BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebagai bagian integral dari pendidikan yang menyeluruh, pendidikan olahraga dan kesehatan berusaha untuk membantu siswa menjadi bugar secara fisik, kuat secara mental, mahir secara sosial, stabil secara emosional, dan sadar akan lingkungan melalui partisipasi yang terorganisir dan terarah dalam berbagai aktivitas fisik dan pilihan gaya hidup sehat. Dalam konteks pendidikan sebagai proses pengembangan pribadi dan sosial seumur hidup, peran program pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan berbasis sekolah sangat penting. Secara khusus, hal ini memungkinkan siswa untuk berpartisipasi aktif dalam berbagai kesempatan belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan program kesehatan yang terencana dan dilaksanakan (Shamsul, 2023).

Evaluasi hasil belajar diperlukan agar pembelajaran dianggap berhasil dalam memperoleh keterampilan sesuai dengan tujuan yang diinginkan oleh Dr. Wina Sanjaya dalam (Syam et al., 2016). Sebagai standar untuk perkembangan yang tampak (fisik) dan tersembunyi (psikologis), pendidikan jasmani sangat terkait dengan perubahan perilaku, terutama di bidang-bidang penting dalam pengembangan domain afektif dan psikomotorik. Secara alami, pendidik dapat menjadi contoh selama di kelas dan juga memberikan dorongan yang relevan untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Hadjarati & Haryanto, 2020).

Sutrisno & Khafadi dalam (Syam et al., 2016), Senam ialah aktivitas fisik terstruktur yang bertujuan untuk mencapai tujuan tertentu melalui pelaksanaan rutinitas gerakan yang telah ditentukan. Mashar & Dwinarhayu dalam (Hadjarati & Haryanto, 2020). Salah satu jenis senam yang dilakukan di atas matras atau lantai ialah senam lantai. Di antara beberapa bentuk senam, senam lantai melibatkan pelaksanaan rutinitas gerakan tubuh tertentu di atas platform berbasis lantai yang datar. Senam lantai mencakup berbagai macam manuver akrobatik, mulai dari berguling, melompat, dan berjalan di atas tangan, dan masih banyak lagi, yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kekuatan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi tubuh.

Tampaknya siswa di SMP Islam Al Fajri lebih tertarik untuk bermain olahraga seperti sepak bola dan bola basket, daripada senam lantai, menurut penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang didampingi oleh guru mata pelajaran PJOK. Kemampuan siswa dalam melakukan senam lantai masih rendah, serta kurang percaya diri dan dorongan untuk melakukannya. Hal ini terlihat ketika mereka melakukan gerakan, bahkan ada yang terjatuh ke sisi kanan atau kiri ruangan karena takut cedera. Akibatnya, sangat sedikit murid yang dapat melakukan gerakan *roll* ke depan tanpa bantuan dari instruktur. Minat seseorang, baik positif maupun negatif, sangat dipengaruhi oleh kesukaan dan ketidaksukaan mereka, dan preferensi ini cenderung bertahan hingga dewasa.

Oleh sebab itu peneliti tergerak dan tertarik terhadap penelitian ini sehingga penulis mengambil judul **“Upaya Meningkatkan Keterampilan *Roll* Depan Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Kelas 7 SMP Islam Al Fajri”**.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Agar pembahasan ini menjadi lebih fokus dan permasalahan ini tidak terlalu luas serta dapat dipahami dengan baik, maka penulis membatasi masalah hanya pada Upaya Meningkatkan Keterampilan *Roll* Depan Melalui Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran PJOK Siswa Kelas 7 SMP Islam Al Fajri

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang dikemukakan, maka penulis selanjutnya menentukan rumusan masalah yang akan dilakukan pada penelitian.

Adapun rumusan dalam masalah penelitian ini adalah bagaimana Upaya Meningkatkan Keterampilan *Roll* Depan Melalui Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran PJOK Siswa Kelas 7 SMP Islam Al Fajri?.

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Upaya Meningkatkan Keterampilan *Roll* Depan Melalui Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran PJOK Siswa Kelas 7 SMP Islam Al Fajri.

D. Manfaat Penelitian

Dari tujuan yang dipaparkan di atas, harapan peneliti ini dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, adapun manfaat yang didapatkan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Studi ini diharapkan bisa memberikan informasi dan masukan bagi Guru PJOK mengenai Upaya Meningkatkan Keterampilan *Roll* Melalui Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran PJOK Siswa Kelas 7 SMP Islam Al Fajri.
2. Studi ini bermaksud guna memberikan kontribusi terhadap pemahaman ilmiah tentang keterampilan *roll* depan, yang akan bermanfaat bagi para siswa dan masyarakat umum. Studi ini juga akan menjadi dasar untuk tinjauan literatur tentang topik tersebut.

E. Anggapan Dasar dan Hipotesis

1. Anggapan Dasar

Kelentukan merupakan unsur gerak dasar yang harus dipelajari dan dikuasai oleh siswa SMP, pentingnya penguasaan pola gerak dasar dalam upaya mewujudkan penguasaan berbagai pengalaman gerak dasar sebagai keterampilan.

Akan tetapi dalam pelaksanaannya, hasil belajar senam lantai oleh siswa SMP masih kurang optimal, masih banyak siswa yang kurang baik melakukan gerakannya. Salah satu penyebab antara lain metode mengajar yang kurang tepat digunakan oleh guru. Melalui penelitian ini akan di jelaskan tentang penggunaan metode mengajar melalui modifikasi alat untuk melakukan senam lantai *roll* depan pada siswa SMP.

2. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah atau sub masalah yang diajukan peneliti, dengan demikian hipotesis yang diajukan oleh penulis sebagai berikut :

Terdapat peningkatan keterampilan teknik dasar *roll* depan melalui modifikasi alat pada siswa kelas 7 SMP Islam Al Fajri.