

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Untuk itu materi-materi yang terkandung dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani meliputi : pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga; aktivitas

pengembangan; uji diri/ senam; aktivitas rikmis; aquatic (aktivitas air); dan pendidikan luar kelas (*out door*). Materi tersebut dirangkai dalam upaya pembinaan mutu dan sumber daya manusia Indonesia.

Salah satu materi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani adalah mempraktikkan teknik dasar roll belakang. Tujuan pembelajaran roll belakang ini adalah siswa dapat melakukan teknik dasar berguling ke belakang dengan membulatkan badan dari posisi duduk, posisi jongkok dan posisi berdiri serta nilai disiplin, keberanian dan tanggungjawab. Ini berarti siswa akan mempelajari bentuk dan manfaat senam dan juga dapat mempraktikkan teknik dasar roll belakang tersebut.

Menurut hasil observasi peneliti di SDN 3 Gadingrejo Pringsewu berdasarkan hasil penilaian guru diketahui bahwa hasil belajar siswa kelas V, sebagian besar siswa kesulitan dalam melakukan gerak dasar roll belakang. Peneliti melihat kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan siswa saat roll ke belakang antara lain salah satu tangan atau kedua tangan tidak menumpu dengan kuat, atau tangan ditempatkan terlalu jauh di belakang dan atau tangan tidak membuat tolakan agar menopang badan melenting ke belakang. Selain itu banyak siswa yang posisi berguling kebelakang kurang sempurna. Kepala saat roll kebelakang miring sehingga tubuh juga jatuh dalam posisi miring ke samping.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti memandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Roll

Belakang Melalui Metode Kelompok Siswa Kelas V SDN 3 Gadingrejo Pringsewu”..

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Masih banyak siswa kelas V di SDN 3 Gadingrejo Pringsewu yang belum dapat melakukan gerak dasar roll belakang dengan benar.
2. Kurangnya kemampuan melakukan tolakan kebelakang

### **C. Batasan Masalah**

Peneliti membatasi masalah penelitian pada peningkatan gerak dasar roll belakang dengan subjek penelitian adalah siswa kelas V di SDN 3 Gadingrejo Pringsewu.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

“Apakah melalui penggunaan metode kelompok dapat meningkatkan gerak dasar roll belakang siswa kelas V SDN 3 Gadingrejo Pringsewu?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

”Ingin meningkatkan gerak dasar roll belakang melalui metode kelompok siswa kelas V SDN 3 Gadingrejo Pringsewu”.

## **F. Manfaat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Bagi peneliti

Peneliti dapat mengetahui secara empiris upaya meningkatkan gerak dasar roll belakang.

2. Bagi siswa

Siswa dapat mengetahui kekurangannya dalam melakukan gerak dasar roll belakang dan berusaha memperbaiki kemampuannya melakukan roll belakang.

3. Bagi guru atau pelatih olahraga

Dapat memberikan masukan dalam menentukan metode yang tepat dalam pembelajaran roll belakang.