

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dianggap sebagai faktor penting untuk pembangunan keterampilan fisik anak selama pembelajaran. Keterampilan motorik dasar dan keterampilan terkait pembelajaran pendidikan jasmani baik secara langsung, maupun tidak langsung mewakili keterampilan yang umumnya dipraktikan selama pembelajaran pendidikan jasmani. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang dengan tujuan untuk mengembangkan peserta didik baik pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. *“As I have talked with physical educators in the United States and around the world about the goals for physical education, most agree that physical education should prepare students to participate in physical activity for a life time”* (Ennis, 2014). Artinya bahwa guru penjas di Amerika bahkan seluruh dunia setuju bahwa pendidikan jasmani akan mempersiapkan siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik selama hidupnya. Pendidikan jasmani mempunyai keuntungan dalam pengembangan kecerdasan majemuk, khususnya pada Kecerdasan Visual-Spasial dan Tubuh Kecerdasan Kinestetik. (Julianti P, Yusmawati, Widyaningsih,, & Halim, 2021)

Pada dasarnya pendidikan jasmani harus sudah ditanamkan sejak masih kanak-kanak karena pada umumnya jika ingin menguasai berbagai macam aktivitas, dasarnya harus diletakan pada masa kanak-kanak dan menurut para orang dewasa kebanyakan hobi dari mereka berdasarkan pengalaman pada masa kanak-kanak (Sujarwo, Sukiri, & Oman, 2018). Pembelajaran penjas yang diberikan kepada siswa haruslah dirancang sedemikian rupa, agar mudah diserap oleh siswa dan harus melihat

karakteristik siswa, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal dan tepat sasaran. Karena terdapat faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, yaitu internal dan eksternal. *Motor competence is hypothesized to have potential to children and young people's physical activity (PA) level with a potential consequential link to long term health* (Breslin et al., 2012). Faktor internal meliputi kondisi fisiologis, psikologis, kecerdasan dan kematangan. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan alam dan sosial, seperti keluarga, masyarakat dan sekolah (Sobarna, Hambali, & Koswara, 2020)

Faktor tersebut dapat mempengaruhi proses belajar yaitu dengan menawarkan siswa kebebasan siswa untuk bereksperimen, mengeksplorasi, dan menemukan keterampilan yang diperlukan dengan tanggung jawab dalam belajar. *Approach method facilitates where learning is achieved by offering students to freedom to experiment, explore, and discover the required skills, and by promoting learning responsibility* (Kirk, 2012).

Kemampuan siswa melakukan gerakan didukung oleh kemampuan biomotor yang dimiliki. Biomotor berasal dari kata bio (tubuh) dan motor (gerak) sehingga biomotor merupakan kemampuan tubuh melakukan gerak. Kemampuan biomotor antara satu dengan yang lainnya saling terkait dan mempengaruhi. Pada dasarnya komponen biomotor meliputi: kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), koordinasi (*coordination*), kelentukan (*flexibility*), ketepatan (*accuracy*), keseimbangan (*balance*), dan reaksi (*reaction*).

Kemampuan siswa untuk dapat melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi dibutuhkan untuk belajar kelentukan, keseimbangan, dan kelincahan. Gerak berfungsi sebagai pintu gerbang masuknya pengetahuan dan stimulasi yang diperlukan untuk membangkitkan serta mengembangkan potensi dalam diri anak. Anak yang diberikan banyak kesempatan untuk bergerak dan belajar fisiknya terutama motorik kasarnya, akan terbantu dalam percepatan kematangan sarafnya yang bermuara pada kesiapan belajar di tahap berikutnya secara optimal dan lebih baik. Hal ini mengingat

kemampuan yang paling berkembang pesat pada usia dini adalah kemampuan motorik atau fisiknya. Keseimbangan tubuh merupakan fungsi yang amat vital bagi manusia seperti halnya panca-indera. Pada anak, keseimbangan tubuh yang dimiliki, membantunya untuk dapat melakukan kegiatan sehari-hari terutama yang berhubungan dengan sistem visual atau penglihatan, seperti melihat benda, memperkirakan ruang, serta menempatkan diri secara tepat pada sebuah kondisi.

Keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari, sebagian terbesar olahraga dan permainan. Terdapat dua macam keseimbangan yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan tubuhnya pada suatu posisi diam dan selama waktu tertentu, misalnya saat diam dan berdiri. Sedangkan, keseimbangan dinamis adalah kemampuan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan tubuhnya pada saat bergerak, misalnya saat berjalan, berlari, dan bangkit berdiri dari posisi duduk (Sugiarto, 2005). Sehingga dari pendapat diatas keseimbangan merupakan faktor pendukung yang sangat penting dalam berbagai aktivitas yang dilakukan oleh setiap manusia sehingga dengan baiknya keseimbangan yang dimiliki oleh seseorang maka akan baik pula segala aktivitas fisik yang dilakukannya. Senada dengan pendapat diatas keseimbangan memiliki berbagai faktor yang sangat penting, sehingga faktor keseimbangan disini akan berperan sangat besar pada anak-anak didalam melakukan berbagai kegiatan fisik baik kegiatan sehari-hari maupun kegiatan kecabangan sesuai dengan minatnya (Permana, 2013). Sehingga akan sangat penting jika kita melihat perkembangan seorang anak sedari dini terutama keterampilan-keterampilan yang menjadi fundamental perkembangannya.

Perkembangan unsur keseimbangan pada anak dimulai pada saat kelahiran dan terus berkembang hingga usia antara 10 sampai 18 bulan, kemudian semakin kompleks pada usia prasekolah (Condon & Cremin, 2014). Riset yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan

yang signifikan kemampuan keseimbangan yang dimiliki oleh siswa usia 7-9 tahun dengan siswa usia 10-12 tahun yang mana dibuktikan dengan nilai signifikansi $0.006 < 0.05$ yang mana anak usia 10-12 tahun memiliki keseimbangan yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa usia 7-9 tahun. (Maryadi et al., 2022)

Pada tingkat sekolah dasar, kemampuan keseimbangan siswa diharapkan mencapai hasil yang optimal sehingga siswa sudah dapat melakukan berbagai aktivitas fisik yang baik khususnya pada olahraga yang melibatkan faktor-faktor besar kinerja otot dan juga koordinasi yang kompleks. Disamping itu, keseimbangan juga berpotensi mengembangkan keterampilan dasar sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga. Hal ini menjadi masalah yang akan sangat serius ketika keseimbangan tumbuh tidak mendapat perhatian sejak dini sehingga ini akan mempengaruhi perkembangan aspek-aspek lain dalam peningkatan prestasi olahraganya.

Kondisi di lapangan, banyak dijumpai anak-anak yang mengalami gangguan keseimbangan tubuh sehingga cukup berpengaruh terhadap perkembangan selanjutnya, terutama dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Penelitian (Hastuti et al., 2018) menemukan bahwa dari 28 sampel siswa Sekolah Dasar yang berusia 9-10 tahun mendapatkan nilai < 80 . Kemudian (Ruqoyyah & Imansari, 2021) juga mengungkapkan pada bulan Agustus 2019 ditemukan bahwa anak mengalami masalah pada motorik kasar berkaitan dengan ketidakmampuan anak mengatur keseimbangan tubuhnya. Yang pertama dilihat ketika anak berjalan, beberapa anak pada saat berjalan masih sempoyongan, belum bisa mengatur keseimbangan tubuhnya saat berjalan. (Wiyani, 2014) juga mengungkapkan sekitar 80% dari anak yang mempunyai masalah pada perkembangan kesulitan untuk mengatur keseimbangan dan mengontrol gerakan anggota tubuh sehingga anak terlihat ragu-ragu pada saat melakukan gerakan.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap 30 siswa Sekolah Dasar terkait tingkat keseimbangan, diperoleh hasil sebagai berikut:

