

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan usaha orang dewasa secara sengaja menuju kedewasaan baik jasmani maupun rohani. Pada negara-negara yang baru berkembang pendidikan merupakan hal yang sangat penting, karena baik tidaknya hasil pendidikan tersebut akan dapat berpengaruh pada kemajuan suatu bangsa dan Negara. Indonesia adalah negara sedang berkembang di mana sedang giat-giatnya membangun di segala bidang, termasuk di dalamnya bidang pendidikan.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran dalam kurikulum di sekolah. Mata pelajaran ini berorientasi pada pelaksanaan misi pendidikan melalui aktivitas jasmani dan pembiasaan perilaku hidup sehat. Tujuan yang ingin dicapai dalam mata pelajaran ini adalah “membantu peserta didik untuk kebugaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani” Dari berbagai bentuk dan macam kegiatan pendidikan jasmani di sekolah salah satunya yaitu senam lantai.

Senam lantai (floor exercise) adalah satu bagian dari rumpun senam, sesuai dengan istilah Lantai, maka gerakan-gerakan senam yang dilakukan di atas

yang beralasan matras atau permadani atau sering juga disebut dengan istilah latihan bebas, sebab pada waktu melakukan gerakan atau latihannya. Salah satu materi dari senam lantai adalah headstand. Headstand adalah berdiri dengan kepala adalah sikap tegak dengan bertumpu pada kepala dan ditopang oleh kedua tangan.

Dari hasil pengamatan pada siswa kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni, bahwa keterampilan gerak dasar headstand masih rendah, hal ini dilihat mulai dari sikap awal dan gerakan, siswa masih belum bisa menerapkan gerak dasar yang benar hal ini disebabkan karena siswa kurang melakukan pengulangan dan serta pembelajaran yang diberikan tidak menggunakan alat bantu untuk memudahkan siswa melakukan pembelajaran gerak dasar headstand.

Bertitik tolak dari uraian di atas, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang “Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Headstand Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Kurangnya penggunaan alat bantu dalam proses pembelajaran.
2. Kurangnya kemampuan siswa melakukan gerak dasar headstand.
3. Rendahnya hasil belajar siswa dalam keterampilan gerak dasar headstand.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas, maka penelitian ini dibatasi hanya pada “Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Headstand Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah, maka penelitian di atas dapat dirumuskan sebagai berikut :

Apakah keterampilan gerak dasar headstand dapat ditingkatkan dengan menggunakan alat bantu pembelajaran pada siswa kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012?

E. Tujuan

Sesuai dengan masalah penelitian, maka tujuan penelitian ini adalah :

- a. Meningkatkan penggunaan alat bantu dalam proses pembelajaran headstand pada siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012.
- b. Meningkatkan keterampilan gerak dasar headstand pada siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012.
- c. Memperbaiki hasil proses pembelajaran khususnya keterampilan gerak dasar headstand pada siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012.

F. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

a. Peneliti

Sebagai salah satu sarana untuk mengkaji ulang mengenai peran ilmu biomekanik dalam menunjang peningkatan pembelajaran senam lantai salah satunya headstand.

b. Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar headstand dan untuk meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar headstand.

c. Mahasiswa Penjaskes S1 Dalam Jabatan

Sebagai salah satu referensi untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar headstand dalam pembelajaran senam lantai.

d. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran dalam upaya pengkajian dalam pengembangan ilmu pembelajaran senam lantai.

G. Ruang Lingkup Penelitian.

Obyek penelitian : Memberikan peningkatan keterampilan gerak headstand dalam pembelajaran senam lantai.

Subyek peneliti : Siswa Kelas V SDS Bhakti Ibu Bakauheni Tahun Pelajaran 2011/2012.

Tempat Penelitian : Lapangan V SDS Bhakti Ibu Bakauheni.