# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang tidak bisa lepas dan selalu melekat dalam kehidupan manusia. Pendidikan merupakan aspek utama terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas, dengan pendidikan mampu menciptakan manusia menjadi individu yang bermanfaat bagi kehidupan. Melalui pendidikan dapat memanusiakan manusia menjadi individu yang bermanfaat baik untuk diri sendiri, bangsa maupun Negara. Oleh karena itu pendidikan harus dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, sehingga sesuai dengan tujuan. Keberhasilan suatu bangsa terletak pada mutu pendidikan yang dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusianya.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi begitu pesat, sehingga mendorong setiap manusia merespon semua perkembangan tersebut secara cepat untuk mengikutinya. Pendidikan masa kini mengacu kepada pendidikan dengan multi dimensi yang mengedepankan pendekatan IPTEK. Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah merubah gaya hidup manusia, baik dalam bekerja, bersosialisasi, maupun belajar. Memasuki abad 21 kemajuan teknologi tersebut telah memasuki berbagai sendi kehidupan, tidak terkecuali di bidang pendidikan. Pendidik dan peserta didik dituntut memiliki kemampuan pembelajaran di abad 21 ini. Sejumlah tantangan dan peluang harus dihadapi siswa dan guru agar dapat bertahan dalam abad pengetahuan di era informasi ini. Dampak perkembangan iptek terhadap proses pembelajaran adalah diperkayanya sumber dan media

pembelajaran, seperti buku teks, modul, *overhead* transparansi, film, video, televisi, *slide hypertext*, web, dan sebagainya. Guru profesional dituntut mampu memilih dan menggunakan berbagai jenis media pembelajaran yang ada di sekitarnya.

Demikian juga dalam pembelajaran Penjas, guru Penjas harus mampu menggunakan media pembelajaran dalam proses pembelajaran. Walaupun pembelajaran pendidikan jasmani adalah pembelajaran yang dilakukan di luar ruangan namun tidak menutup kemungkinan bahwa pembelajaran mengenai materi teori juga membutuhkan peran multimedia. Dalam peranannya memberikan dorongan, kesadaran dan pengarahan kepada siswa harus menggunakan cara atau metode pengajaran yang dapat dengan mudah dipahami oleh siswa sehingga mampu didengarkan, dipahami, diresapi dan dilaksanakan sebagai dampak (*feedback*) dari hasil pembelajaran (Setiawan, 2017).

Senam merupakan bentuk latihan fisik yang disusun secara sistimatis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu. senam berarti bermacam- macam gerakan yang dilakukan oleh atlet dalam keadaan telanjang (Pasaribu, 2022). Sebagai cabang olahraga, senam mempunyai daerah dengan batas-batasnya sendiri, mempunyai ruang lingkup yang tertentu, Ini berarti bahwa cabang olahraga senam berbeda dengan pencak silat, cabang olahraga senam tidak sama dengan sepak bola dan senam bukan pula loncat indah.

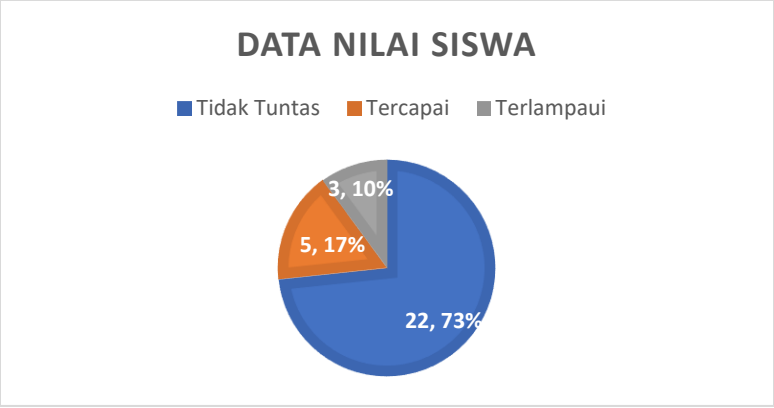
Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering mendengar istilah-istilah yang dipakai untuk menamai jenis-jenis senam. Ada senam buyung, Senam Jantung sehat, senam *aerobic*, senam artistik, senam akrobatik, dan senam tera (Pasaribu, 2022) Menurut (Pasaribu, 2022) senam dapat dikelompokan menjadi (1) senam artistic, (*artistic gymnastics*), (2) senam ritmik (*Sportive rhythmic gymnastics*), dan (3) senam umum (*general gymnastics*).

