

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Di Indonesia pada saat ini, olahraga menjadi gaya hidup serta menjadi perhatian yang sangat serius oleh pemerintah. Negara berkembang selalu berusaha untuk meningkatkan mutu kehidupan bangsa, salah satu program peningkatan mutu kehidupan bangsa yang ada melalui pendidikan. Menurut Undang-undang no 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional pasal 3 menyatakan bahwa fungsi Pendidikan Nasional “mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Pendidikan diselenggarakan secara demokratis dan berkeadilan serta tidak diskriminatif dengan menjunjung tinggi hak asasi manusia, nilai keagamaan, nilai kultural dan kemajuan bangsa.

Pendidikan Jasmani memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari sistem pendidikan, prosesnya berlangsung dengan memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai tindak melatih untuk mengembangkan seluruh aspek potensi manusia.

Proses pembelajaran dirancang dan diorganisasikan sehingga membangkitkan proses ajar, yang merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Karena itu, potensi pendidikan jasmani perlu dimanfaatkan agar berkontribusi bagi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Proses pengajaran pendidikan jasmani dalam melakukan aktifitas fisik (gerak) merupakan ciri khas di dalam kegiatan tersebut, karena pada hakekatnya inti dari pendidikan jasmani yaitu gerak. Gerak harus dijadikan sebagai alat pendidikan dan alat pembinaan dan pengembangan potensi peserta didik yang diharapkan mampu meningkatkan kualitas fisik dan mental serta mampu mempengaruhi perilaku anak dalam kehidupan sehari - hari selain itu pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan mampu membina dan meningkatkan kesegaran jasmani, mempertinggi derajat, kesehatan, dan meningkatkan keterampilan, hendaknya mengarah pula pada nilai-nilai kejiwaan (psikologis).

Pendidikan jasmani pada dasarnya bukan hanya bertujuan mengembangkan ranah jasmani saja, tetapi juga dapat mengembangkan kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir secara positif, dan dapat menerapkan bagaimana tata cara hidup yang sehat. *“In the Indonesian community, sport in general has become a necessity of life itself. Exercise is believed to provide the freshness of the body, which means that provide health care for the culprit. Sports activities take place based on their physical fitness and spiritual needs, which in practice may take the form of recreational sporting activities and sporting achievements”* (Indra A. Budiman, 2016). Olahraga diyakini bisa memberikan kesegaran tubuh

yang berarti memberikan pelayanan kesehatan bagi pelakunya. Olahraga kegiatan berlangsung berdasarkan kebugaran jasmani dan kebutuhan rohani mereka, yang dalam praktiknya mungkin saja berupa kegiatan olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Dalam bidang pendidikan jasmani pemerintah mengumandangkan panji olahraga yakni “Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” dalam hal tersebut perhatian minat dan keinginan masyarakat untuk melakukan olahraga kian hari kian meningkat.

Bidang pembelajaran pendidikan jasmani dalam prosesnya pengajar harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, strategi, penerapan nilai-nilai (disiplin, keberanian, ketelitian, sportivitas, kejujuran, kerjasama, tanggung jawab dan percaya diri), dan pemahaman cara hidup sehat yang mengacu pada pertumbuhan dan perkembangan siswa. Dengan pendidikan jasmani diharapkan siswa akan memperoleh berbagai pengalaman yang menyenangkan, lebih kreatif, inovatif, meningkatkan keterampilan dan dapat memelihara kesegaran jasmani serta memahami tentang bagaimana pola hidup yang sehat. Pendidikan jasmani sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan memiliki peran sebagai pondasi bagi tumbuh kembang anak.

Pendidikan Jasmani pada dasarnya bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Guru Pendidikan Jasmani pada prosesnya diharapkan mengajarkan

berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Salah satu permasalahan dalam pembelajaran pendidik jasmani olahraga dan kesehatan, khususnya dalam materi senam lantai adalah kurangnya media pembelajaran yang sederhana (Yusuf, 2018).

Efektivitas dan efisiensi Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam materi senam lantai belum menunjukkan ke arah pembelajaran yang efektif dan efisien bagi peserta didik (Adlan et al., 2021). Senam merupakan salah satu bagian dari mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, materi senam lantai yang diajarkan di sekolah menengah pertama dalam tujuan pembelajarannya diharapkan siswa mampu melakukan salah satu gerakan keterampilan senam lantai dengan baik dan melatih keberanian serta percaya diri. Tetapi kenyataan di lapangan salah satu masalah utama dalam proses pembelajaran yaitu kurang atau minimnya sarana dan prasarana serta langkanya sumber referensi bagi guru dan siswa. Dalam masalah ini salah satu faktornya yaitu kurang produktifnya guru dalam mengembangkan modul sebagai bahan pembelajaran pada mata pelajaran yang diampunya.

