

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah bagian penting dari pendidikan secara keseluruhan karena berkontribusi pada perkembangan seseorang melalui kegiatan fisik yang alami dan manusiawi. Pendidikan jasmani adalah serangkaian pengalaman belajar yang dirancang dengan cermat untuk memenuhi perkembangan dan kebutuhan perilaku setiap anak. Pendidikan fisik dimulai pada usia dini untuk meningkatkan pertumbuhan organik, motorik, intelektual, dan emosional.

Pendidikan jasmani adalah bentuk latihan fisik. Semua jenis latihan ini bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan motorik, pemahaman, kebiasaan hidup aktif, dan kecerdasan emosional (J. F. Akbar, 2021). Namun, dengan perkembangan teknologi yang semakin pesat, beberapa aspek kehidupan mengalami perubahan. Teknologi canggih seperti smartphone dan permainan online menarik online menarik banyak siswa. Ada banyak alasan. Untuk membuat materi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa, guru, terutama guru pendidikan jasmani, menghadapi tantangan.

Salah satu ciri dominan adalah bermain, sehingga guru dituntut untuk merancang materi pembelajaran dalam bentuk permainan. Bermain memiliki hubungan erat dengan pendidikan, di mana salah satunya adalah pengertian bermain dalam konteks pendidikan. Oleh karena itu, bermain juga memiliki unsur pendidikan, di mana melalui permainan anak dapat melatih kreativitas dalam pengambilan keputusan, mengembangkan daya tangkap dan imajinasi, bekerja sama, meningkatkan kejujuran, dan memperkuat jiwa *social* (Mashuri et al., 2018).

Pendidikan jasmani adalah komponen-komponen penting dari kurikulum sekolah karena memberikan peserta didik kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam berbagai kegiatan belajar yang mencakup olahraga, kesehatan, dan aktivitas fisik. Siswa diharapkan dapat menguasai teknik *roll* belakang dengan benar dan tepat sebagai bagian dari senam lantai yang diajarkan dalam pendidikan jasmani.

Menurut pengamatan penulis yang telah dilakukan di SMP negeri 234 Jakarta, siswa dikelas VIII menunjukkan hasil belajar yang buruk pada materi *roll* belakang. Selain itu, nilai-nilai siswa belum mencapai ketuntasan kriteria minimum (KKM). Pada tahun ajaran 2021/2022, ada 12 siswa yang mencapai KKM, atau presentase 33,30% , dan 24 siswa yang belum mencapainya, atau presentase 66,70%. Secara keseluruhan, ada 36 siswa dikelas tersebut.

Siswa belum mencapai hasil yang memuaskan dalam melaksanakan *roll* belakang. Presentase siswa yang mampu melakukannya dengan benar masih rendah dibandingkan dengan siswa yang belum menguasainya.

Metode pengajaran yang digunakan saat ini masih bersifat konvensional dan kurang menarik bagi siswa. Hasil pengamatan penulis menunjukkan bahwa pembelajaran seperti ini menyebabkan siswa merasa jenuh, kurang termotivasi, bahkan kehilangan minat terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani. Dampaknya adalah rendahnya kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan yang seharusnya mereka kuasai. Oleh karena itu, penulis merasa perlu mencoba pendekatan pembelajaran alternatif yang dapat meningkatkan minat siswa dan memudahkan proses pembelajaran mereka.

Dalam pengamatan penulis, terdapat beberapa kesalahan umum yang sering dilakukan siswa dalam melakukan *roll* belakang, seperti kurangnya keseimbangan tubuh dan kekurangan penopang yang kuat saat melakukan gerakan tersebut. Oleh karena itu, penulis berencana untuk menggunakan pendekatan bermain dan alat bantu dalam pembelajaran *roll* belakang.

Berdasarkan hal tersebut, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “ upaya meningkatkan hasil belajar *roll* belakang melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 234 jakarta” penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kualitas

pembelajaran, serta mengembangkan pengetahuan dan keterampilan penulis dalam mengajar.

B. Rumusan Masalah Dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

Masalah penelitian ini sebagai berikut : “ sejauh mana hasil belajar *roll* belakang siswa kelas VIII SMP Negeri 234 Jakarta dapat di tingkatkan dengan menggunakan pendekatan permainan?”

2. Batasan Masalah

Untuk memastikan bahwa penelitian tidak menyimpang dari tujuan dan sarannya, dan untuk membuat proses penelitian lebih mudah, penulis harus menetapkan batasan terhadap masalah penelitian ini untuk mendapatkn gambaran yang jelas dan hasil yang terfokus.

Ruang lingkup penelitian dibatasi oleh batasan berikut :

- a. Penelitian ini berfokus pada upaya meningkatkan hasil belajar *roll* belakang melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 234 Jakarta.
- b. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang melibatkan peneliti secara langsung dalam proses untuk mengamati dan menganalisis peningkatan hasil belajar *roll* belakang melalui pendekatan permainan.
- c. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 234 Jakarta.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kemampuan *roll* belakang di kelas VIII SMP Negeri 234 Jakarta menjadi lebih baik setelah penggunaan pendekatan permainan dalam pembelajaran

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yang dapat diperoleh apabila permasalahan yang diteliti dapat dipecahkan. Berikut adalah manfaat-manfaat tersebut :

1. Manfaat teoritis

penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan, khususnya pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah pertama. Hasilnya dapat digunakan sebagai referensi dan dukungan untuk penelitian sejenis dan penelitian lanjutan di masa depan.