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Disebut senam lantai karena semua ketrampilan gerakan dilakukan pada lantai yang beralas matras tanpa melibatkan alat lainnya, Senam lantai adalah satu cabang olahraga sendiri maupun untuk olahraga orang lain, itulah sebabnya senam juga disebut sebagai olahraga dasar (Sriwahyuniati et al., 2018). Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dari setiap bagian anggota tubuh dan kemampuan komponen motorik/gerak seperti kekuatan,kecepatan keseimbangan, kelentukan, kelincahan dan ketepatan.

Senam lantai guling depan dan belakang bagi siswa yang usia sekolah dasar masih mengalami kesulitan untuk melakukannya, maka siswa diajak untuk melakukan senam lantai guling depan dan belakang dalam bentuk media audio visual. Sebab dengan media audio visual akan menimbulkan rasa senang dan menarik perhatian, sehingga siswa melakukannya dengan sungguh-sungguh, siswa tidak terasa lelah dan tidak merasa terpaksa,tetapi atas dasar kesadaran sendiri untuk melakukannya dan hasilnya diharapkan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Permasalahan yang mendasar dalam pembelajaran senam lantai untuk siswa kelas VII SMP Negeri 7 Tambun Selatan adalah siswa kesulitan dalam melakukan guling depan dan belakang karena mempunyai rasa takut. Hal ini dibuktikan dengan perolehan hasil belajar guling depan dan belakang kelas VII dari tahun ke tahun tidaklah baik, dimana pada tahun ajaran 2020/2021 yang sudah KKM sejumlah 6 siswa, yang kurang dari KKM sejumlah 34 siswa kemudian tahun 2021/2022 hasil belajar guling depan dan belakang kelas VII yang sudah kkm sejumlah 10 siswa,yang kurang dari KKM sejumlah 32 siswa belum mencapai kriteria ketuntasan minimal yang telah ditetapkan sekolah sebesar 70.

Dari data yang diperoleh dari 32 siswa kelas VII (KKM 70), di dapat data pada materi guling depan dan belakang sebanyak 3 (10%) siswa terlampaui, 5 (17%) siswa tercapai dan 22 (73%) siswa tidak tuntas. Berikut tampilannya dalam diagram:




Gambar 1.1 Data Pendahuluan
Sumber: Data Peneliti

Selain hal tersebut karakteristik siswa yang dalam hal ini masih senang-senangnya untuk media *audio visual*, maka dalam pembelajaran senam lantai

guling depan dan belakang harus disesuaikan dengan usia dan tingkat pekembangan siswa, kemudian dikemas secara menarik, dengan menggunakan media yang berbeda, mudah dilaksanaan dan yang penting faktor kegembiraannya. Dengan demikian anak tertarik dan mulai menyayangi olahraga senam khususnya senam lantai guling depan dan belakang. Penekanannya pada aspek daya tarik dan tantangannya, karena jika menggunakan media dan metode yang sudah biasa anak tidak tertarik untuk melakukan dan menjawab tantangan yang ada.

Media pembelajaran yang sering digunakan di sekolah adalah *power point*, *video* pembelajaran, LKS (modul), dan media gambar. Media pembelajaran tersebut tidak bisa sewaktu-waktu digunakan oleh siswa (kurang praktis). Ketersediaan perpustakaan yang sudah memuat berbagai referensi bukupun masih belum menimbulkan minat siswa dalam membaca. Pemanfaatan media pembelajaran sedapat mungkin dapat diterapkan disemua mata pelajaran, termasuk Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK). Untuk itulah penulis menggunakan media *audiovisual* berupa penggunaan video pembelajaran guling depan dan belakang untuk dapat memberikan pengalaman belajar kepada siswa yang akan melakukan pembelajaran gerakan senam lantai tersebut.

Pembelajaran PJOK dalam prosesnya tidak bisa dipungkiri membutuhkan media pembelajaran sehingga akan mempermudah pendidik dalam menyampaikan materi. Namun kenyataan yang ada di lapangan, masih banyak pendidik yang menyepelekan hal tersebut. Salah satu materi yang diajarkan pada siswa sekolah yaitu olahraga senam lantai. Materi ini sering dianggap membosankan dan kurang

menarik bagi siswa. Apalagi ditambah dengan metode pembelajaran oleh pendidik yang sederhana, ceramah konvensional dan media pembelajaran yang terbatas. Materi senam lantai memang dinilai tidak menarik oleh siswa-siswi di sekolah, sering siswa berasumsi bahwa senam lantai hanya olahraga berlari tanpa menggunakan teknik dalam melakukan gerakannya (Fakhri Nugraha, 2014).