1) 15 (50%) dengan tingkat keseimbangan kurang, 2) 10 (33,3%) sedang dan 5 (16,7%) dikategorikan baik. Hal ini mungkin disebabkan oleh gangguan pada sistem vestibuler sebagai pemberi informasi untuk memberitahu otak tentang bagaimana posisi kepala berorientasi pada ruangan, sistem visual yang memberitahu otak tentang posisi tubuh terhadap lingkungan, serta sistem proprioseptik yang memberitahu otak tentang titik tumpu beban tubuh.

Kemampuan keseimbangan yang buruk menyebabkan kesulitan melakukan aktivitas fungsional sehari-hari (Schwam & Wanna, 2019). Anak kesulitan menyangga tubuh dari gaya gravitasi (*center of gravity*), kurangnya kemampuan menjaga keseimbangan antara pusat massa tubuh dan bidang tumpu, serta kurangnya kemampuan menstabilkan bagian tubuh ketika bagian tubuh lain sedang bergerak. Jika tidak segera ditangani, maka akan berdampak besar bagi proses tumbuh kembangan anak tersebut. Akibat dari semua itu adalah anak memilih mengasingkan diri dari lingkungannya (Fajar et al., 2013).

Setiap materi pembelajaran pendidikan jasmani tidak akan terlepas dari alur tujuan pembelajaran pada setiap jenjang pendidikan. Adapun alur tujuan pembelajaran materi keterampilan keseimbangan untuk siswa sekolah dasar kelas rendah adalah sebagaimana pada tabel 1.1 berikut:

2. Mempraktikkan berbagai pola gerak dominan dalam aktivitas senam.	
Mempraktikkan berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam.	Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan berbagai pola gerak dominan keseimbangan, guling depan, dan guling belakang senam dengan benar.

Tabel 1.1 Alur Tujuan Pembelajaran Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Fase A

Berdasarkan alur tujuan pembelajaran sekolah dasar memahami dan mempraktikkan berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang,

dan mendarat) dalam aktivitas senam. Hal tersebut berarti pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan aktivitas permainan yang menyenangkan.

Dari hasil observasi awal dan wawancara kepada guru pendidikan jasmani di sekolah dasar yang menjadi tujuan penelitian, yaitu SDN Pademangan Timur 06, SDN Cengkareng Timur 16 Petang, SDN Menteng 01, SD IT Segar Amanah, SDS Adik Irma, guru-guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut masih mengajar materi keseimbangan dengan cara monoton, selalu menggunakan model yang diulang-ulang dan cenderung membosankan, dikarenakan kurangnya referensi guru tentang variasi model pembelajaran, sehingga aktifitas terprogram yang dilakukan untuk peningkatan keseimbangan tubuh bagi anak dan frekuensi latihan keseimbangan yang diberikan pada anak selama proses pembelajaran selama ini masih kurang.

Menurut pendapat (Mujtahidin, 2014) anak-anak yang masih berusia sekolah dasar lebih suka bermain dan menghabiskan waktu bermain bersama teman-temannya, karena masih usia anak-anak yang mereka ketahui hanya bermain dan seharusnya tidak dilarang untuk bermain. Guru Sekolah Dasar mempunyai peran penting yang mana haruslah paham karakteristik siswa sehingga di dalam proses pelaksanaan pembelajaran model yang digunakan dapat selaras dan efektif, misalnya dengan model pembelajaran yang rileks tetapi tetap fokus bersungguh-sungguh dalam belajar atau bisa juga dengan belajar sambil bermain.

