

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan sebagai salah satu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup melalui aktivitas jasmani berupa gerak. Gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya secara alami dan berkembang searah dengan zaman. Melalui pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah memiliki peranan penting karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam kurikulum 1994 (Depdikbud, 1994), mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran inti bagi Sekolah Dasar (SD). Untuk menghasilkan manusia yang berkualitas tinggi, maka melalui Pendidikan Jasmani siswa SD perlu dibekali dengan bermacam-macam kegiatan fisik yang diberpasangkan ke dalam jenis kegiatan pokok dan pilihan. Pilihan pokok terdiri

dari ; Atletik, Senam, dan Pencak Silat. Sementara kegiatan pilihan terdiri dari ; Renang, Bulu Tangkis, Tenis Meja, Sepak Bola dan permainan tradisional.

Kegiatan fisik tersebut diberikan kepada anak untuk memenuhi salah satu tujuan khusus Pendidikan Jasmani yaitu meningkatkan ketrampilan melakukan kegiatan olahraga dan memiliki sikap positif anak terhadap kegiatan olahraga. Namun dalam prakteknya, penentuan tugas gerak suatu cabang olahraga dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah masih menjadi persoalan bagi anak. Hal ini menyebabkan materi yang diajarkan oleh guru berintikan teknik-teknik bagu yang tidak sesuai dengan tingkat usia dan kesiapan belajar anak. Padahal gerak tersebut termasuk dalam kategori dasar senam lantai.

Untuk mengatasi persoalan tersebut, guru harus berusaha untuk mencari dan mencoba berbagai metode yang sesuai dengan tingkat usia dan kesiapan anak seperti yang dikatakan Lutan (1993 : 3).

“Berhubungan dengan tingkat kesiapan belajar anak, maka perjenjangan tugas gerak yang selaras dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan anak merupakan tuntutan yang mendesak ditinjau dari kebutuhan pebingkatan layanan pendidikan dasar”.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka dengan melakukan pentahapan tugas gerak yang selaras dengan kematangan anak, proses pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih efektif dan keselamatan anak terjamin. Di sisi lain, penentuan model untuk mengajarkan suatu tugas gerak harus disesuaikan kompleks atau sederhananya tugas gerak tersebut.

Di SDN 4 Gadingrejo, beberapa tugas gerak dalam materi senam lantai masih menjadi tugas gerak yang kompleks bagi anak, salah satunya adalah gerak kop stand (Head Stand). Namun, bila dianalisis lebih jauh lagi mengenai karakteristik gerakannya memang cukup sulit bagi ukuran siswa SD oleh karena itu di sini penulis memberikan cara berpasangan untuk memudahkan gerak tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pada umumnya siswa merasa kesulitan menerima atau melakukan gerakan seperti gerakan kop stand dalam pembelajaran senam lantai
2. Siswa kurang antusias bila harus melakukan sendiri setelah melihat peragaan kawan maupun guru.
3. Pada umumnya siswa masih belum bisa mengkoordinasikan gerakan

C. Permasalahan

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merumuskan fokus masalah penelitian sebagai berikut :”Apakah dengan cara berpasangan dapat meningkatkan kemampuan senam lantai yakni kop stand siswa kelas III SDN 4 Gadingrejo?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Meningkatkan gerak dasar senam lantai yakni kop stand dengan cara berpasangan.
2. Untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran senam lantai yakni kop stand dengan cara berpasangan.
3. Untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar gerak dasar senam lantai yakni kop stand setelah berpasangan.

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai wawasan dan masukan bagi:

1. Bagi siswa

Sebagai perbandingan untuk meningkatkan latihan belajar gerak dasar senam lantai yakni kop stand setelah diberikan cara berpasangan secara benar.

2. Bagi guru penjas

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan latihan belajar gerak dasar senam lantai yakni kop stand dengan diberikan cara berpasangan secara benar di sekolah juga untuk memperbaiki metode pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya SDN 4 Gadingrejo.

3. Bagi Program Studi

Sebagai kontribusi untuk perbendaharaan dalam metode mengajarkan ketrampilan senam lantai yakni kop stand..

4. Bagi FKIP

Sebagai model pembelajaran yang berguna untuk mata kuliah terutama bekal persiapan PPL di sekolah