

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tujuan khusus Pendidikan Jasmani yaitu meningkatkan keterampilan melakukan kegiatan olahraga dan memiliki sikap positif 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 yang baku yang tidak sesuai dengan tingkat usia dan kesiapan belajar anak. Sedangkan dalam substansi pendidikan jasmani si anak dituntut untuk mengembangkan kemampuan dari pengalaman berbagai gerak yang dimilikinya sehingga dapat bertahan selama mungkin (*multilateral*).

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 penjenjangan tugas gerak yang selaras dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan anak merupakan tuntutan yang mendesak ditinjau dari kebutuhan peningkatan 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 juga akan terjamin. Di sisi lain, penentuan metode untuk mengajarkan suatu tugas gerak harus disesuaikan dengan kompleks atau sederhananya tugas gerak tersebut.

Sejalan dengan pengalaman yang telah berlangsung lama yang peneliti alami sebagai pengajar di SDN 2 Bulukarto, beberapa tugas gerak khususnya dalam mengajarkan materi senam lantai, dianggap masih menjadi tugas gerak yang kompleks bagi anak. Salah satu dari tugas gerak dasar tersebut adalah roll belakang dan bila dianalisis lebih jauh lagi mengenai karakteristik geraknya memang cukup sulit bagi ukuran siswa SD, karena itu di sini peneliti melakukan pendekatan dengan melalui latihan kelentukan (fleksibilitas) terhadap pembelajaram senam ketangkasan atau gerak dasar roll belakang.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Pada umumnya siswa merasa kesulitan untuk melakukan gerakan yang kompleks seperti gerakan roll belakang bila dilakukan secara sendiri
2. Pada umumnya Siswa kurang berani bila harus melakukan sendiri gerakan tersebut setelah melihat peragaan kawan maupun guru.
3. Pada umumnya siswa masih belum terbiasa melakukan latihan gerakan senam yang menuntut rangkaian atau gerakan kompleks secara mandiri

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merumuskan fokus masalah penelitian sebagai berikut :”Apakah Kemampuan Roll Belakang Melalui Bentuk Latihan Fleksibilitas pada siswa kelas V SDN 2 Bulukarto dapat ditingkatkan ?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Meningkatkan gerak dasar roll belakang setelah menggunakan latihan kelentukan fleksibilitas
2. Meningkatkan gerak dasar roll belakang setelah menggunakan model pembelajaran kelompok.
3. Untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran roll belakang dengan menggunakan latihan kelentukan fleksibilitas

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai wawasan dan masukan:

1. Bagi siswa
Sebagai pengalaman untuk meningkatkan latihan yang sejenis dan kompleks pada gerkan senam ketangkasan lainnya.
2. Bagi guru penjas
Sebagai alternatif pemecahan dalam mengatasi kesulitan belajar siswa pada pokok bahasan lainnya yang serupa, terutama untuk gerakan yang kompleks dan menuntut tingkat keberanian yang tinggi pada siswa.

3. Bagi Program Studi

Sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa penjaskes dalam penelitian yang sejenis dan berguna pula untuk perbendaharaan dalam metode mengajarkan keterampilan gerak yang kompleks

4. Bagi FKIP

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