Proses pembelajaran harus dikemas semenarik mungkin salah satunya dengan menggunakan media pembelajaran yang inovatif sehingga siswa bisa berlama-lama mempelajari suatu materi. Media pembelajaran saat ini sudah banyak dikembangkan, namun masih sering pendidik yang merasakan media tersebut terlalu rumit dan banyak memakan waktu dalam proses pembuatannya, selain itu tidak mampu bertahan lama media tersebut. Selain itu media pembelajaran penjas menggunakan gambar dinilai kurang praktis dibawa. Sehingga hal tersebut membuat guru penjas jarang sekali memakai media pembelajaran gambar. Kurang variatifnya media yang dibagikan bukan semata-mata kesalahan guru, namun karena kurang mengoptimalkan perkembangan teknologi.

Oleh karena itu, melalui penelitian ini penulis termotivasi untuk menerapkan media pembelajaran dalam bentuk media *audio visual* untuk mata pelajaran PJOK senam lantai kelas VII khususnya untuk materi guling depan dan belakang sesuai dengan kompetensi dasar yang diajarkan di kelas tersebut. Pembelajaran melalui media *audiovisual* berupa video gerakan senam lantai guling depan dan belakang akan lebih mudah dipelajari siswa karena siswa dapat melihat cara-cara melakukan gerakan lewat video tersebut. Juga meminimalisir kesalahan

yang dilakukan oleh siswa baik ketika melakukan guling depan maupun guling belakang. Maka penulis merumuskan penelitian ini dengan judul upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak senam lantai guling depan dan guling belakang melalui media *audio visual* pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Tambun Selatan.

## B. Batasan dan Rumusan Masalah

### 1. Batasan Masalah

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang lebih jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian ini tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu pula hal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan. Agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan dana, waktu pada penulis, maka masalah dalam penelitian ini difokuskan pada:

a. Upaya meningkatkan keterampilan gerak senam lantai guling depan dan guling belakang
b. Metode yang digunakan adalah media *audio visual*
c. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 7 Tambun Selatan

### 2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana upaya meningkatkan

hasil belajar keterampilan gerak senam lantai guling depan dan guling belakang melalui media *audio visual* pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Tambun Selatan?

## C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan diatas maka dapat disampaikan tujuan penelitian ini adalah: ingin mengetahui Bagaimana upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak senam lantai guling depan dan guling belakang melalui media *audio visual* pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Tambun Selatan.

## D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian yang dilaksanakan diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis, diantaranya manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Manfaat secara Teoritis

   Dapat menjadi informasi secara teoritis berdasarkan kondisi diruangan sehingga diketahui makna, manfaat, dan efektifitas dari penerapan upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak senam lantai guling depan dan guling depan dan belakang melalui media *audio visual*.

2. Manfaat secara Praktis

   Dapat dijadikan bahan masukan yang berguna bagi guru-guru atau pembina cabang olahraga senam lantai khususnya mengetahui meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak senam lantai melalui media *audio visual*.

## E. Definisi Operasional

Untuk menghindari penafsiran yang salah satu terhadap istilah penelitian yang digunakan dalam penelitian ini perlu membatasi beberapa masalah istilah tersebut diantaranya:

1. Belajar

   Menurut (Bunyamin, 2021) belajar merupakan perubahan tingkah laku sebagai akibat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya.

2. Guling depan

   Menurut (Sriwahyuniati et al., 2018) guling depan adalah berguling dengan menggunakan bagian atas belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan pinggul bagian belakang).

3. Guling belakang

   Menurut (Sriwahyuniati et al., 2018), Guling belakang adalah menggulingkan badan ke belakang, dengan posisi badan tetap harus membulat, yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala di tundukkan sampai dagu melekat di dada.

4. Media *audio visual*

   Menurut menurut Sulfemi & Mayasari dalam (Permana, 2020) mengemukakan bahwa “Konsep media *audio visual* yaitu media yang penyajian materinya menggunakan gabungan antara unsur suara dan gambar.