(Soemanto, 2012) menyatakan bahwa agar tercapainya hasil belajar siswa yang diharapkan, maka diperlukan kegiatan yang aktif bagi siswa di dalam pembelajaran karena jika kegiatan siswa pasif maka pembelajaran mustahil akan terjadi. Hal ini berarti belajar yaitu suatu perbuatan atau tindakan. Dan tidak bisa dinamakan belajar jika siswa pasif atau tidak adanya aktifitas belajar. Jadi cara mengajar yang digunakan guru dapat mempengaruhi keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar. Penggunaan model atau metode yang tepat dalam hal ini dapat membuat siswa aktif dan

suasana pembelajaran menjadi menyenangkan sehingga bisa mencapai hasil belajar yang maksimal.

Berlandaskan pendapat diatas peneliti berpendapat bahwasanya model pembelajaran *team game tournament* cocok diterapkan kepada anak usia sekolah dasar karna dalam model ini guru bisa menciptakan pembelajaran yang menyenangkan untuk meningkatkan kerja sama antar tim dan hasil belajar pada siswa, tidak hanya itu dalam model pembelajaran *team game tournament* siswa bisa bermain sambil belajar sehingga melibatkan siswa untuk berperan aktif dalam pembelajaran.

Model pembelajaran *team games tournament* adalah salah satu tipe atau model pembelajaran kooperatif yang mudah diterapkan, melibatkan aktivitas seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya dan mengandung unsur permainan dan reinforcement. Dengan menerapkan model pembelajaran *team games tournament* diharapkan Siswa lebih termotivasi, lebih aktif dalam mengikuti kegiatan belajar sehingga kegiatan yang sedang dilakukan menarik serta dapat memberikan hasil belajar sesuai dengan yang diharapkan. Model pembelajaran ini dipilih karena di setiap pertemuan memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks disamping menemukan tanggung jawab, kerja sama, dan keterlibatan belajar.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Model Pembelajaran *Team games tournament* untuk Materi Keseimbangan Siswa Sekolah Dasar Kelas Rendah”, guna membantu meningkatkan tingkat keseimbangan siswa di sekolah dasar.

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi pembelajaran keseimbangan untuk mengatasi problem kurangnya variasi model yang ada , maka peneliti berusaha menerapkan model pembelajaran *team games tournament* pada materi keseimbangan dengan harapan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaran keseimbangan yang dapat membuat siswa aktif mengikuti pembelajaran, sehingga

diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Produk yang dihasilkan juga diharapkan dapat membantu guru penjas dalam memberikan pengembangan model pembelajaran pada materi keseimbangan untuk siswa sekolah dasar.

B. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah dan alasan yang telah diuraikan diatas, maka pembatasan penelitian ini adalah model pembelajaran *team games tournament* untuk materi keseimbangan siswa sekolah dasar kelas rendah.

C. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini dipilih agar permasalahan menjadi lebih optimal dan tidak meluas agar mendapatkan hasil yang efektif serta tidak terjadi salah penafsiran. Maka peneliti memfokuskan masalah penelitian ini adalah model pembelajaran *team games tournament* untuk materi keseimbangan siswa sekolah dasar kelas rendah.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dikemukakan diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana model pembelajaran *team games tournament* untuk materi keseimbangan siswa sekolah dasar kelas rendah?
2. Apakah model pembelajaran *team games tournament* untuk materi keseimbangan siswa sekolah dasar kelas rendah efektif untuk meningkatkan hasil belajar keseimbangan siswa sekolah dasar kelas rendah?

E. Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar keseimbangan pada siswa sekolah dasar kelas rendah menggunakan model pembelajaran *team games tournament*. dan hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

a. Bagi Peneliti :

1. Mengetahui model pembelajaran *team games tournament* untuk keseimbangan pada Pendidikan Jasmani.
2. Menambah wawasan peneliti tentang model pembelajaran pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani khususnya materi keseimbangan.
3. Diharapkan dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran.
4. Memberikan model pembelajaran saat KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) berlangsung.

b. Bagi Siswa :

1. Sebagai minat untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar.
2. Sebagai pengetahuan tentang pembelajaran keseimbangan.
3. Dapat meningkatkan minat siswa dalam melakukan aktivitas jasmani.

c. Bagi Sekolah :

Dapat memberikan informasi dan bahan acuan untuk mengembangkan teknik pada proses pembelajaran keseimbangan.