2. Manfaat praktis

Menurut penulis, penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi sarjana pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di FKIP Universitas Islam⁴⁵Bekasi ini juga dapat berfungsi sebagai referensi dan kontribusi penelitian sejenis dalam upaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan, terutama dalam pendidikan

jasmani di tingkat sekolah menengah pertama. Di harapkan bahwa penelitian ini akan menghasilkan yang menguntungkan.

E. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah persepsi dalam judul skripsi ini, peneliti menuliskan Batasan istilah yang lebih mengarah kepada penelitian.

1. Upaya

Untuk meningkatkan motivasi belajar anak dalam kegiatan belajar di sekolah, terdapat beberapa langkah yang dapat dilakukan oleh guru. Salah satunya adalah memberikan penghargaan berupa angka sebagai symbol dari penilaian kegiatan belajar, seperti disebutkan oleh (Karin,2022). Dalam konteks penelitian ini, upaya yang dimaksud adalah melalui pembelajaran roll belakang dengan pendekatan bermain.

2. Hasil belajar

Hasil belajar menggambarkan tingkat pencapaian seseorang dalam proses pembelajaran, yang biasanya di ukur dengan skor atau angka dari evaluasi yang dilakukan. Hal ini merupakan indikator keberhasilan dalam mencapai tujuan pembelajaran di kelas, yang dipengaruhi berbagai faktor. Berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar :

a. faktor internal :

Faktor fisik : meliputi kondisi fisik seseorang, tingkat energi, dan kesejahteraan secara umum, yang dapat mempengaruhi kemampuan belajar dengan baik.

b. faktor eksternal :

faktor sekolah : meliputi kondisi lingkungan di sekolah, seperti kualitas pengajaran, kurikulum, fasilitas belajar, dukungan dan bimbingan dari guru, serta iklim pembelajaran di sekolah

faktor keluarga : melibatkan orangtua atau keluarga dalam mendukung proses belajar anak, seperti memberikan dukungan, motivasi, pengawasan, dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif di rumah.

Faktor lingkungan : melibatkan pengaruh dari lingkungan sosial, budaya, dan ekonomi di sekitar individu yang dapat mempengaruhi motivasi, persepsi, dan kesempatan untuk belajar.

3. *Roll* belakang

Guling belakang adalah salah satu gerakan dalam senam lantai yang umumnya di ajarkan di Sekolah Dasar. Gerakan ini merupakan kebalikan dari guling depan. Proses gerakan guling belakang dimulai dengan kontak kedua kaki dengan matras, diikuti oleh kontak bokong, pinggang, punggung, dan bahu (tanpa menyentuh kepala), lalu bertumpu pada tangan, dan kembali ke

posisi awal dengan kedua kaki. Selama tahap awal guling belakang, kedua tangan ditempatkan diatas bahu dengan telapak tangan menghadap ke atas, dan ibu jari berada di dekat dengan telinga.

Menurut Muhajir (dalam Prasetyo, 2016:6), guling belakang backward roll adalah gerakan mengguling ke belakang dengan posisi tubuh yang bulat, dengan kaki dilipat dan lutut tetap dekat dengan dada,serta kepala di tundukkan sehingga dagu berada dekat dengan dada. Menurut Farida Mulyaningsih, dkk (dalam Prasetyo, 2016:6-7), urutan gerakan guling belakang adalah sebagai berikut :

1. sikap awal, dengan berjongkok menghadap matras, kedua kaki rapat.
2. kedua paha menempel pada perut, dagu menempel pada dada. Kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan ibu jari menempel disamping telinga
3. berguling secara berurutan mulai dari pinggul, punggung, dan terakhir pundak (dengan posisi punggung melengkung).
4. kedua tangan menyentuh matras, mengangkat kaki keatas, dan menjatuhkannya ke belakang kepala.
5. ujung kaki menyentuh matras, kedua telapak tangan menekan matras sehingga kedua tangan lurus dengan kepala dan badan terangkat.

6. berjongkok dengan kedua lengan diluruskan kedepan, dan akhirnya kembali ke sikap seperti semula.

4. Pendekatan Bermain

Aktivitas bermain dan permainan memiliki peran penting dalam merangsang anak untuk bergerak dan berkembang secara serasi dalam pengembangan anggota tubuh mereka. Oleh karena itu, kegiatan bermain menjadi kebutuhan dasar bagi anak-anak, baik dirumah maupun di sekolah, sebagaimana kebutuhan sehari-hari seperti makan, minum, dan tidur.

Permainan dalam pendidikan jasmani (pendidikan jasmani) dapat di lakukan dengan atau tanpa media. Mereka dapat di sesuaikan dengan kurikulum yang ada di sekolah untuk setiap jenjang pendidikan. Selama bermain permainan, hal-hal seperti usia, jenjang pendidikan, dan perkembangan fisik harus di pertimbangkan. Guru penjas harus berusaha mendorong semua siswa untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran. Penelitian juga menunjukkan bahwa permainan kecil dapat membuat siswa lebih tertarik dan termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan pendidikan jasmani (Amin et al., 2021)

Permainan merupakan proses pembelajaran anak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan juga merupakan

kesempatan bagi mereka untuk belajar mandiri dan mengasah kreativitas melalui aktivitas bermain (Achdiani, 2014)

Berdasarkan pendapat dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendekatan bermain memanfaatkan permainan sebagai bentuk konseptualisasi pembelajaran. Dalam praktinya, pembelajaran bermain melibatkan penerapan teknik dari cabang olahraga kedalam bentuk permainan. Permainan diharapkan meningkatkan motivasi dan minat siswa dalam belajar. Ini akan memungkinkan hasil belajar yang optimal.