Peningkatan keterampilan (psikomotor) berkaitan dengan peningkatan keterampilan yang dimiliki oleh peserta didik sehingga dapat mencapai target yang ditentukan. Secara garis besar kompetensi keterampilan yang dapat dicapai menyangkut kemampuan dalam melakukan gerak refleks menghindari gerak yang membahayakan, gerak lokomotor berguling ke depan (*forward roll*) sehingga bisa menyebabkan perpindahan tempat, dan keterampilan yang kompleks dengan mempelajari lebih dalam keterampilan pada suatu cabang olahraga yang diinginkannya.

Masalah lain yang peneliti temukan antara lain kesulitan untuk berguling ke depan dan ke belakang dikarenakan siswa masih kurang percaya diri dan masih memiliki rasa takut, dalam proses pembelajaran senam lantai masih banyak siswa melakukan gerakan-gerakannya dari posisi sikap awal yang masih kurang tepat, menyimpang keluar jalur (matras), dan posisi akhir yang belum sempurna mengenai fleksibilitas otot lengan, posisi kepala, badan, serta posisi tungkai dalam keterampilan gerak guling depan dan guling belakang pada materi senam lantai.

Faktor penyebab masih banyak siswa yang masih merasa ketakutan dan merasa cemas, khususnya dalam melakukan gerakan belakang yang agak rumit untuk dilakukan karena masih tingginya rasa ragu dan mengeluh kesulitan melakukan tugas gerak yang diperintahkan guru, karena gerakan guling belakang merupakan bentuk aktivitas jasmani yang kaya akan gerakan, cukup rumit dan kompleks (Sari & Pujiyanto, 2018). Rasa takut ini sangat berpengaruh terhadap

psikis dan mental siswa untuk mempunyai keberanian dalam mencoba gerakan guling belakang.

Peneliti melihat kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan siswa saat melakukan gerakan guling depan dan guling belakang pada sikap awalan, saat mengguling, maupun saat gerakan sikap akhir. Di samping itu, adanya sebagian peserta didik khususnya perempuan takut untuk melakukan gerakan guling dengan alasan takut terjadi cedera. Keterbatasan dalam penguasaan kemampuan gerak disebabkan oleh kurangnya minat belajar peserta didik dan kurangnya memahami penyampaian teori dan praktik dari guru di lapangan sehingga kurang efektifnya kegiatan proses belajar mengajar. Di samping itu, ada juga siswa yang tidak mau melakukan gerakan guling karena ia pernah mendapat cedera ketika melakukannya yang membuat dirinya trauma, sehingga motivasi untuk melakukan latihan gerak menjadi berkurang.

Gambaran kasus seperti ini tugas pengajar yaitu guru untuk berperan aktif dalam menciptakan proses pembelajaran yang secara psikologis dapat membuat siswa selama pembelajaran dalam kondisi aman dan mengurangi perasaan bosan, cemas dan takut untuk melakukan kegiatan pembelajaran senam tersebut, yaitu dengan permainan. Dengan diselingi pembelajaran keterampilan guling depan dan guling belakang melalui permainan diharapkan adanya rangsangan untuk siswa dapat meningkatkan semangat dan bergairah dalam pembelajaran sehingga dapat meningkatkan motivasi dan rangsangan supaya mengurangi rasa takut dan cemas tersebut untuk melakukan gerakan keterampilan guling senam lantai yang akan

dilakukan dapat memberi kegembiraan serta dapat dilakukan dengan mudah oleh siswa.

Berdasarkan pengamatan terhadap pelaksanaan proses belajar pembelajaran, banyak ditemukan masalah ketidakseimbangan yang menekankan pada model pembelajaran yang diberikan dengan penguasaan keterampilan pada penguasaan gerakan dalam guling senam lantai, khususnya guling belakang yang notabene merupakan salah satu yang cukup rumit dilakukan oleh siswa (Risnawati et al., 2015). Hal ini tentunya menjadi tugas guru untuk dapat meningkatkan dan merancang kegiatan pembelajaran melalui bermain dengan intensif dan terencana dengan baik. Sebaiknya guru harus paham betul dalam menganalisa setiap kemampuan siswa, yang memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi terpendam yang telah dimiliki oleh siswa seoptimal mungkin.