F. State Of The Art

Pada *state of art* ini diambil dari beberapa penelitian terdahulu sebagai panduan penulis untuk penelitian yang akan dilakukan, yang kemudian akan menjadi acuan dan perbandingan dalam melakukan penelitian ini.

Perkembangan unsur keseimbangan pada anak dimulai pada saat kelahiran dan terus berkembang hingga usia antara 10 sampai 18 bulan, kemudian semakin kompleks pada usia prasekolah (Condon & Cremin, 2014). Riset yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan keseimbangan yang dimiliki oleh siswa usia 7-9 tahun dengan siswa usia 10-12 tahun yang mana dibuktikan dengan nilai signifikansi $0.006 < 0.05$ yang mana anak usia 10-12 tahun memiliki keseimbangan yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa usia 7-9 tahun. (Maryadi et al., 2022).

Penelitian (2012, Fajar Dhias. W) menunjukkan bahwa kemampuan keseimbangan statis anak laki-laki pada usia 7-9 tahun menunjukkan hasil yang lebih baik, namun diusia selanjutnya kemampuan keseimbangan

statis anak perempuan menunjukkan hasil yang sama baiknya. Sedangkan pada keseimbangan dinamis anak laki-laki lebih baik dibandingkan anak perempuan pada usia 7-12 tahun. Selaras dengan penelitian tersebut (Mickle et al.,2011) juga melakukan penelitian yang menunjukkan tingkat keseimbangan anak laki-laki tampil lebih baik daripada anak perempuan, meskipun kemahiran dalam melakukan tugas keseimbangan dapat dicapai pada saat anak berusia 9 tahun.

Penelitian Gürkan Cenk et al. (2016) mengatakan bahwa pelatihan jangka panjang menghasilkan peningkatan keseimbangan statis dan dinamis. Pelatihan dapat disarankan untuk pasien dengan masalah keseimbangan. Pada tahun (2018, Hilal Tauhidman dan Gilang Ramadan) telah melakukan penelitian dengan membuat sebuah model pembelajaran yang digunakan untuk belajar keseimbangan siswa sekolah dasar dengan mendapatkan angka analisis data yang mencapai 86,49 % yang masuk dalam kategori baik sehingga model ini dapat digunakan.

(Soemanto, 2012) menyatakan bahwa agar tercapainya hasil belajar siswa yang diharapkan, maka diperlukan kegiatan yang aktif bagi siswa di dalam pembelajaran karena jika kegiatan siswa pasif maka pembelajaran mustahil akan terjadi. Hal ini berarti belajar yaitu suatu perbuatan atau tindakan. Dan tidak bisa dinamakan belajar jika siswa pasif atau tidak adanya aktifitas belajar.

Menurut (Sugiata, 2018) dalam penelitiannya, Model pembelajarannya kooperatif memberi kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi secara terbuka dan memberikan suasana yang menyenangkan sehingga akan tercipta adanya ketergantungan positif, interaksi tatap muka, penilaian individu, mengembangkan hubungan antar kelompok, penerimaan terhadap teman sekelas yang lemah kemampuan akademiknya, serta meningkatkan rasa harga diri dan kepercayaan diri.

