

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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 ritmis; aquatic (aktivitas air); dan pendidikan luar kelas (*out door*). Materi tersebut dirangkai dalam upaya pembinaan mutu dan sumber daya manusia Indonesia.

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 berisikan 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 peningkat-an 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. Salah satu materi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani adalah uji diri (senam), yakni mempraktikkan gerak dasar roll belakang . Tujuan pembelajaran roll belakang ini adalah siswa dapat melakukan gerak 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 gerak dasar roll belakang tersebut.

Menurut hasil observasi peneliti di SDN 1 Pesawaran Kecamatan Kedondong diketahui bahwa hasil belajar siswa kelas V, sebagian besar siswa kesulitan dalam melakukan gerak dasar roll belakang. 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 pada waktu posisi berguling ke belakang kurang sempurna, kepala saat roll ke belakang miring sehingga tubuh juga jatuh dalam posisi miring ke samping. Dan yang paling mencolok adalah masih banyak siswa yang kurang berani melakukan gerak dasar roll belakang dikarenakan tingkat kelentukanan togok siswa kurang. Sedangkan yang paling nampak ketika saat melakukan roll belakang pada sikap akhir badan siswa jatuh dalam posisi miring.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti memandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Roll Belakang Dengan Bantuan Guru dan Kawan Pada Siswa Kelas V SDN 1 Pesawaran Kec. Kedondong Tahun Pelajaran 2012/2013".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih banyak siswa kelas V SDN 1 Pesawaran Kec. Kedondong yang belum dapat melakukan gerak dasar roll belakang dengan benar.
2. Kurangnya kelentukan togok siswa sehingga sulit untuk melakukan gerak dasar roll belakang dengan benar.
3. Pada umumnya siswa merasa kesulitan untuk melakukan gerakan yang kompleks seperti gerakan roll belakang bila dilakukan secara sendiri

4. Pada umumnya siswa kurang berani bila harus melakukan sendiri gerakan tersebut setelah melihat peragaan kawan maupun guru.
5. Pada umumnya siswa masih belum terbiasa melakukan latihan gerakan senam yang menuntut rangkaian atau gerakan kompleks secara mandiri

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka secara umum dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : "Apakah melalui bantuan guru dan kawan dapat meningkatkan gerak dasar roll belakang siswa kelas V SDN 1 Pesawaran Kec. Kedondong? "

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar roll belakang dengan bantuan guru pada siswa kelas V SDN 1 Pesawaran Kec. Kedondong.
2. Untuk memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar roll belakang dengan bantuan kawan pada siswa kelas V SDN 1 Pesawaran Kec. Kedondong.

E. Manfaat Penelitian

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

3. Bagi guru atau pelatih olahraga

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