningkatkan hasil belajar siswa pada materi sikap lilin dibandingkan dengan metode demonstrasi.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dengan pendekatan *Discovery Learning*, siswa terdorong untuk mengeksplorasi setiap tahapan gerakan, memahami prinsip keseimbangan tubuh, dan melakukan refleksi atas kesalahan gerakan yang dilakukan. Pendekatan ini menjadikan siswa lebih aktif, mandiri, dan percaya diri dalam proses belajar. Temuan tersebut membuktikan bahwa *Discovery Learning* tidak hanya meningkatkan kemampuan psikomotorik, tetapi juga aspek kognitif dan

afektif siswa. Dengan demikian, model ini sangat relevan untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK di tingkat SMP.

Meskipun beberapa penelitian telah membuktikan efektivitas model pembelajaran *Discovery Learning* dalam meningkatkan hasil belajar PJOK, penelitian-penelitian tersebut umumnya dilaksanakan pada jenjang pendidikan, materi, maupun karakteristik peserta didik yang berbeda. Selain itu, sebagian besar penelitian hanya berfokus pada satu keterampilan senam lantai, seperti sikap lilin atau guling depan. Penelitian mengenai penerapan model *Discovery Learning* yang mengintegrasikan materi *roll depan*, *roll belakang*, dan *sikap lilin* dalam satu rangkaian pembelajaran melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), khususnya pada peserta didik kelas VII SMPN 20 Tasikmalaya, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada penerapan model *Discovery Learning* untuk meningkatkan hasil belajar tiga materi dasar senam lantai secara terpadu sesuai dengan karakteristik peserta didik dan konteks pembelajaran di SMPN 20 Tasikmalaya.

Namun, kondisi di lapangan menunjukkan situasi yang berbeda dari harapan ideal tersebut. Berdasarkan hasil observasi dan kolaborasi dengan guru PJOK di SMPN 20 Tasikmalaya. Bahwa hasil belajar siswa kelas VII B pada pembelajaran Senam Lantai dengan materi *roll depan*, *roll belakang* dan *sikap lilin* masih rendah dan belum sesuai dengan yang diharapkan. Sesuai dengan data yang tercantum pada lampiran 1 dari jumlah siswa kelas VII B sebanyak 38 orang, yang mencapai Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) dengan nilai 75-85 hanya 7 peserta didik atau 18% dari keseluruhan siswa dan yang belum memenuhi Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) dalam pembelajaran terdapat 82% atau 31 peserta didik. Menurut pandangan peneliti dan hasil diskusi dengan guru PJOK bahwasannya hal ini terjadi karena model pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik kurang cocok sehingga peserta didik kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran tersebut.

Hal ini terjadi karena metode pembelajaran yang digunakan masih bersifat konvensional yaitu *Direct Instruction*, di mana siswa hanya meniru tanpa memahami prinsip gerakan. Kurangnya variasi pembelajaran membuat siswa cepat

bosan dan enggan mencoba gerakan baru. Bahkan, beberapa siswa merasa takut untuk mempraktikkan gerakan karena khawatir akan mengalami cedera. Kondisi ini menunjukkan perlunya inovasi dalam pembelajaran PJOK, terutama pada materi senam lantai, melalui penerapan model pembelajaran yang lebih menarik, aktif, dan memotivasi seperti *Discovery Learning* agar hasil belajar, kepercayaan diri, serta motivasi siswa dapat meningkat secara signifikan. Dalam konteks pembelajaran senam lantai, *Discovery Learning* mendorong siswa untuk mencoba berbagai bentuk gerakan, mengamati hasil gerak, menganalisis kesalahan, serta menemukan cara yang tepat untuk melakukan keterampilan senam secara mandiri. Dengan demikian, proses belajar tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik semata, tetapi juga pada pengembangan pemahaman konseptual, motivasi intrinsik, dan kemampuan reflektif.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai pada siswa kelas VII B SMPN 20 Tasikmalaya melalui penerapan model pembelajaran *Discovery Learning*. Penelitian ini akan mengkaji bagaimana penerapan model *Discovery Learning* dapat mempengaruhi keterampilan dan motivasi siswa dalam pembelajaran senam lantai, serta memberikan rekomendasi bagi guru dalam mengoptimalkan proses pembelajaran jasmani di sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat dirumuskan “Apakah terdapat peningkatan hasil belajar senam lantai melalui model pembelajaran *Discovery Learning* pada siswa kelas VII B SMPN 20 Tasikmalaya?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan hal berikut: Tujuan penelitian untuk mengetahui hasil belajar senam lantai dengan menggunakan model pembelajaran *Discovery Learning* pada siswa kelas VII B SMPN 20 Tasikmalaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini akan memberikan kontribusi dan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi baru yang akan memperkaya pengetahuan dan menjadi masukan baru bagi perkembangan pembelajaran senam lantai.

1.4.2 Manfaat praktis

1) Bagi Guru

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini akan memberikan kontribusi dan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tolak ukur pembelajaran senam lantai.

2) Bagi Siswa dan Siswi

Penelitian ini diharapkan sebagai wawasan serta bahan evaluasi yang nantinya dapat menjadi motivasi dalam belajar senam lantai.

3) Secara Empiris

Menambah pengalaman penulis dalam menulis karya ilmiah dan wawasan dalam ilmu Pendidikan yang akan menjadi bekal dalam menjadi guru.