Salah satu contoh model pembelajaran kooperatif adalah TGT (*Teams Games Tournaments*). Model pembelajaran TGT terdiri dari lima langkah yaitu: tahap penyajian kelas, belajar dalam kelompok, permainan, pertandingan dan penghargaan kelompok. Dalam model pembelajaran

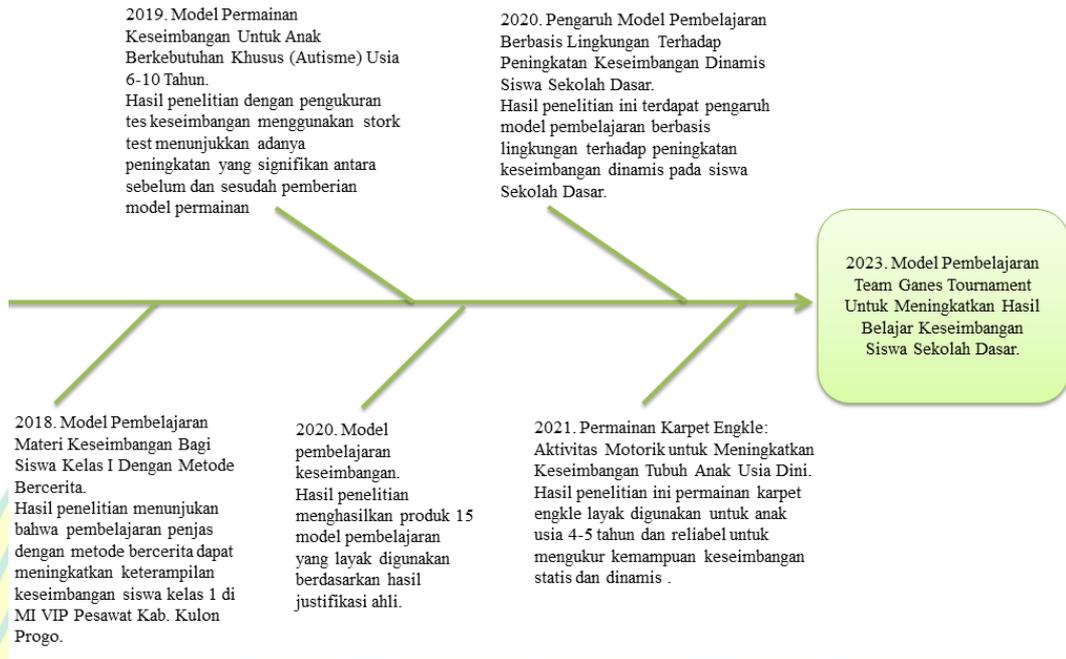
TGT, belajar dapat dilakukan sambil bermain. Model ini merupakan upaya untuk menciptakan keaktifan semua siswa di dalam pembelajaran. Permainan dapat merangsang minat siswa dalam aktivitas kelas sehingga siswa menjadi termotivasi dan memiliki minat untuk belajar.

Penelitian (Yudianto,2014) menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *team games tournament* ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa dan aktivitas belajar siswa. Selaras dengan Yudianto, penelitian (Yuliawati, 2021) juga menyatakan bahwa penerapan model pembelajaran TGT dapat meningkatkan motivasi belajar, dimana keberhasilan dapat mencapai skor rata-rata motivasi belajar masuk kategori tinggi dan minimal mencapai 85%.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, maka pada penelitian ini penulis ingin membuat penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan keseimbangan siswa sekolah dasar menggunakan model pembelajaran *team games tournament*, pembelajaran dapat diberikan dengan berbagai bentuk permainan yang mengandung unsur gerak keseimbangan, sehingga dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar, menciptakan keaktifan semua siswa di dalam pembelajaran, merangsang minat siswa dalam aktivitas pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran keseimbangan dapat tercapai, dan meningkatkan kemampuan keseimbangan anak sekolah dasar.

G. Road Map Penelitian

Road map penelitian merupakan peta jalan dalam pelaksanaan penelitian Sebagai panduan arah dengan tujuan memudahkan penulis dalam melakukan berbagai tahap penelitian. Dan bentuk *road map* penelitian secara lebih jelasnya terdapat tabel di bawah ini:



Gambar 1. 1 Roadmap Penelitian