Kegiatan proses pembelajaran yang didalamnya diterapkan proses konsep permainan, harus menciptakan suatu suasana atau lingkungan belajar yang membuat siswa termotivasi, bersemangat dan antusias dengan sedemikian rupa sehingga membuat siswa tersebut aktif dalam menerima pelajaran dari guru dengan menyenangkan dan bergairah selama proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan pernyataan di atas, maka untuk meningkatkan motivasi, prestasi, dan minat siswa dalam pembelajaran senam lantai diterapkan dengan menggunakan proses permainan, karena melalui konsep permainan dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa (Nugraheni & Supena, 2019). Model pembelajaran berbasis permainan yang diterapkan dalam proses pembelajaran dalam guling

senam lantai diharapkan akan membantu pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan mental dalam mengatasi emosi siswa, untuk berbagai peran dalam mengungkapkan perasaan, keberanian, serta dapat mengendalikan diri dengan oranglain.

Model pembelajaran dengan berbasis permainan yang diterapkan dalam proses pembelajaran senam lantai diharapkan akan membantu pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan mental dalam mengatasi emosi siswa, untuk berbagai peran dalam mengungkapkan perasaan, keberanian, serta dapat mengendalikan diri dengan oranglain. Sesuai dengan karakteristik dan perkembangan siswa, bermain harus mengutamakan sesuatu hal yang dapat disenangi, diminati, dan terdapat adanya rasa senang serta dapat mengolah emosi sesuai dengan perasaan yang ada dalam dirinya.

Melalui permainan, siswa tanpa sadar bergerak dengan senang, yang awalnya takut, menjadi berani, awalnya tidak percaya diri menjadi lebih percaya diri. Dengan proses pembelajaran berkonsep permainan, dalam melakukan berbagai gerak pada senam lantai yang dikombinasikan dengan berbagai gerakan bermain berkelompok, berpasangan maupun individu membuat minat siswa dalam materi guling senam lantai ini diharapkan dapat meningkat.

Pengembangan model pembelajaran yang inovatif dan terbaru sebagai alternatif untuk mendapatkan hasil pembelajaran yang lebih bermakna dan memberikan pengaruh dan situasi yang berbeda yang lebih nyata terhadap siswa. Pengembangan model pembelajaran merupakan aktifitas pengajar dalam memilih

kegiatan pembelajaran yang efektif akan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Dalam bidang pendidikan tidak hanya menyampaikan materi secara langsung ataupun tidak langsung, terutama untuk pembelajaran guling senam lantai yang banyak jenis gerakan dan cenderung sulit untuk dipahami dan dipraktikkan.

Model pembelajaran sebagai pedoman dalam proses kegiatan pembelajaran siswa dibantu untuk mengembangkan atau memperoleh informasi, gagasan, keterampilan, nilai, cara berfikir, dan tujuan mengekspresikan diri mereka sendiri. Model pembelajaran digunakan sebagai rencana dalam merancang proses pengajaran yang akan dilakukan. Selain itu, digunakan sebagai titik tolak terhadap suatu proses pembelajaran atau sebagai perencanaan, penerapan, dan prediksi pembelajaran yang akan menjadi jalan efektif untuk mencapai tujuan belajar dalam keanekaragaman isi dari program pendidikan jasmani masa sekarang.

Harapan dengan menerapkan model pembelajaran yang digunakan dapat menggali potensi siswa yang bertujuan mencapai proses pembelajaran sehingga apa yang dikehendaki dapat meningkatkan atau mengembangkan apa yang hendak dicapai dalam pembelajaran tersebut, khususnya dalam kompetensi dasar senam lantai. Perlu pembuktian teori agar materi yang disampaikan dapat diterima lebih mudah, proses pembuktian dan pemahaman suatu teori membutuhkan suatu gambaran yang jelas mengenai kasus yang dikaji.

Proses pembelajaran yang baik haruslah memuat aspek interaktif, menyenangkan, menantang, memotivasi dan memberikan ruang yang lebih bagi siswa untuk dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian, sesuai dengan bakat dan minat siswa. Meskipun pengajar hanya sebagai fasilitator dalam sebuah pembelajaran, dan siswa yang dituntut untuk lebih aktif, pengajar harus mampu membuat suasana pembelajaran yang menyenangkan untuk merangsang siswa lebih aktif dalam belajar.

Tujuan dari guling senam lantai menggunakan metode permainan yaitu upaya peningkatan keterampilan siswa sekolah menengah pertama (SMP) dalam proses belajar pembelajarannya dapat memberikan pengalaman yang menarik serta menyenangkan, permainan yang digunakan oleh siswa untuk melatih kelentukan, kekuatan daya otot, dan keseimbangan. Diharapkan dengan adanya penelitian yang dilakukan dapat memberikan inovasi baru serta dapat meningkatkan keterampilan guling senam lantai tanpa mengurangi rasa bosan, takut dan cepat lelah pada siswa. Serta dapat mengurangi resiko cedera dengan melatih kelentukan, kekuatan daya otot, dan keseimbangan dalam pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa SMP.

## **B. Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan alasan yang telah dipaparkan di atas, maka fokus masalah pada penelitian ini adalah:

1. Mengembangkan model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa sekolah menengah pertama.

2. Menguji efektifitas produk pengembangan model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa sekolah menengah pertama.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang masalah dan fokus masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah mengembangkan model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa sekolah menengah pertama?
2. Apakah model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan efektif untuk meningkatkan kemampuan guling senam lantai?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat dijabarkan tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menghasilkan suatu model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa sekolah menengah pertama.
2. Untuk menguji apakah model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan efektif dalam meningkatkan kemampuan guling para siswa sekolah menengah pertama.

### **E. Kegunaan Penelitian**

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberi hasil dan manfaat secara teoritis bagi pengembangan inovasi dan strategi latihan terbaru dari mata pelajaran pendidikan jasmani dan manfaat praktis bagi peneliti, lembaga, guru dan siswa maupun pembaca, yang meliputi:

1. Diharapkan dapat memperluas kajian teoritis dalam bidang mata pelajaran Pendidikan Jasmani.
2. Diharapkan menjadi langkah awal penelitian dalam mengembangkan model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan yang dapat dipakai sebagai alat bantu/media bagi guru dan siswa.
3. Sebagai wadah untuk mengembangkan kemampuan guru mata pembelajaran pendidikan jasmani dalam pembelajaran guling senam lantai, sehingga dapat mengatasi masalah-masalah dalam pembelajaran tersebut.
4. Sebagai masukan maupun inovasi serta pengalaman bagi penulis dalam upaya mengembangkan lebih lanjut inovasi pengembangan model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa sekolah menengah pertama.

### **F. *State of The Art***

*State of the art* merupakan suatu kajian kepada beberapa hasil penelitian sehingga mendapatkan suatu pembeda dari beberapa penelitian tersebut. Pengkajian tersebut berguna untuk menemukan kebaharuan dari suatu penelitian

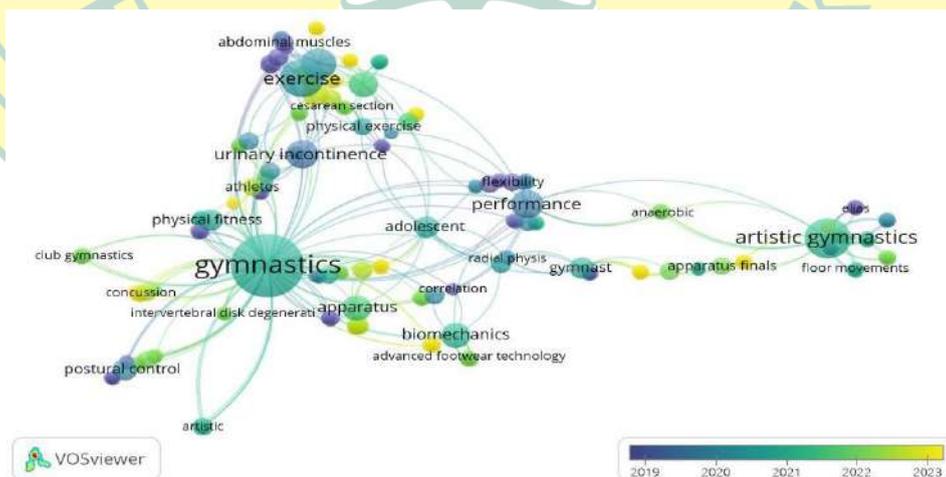
(*novelty*), sehingga dapat ditonjolkan kelebihan penelitiannya dengan penelitian sebelumnya. Biasanya keterbaharuan dapat berupa: 1) Keterbaharuan Inovasi, 2) Keterbaharuan Penyempurnaan, dan 3) Keterbaharuan Penyangkalan (Sukardi, 2009). Penjelasan lain mengatakan suatu penelitian dapat dikatakan memiliki suatu *novelty* walaupun masih melibatkan penelitian serupa dengan penelitian sebelumnya, namun dilaksanakan di tempat, waktu dan situasi yang berbeda (Soboroff & Harman, 2005). Untuk itu sebagai acuan dalam menemukan *novelty* maka berikut disusun beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini, di antaranya sebagai berikut:

**Tabel 1. 1 Penelitian Relevan**

<b>Tahun</b>	<b>Nama</b>	<b>Judul (Jurnal)</b>	<b>Temuan Penelitian</b>
2015	Khamim Hariyadi	Meningkatkan Kemampuan Forward Roll menggunakan Media gymnastic Ball ( <i>Bravo's Journal</i> ).	Membuat suatu model pembelajaran roll depan dengan menggunakan alat/media bola <i>gymnastic</i> . Tujuannya adalah memodifikasi langkah-langkah belajar roll depan, sehingga siswa akan lebih mudah melakukan roll depan. Hasilnya ada peningkatan yang sangat memuaskan sejak penerapan pembelajaran menggunakan media bola besar ini (Khamim Hariyadi, 2015).
2016	Atri Widowati & Rasyono	Pengembangan Bahan Ajar Senam Lantai Untuk Pembelajaran Senam Dasar Mahasiswa ( <i>Jurnal SEGAR</i> :	Mengembangkan bahan ajar senam lantai, yang tujuannya adalah menghasilkan produk bahan ajar dengan cakupan materi roll depan, roll belakang, hand stand, handspring, salto dan kayang. Hasilnya mengungkapkan bahwa bahan

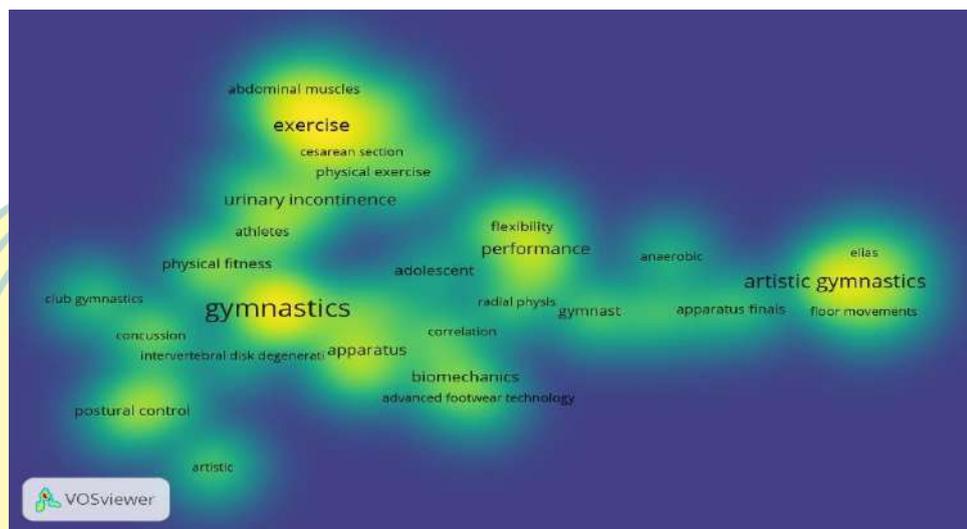
		<i>Sehat dan Bugar</i> ).	ajar yang dikembangkan sudah valid dan praktis, sehingga dapat diterapkan kepada para mahasiswa untuk diuji keefektifannya (Widowati & Rasyono, 2018).
<b>2018</b>	Yeyen Sari	Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai Roll Belakang ( <i>Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan</i> ).	Menghasilkan suatu model pembelajaran menggunakan metode bermain untuk siswa SMP. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa model pembelajaran roll belakang menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa, dengan besar peningkatan adalah 43,71% (Sari & Pujiyanto, 2018).
<b>2019</b>	Nugraheni Wening & G H Supena	Meningkatkan Minat Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Permainan ( <i>Jendela Olahraga</i> ).	Menerapkan bentuk-bentuk permainan dalam pembelajaran senam lantai untuk meningkatkan minat siswa SMA kelas X. Hasilnya menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan, minat siswa untuk belajar senam lantai mengalami peningkatan, yang dapat dilihat dari rata-rata sebesar 56% siswa minat (Nugraheni & Supena, 2019).
<b>2019</b>	Nur Abdullatif	Penerapan Permainan Tiga Pos untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Senam Lantai ( <i>Geocivic Jurnal</i> ).	Membuat model pembelajaran melalui permainan tiga pos (awalan jongkok, membungkuk dan sikap sempurna) pada materi guling depan senam lantai. Hasilnya menunjukkan bahwa hasil belajar guling depan siswa meningkat melalui permainan tiga pos ini, dengan selisih sebesar 60,83% (Abdullatif, 2019).

2020	M. Mahdi Anwar, Nurdiansyah dan Said Abdillah	Analisis Hasil Pembelajaran Senam Lantai Guing Depan da Guling Belakang Melalui Permainan dan Media Audiovisual ( <i>Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga</i> ).	Penelitian ini membuat suatu rancangan belajar melalui permainan yang disimulasikan pada media video, sehingga siswa mampu menganalisis setiap gerakannya. Hasilnya adalah bahwa media yang digunakan sangat berkontribusi terhadap kegiatan pembelajaran, sehingga siswa sangat antusias dan bersemangat dalam belajar (Anwar et al., 2020).
2021	Ying Wu & Jikun Liu	Research on College Gymnastic Teaching Model Based on Multimedia Image and Image Texture Feature Analysis ( <i>Discover Internet of Things</i> ).	Membuat model pembelajaran senam dengan menggunakan bantuan teknologi berupa gambar simulasi berbentuk manusia yang memiliki tekstur melalui multimedia. Hasilnya menunjukkan bahwa model ini memiliki efek yang praktis (Wu & Liu, 2021).



**Gambar 1. 1 Visualisasi Keterhubungan Variable**

Berdasarkan gambar 1.1, terlihat bahwa peneliti sebelumnya telah menyelidiki variabel senam lantai. Perangkat lunak *VOSviewer* mendukung analisis visualisasi kepadatan kata kunci peneliti. Hasilnya adalah sebagai berikut:



Gambar 1. 2  
Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (*Co- Occurrence*)

Gambar 1.2 menunjukkan representasi visual kata kunci "pliometrik senam lantai". Visualisasi kepadatan kata kunci yang dipelat memiliki warna yang bergantung pada kepadatan item di setiap node. Dengan kata lain, warna node bergantung pada jumlah objek di lingkungannya. Area kuning memiliki kata kunci yang lebih sering muncul, sedangkan area hijau memiliki kata kunci yang lebih jarang muncul. Terdapat celah (GAP) dalam penelitian sebelumnya dengan berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti akan membuat suatu model pembelajaran guling senam lantai berbasis permainan untuk siswa SMP dengan beberapa inovasi sebagai berikut:

1. Pengembangan model pembelajaran yang menekankan pada setiap tahapan gerakan guling senam lantai, seperti awalan, pada saat mengguling dan gerakan akhir.
2. Pembelajaran tersebut dikemas kedalam berbagai bentuk konsep variasi permainan, sehingga diharapkan menambah antusias siswa dalam melakukannya.
3. Menggunakan instrumen yang lebih detail, guna melihat setiap aspek gerakan siswayang lebih terperinci.
4. Proses model pembelajaran diterapkan pada siswa SMP.

#### **G. *Road Map* Penelitian**

*Road map* adalah suatu rancangan perencanaan yang digunakan sebagai patokan dalam pencapaian tujuan. *Road map* dalam konteks penelitian merupakan salah satu acuan bagi seorang peneliti dalam menjadwalkan setiap tahapan penelitiannya, mulai dari kajian pendahuluan, target dan arah penelitian, serta sasaran dan dampak yang diperoleh dari hasil risetnya. Oleh karena itu, berikut digambarkan secara rinci *road map* pada penelitian ini:

1. Studi Pendahuluan
2. Perencanaan & Pengembangan Penelitian
3. Draf Produk Model
4. Produksi luaran
5. Diseminasi & Publikasi Ilmiah
6. Sosialisasi produk



1. Uji Validitas Model
2. Uji coba lapangan
3. Uji Efektivitas
4. Revisi Produk

**Gambar 1. 3 Road Map Penelitian**  
Sumber: Peneliti

