

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah upaya yang terorganisasi, berencana, dan berlangsung secara terus menerus sepanjang hayat untuk membina anak didik menjadi manusia paripurna, dewasa, dan berbudaya.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian Integral dari kurikulum pendidikan yang mengutamakan aktifitas jasmani dan rohani dalam menjalani pola hidup yang sehat. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media atau alat pembelajaran sebagaimana yang diutarakan (Ilmiah & Vol, 2022) menyatakan dalam bukunya bahwa: "Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan." Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yang dirumuskan pendidik dalam proses belajar mengajar harus mengacu pada tujuan kurikulum, seperti memahami berbagai macam olahraga permainan dan penerapan teknik dasar dalam bermain, setiap kali mengajar, pendidik diharapkan dapat merumuskan tujuan pembelajaran secara

spesifik dalam bentuk perilaku yang diamati, menggambarkan jelas isi tugas yang diberikan, serta dapat di ukur dan di evaluasi tingkat keberhasilan.

Pendidikan Jasmani memberikan pembekalan pengalaman belajar yang diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan prestasi akademik, seperti konsentrasi, memori, dan kemampuan belajar siswa. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai gerak dasar, teknik dan strategi permainan atau olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, kejujuran, kerjasama, dan lain-lain). Pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah pada dasarnya selama ini berorientasi pada pengajaran cabang-cabang olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan lempar, tangkap, lari dan pukulan. (Ratno & Damanik, 2016)

Ruang lingkup pendidikan jasmani dapat meliputi permainan dan olahraga, contohnya olahraga tradisional, permainan. Eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya

Pada program pendidikan jasmani ditingkat sekolah dasar harus mengacu pada rencana pelaksanaan pembelajaran serta silabus. Program pembelajaran juga harus memenuhi aspek-aspek yang terdapat didalam kompetensi dasar pada silabus tingkat sekolah dasar. Berdasarkan yang tercantum dalam pembelajaran

pendidikan jasmani tingkat Sekolah Dasar (SD), pokok bahasan kebugaran jasmani dibidang studi pendidikan jasmani tingkat SD dengan alokasi waktu yang tersedia 4 x 35 menit dalam seminggu, dengan waktu yang terbatas diharapkan siswa mampu memahami bentuk, prosedur, konsep aktivitas kebugaran jasmani khususnya keseimbangan untuk memiliki motorik yang baik.

Model pembelajaran gerak dasar, khususnya pada materi keseimbangan adalah suatu pembelajaran yang digunakan oleh guru untuk memberikan suatu materi yang kepada siswa untuk menghindari kebosanan dan juga kejenuhan dalam pembelajaran. Setiap guru dalam menyusun program pembelajaran harus memikirkan tentang variasi dalam pemberian menu pembelajaran. Karena model pembelajaran sangatlah penting untuk menjaga minat dan keaktifan siswa dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran.

Penelitian sebelumnya pada pembelajaran gerak dasar keseimbangan di sekolah dasar selama ini lebih banyak menggunakan sarana dan prasarana yang sulit dijangkau serta hanya menggunakan beberapa model saja. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Oktarina Yoga Jati Kusuma, 2014) tentang Model Pembelajaran Keseimbangan Melalui Permainan Estafet Bola Di Lingkungan Persawahan. Penelitian yang dilakukan (Mohamad Sopi & Andry Akhiruyanto, 2015) dengan judul Upaya Peningkatan Pembelajaran Senam Keseimbangan Melalui Pendekatan Bermain Meniru Gerak Binatang Di Lingkungan Persawahan. Penelitian yang dilakukan (Tauhidman & Ramadan, 2018) dengan judul Pengembangan Model Latihan Keseimbangan Untuk Siswa Sekolah Dasar.

Penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa belum terdapat penelitian yang komprehensif pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar pada materi gerak dasar yang menyangkut pada model pembelajaran keseimbangan untuk siswa sekolah dasar kelas bawah.

Peneliti mendapatkan sebuah informasi yang bersumber dari Bapak Rizki selaku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri Cikupa III, yang menyatakan bahwa tidak adanya penerapan materi keseimbangan dikarenakan kurangnya referensi terhadap model pembelajaran keseimbangan dan sarana prasarana yang kurang memadai disekolah tersebut.

Berdasarkan permasalahan yang ada maka dari itu peneliti akan melakukan penerapan model pembelajaran keseimbangan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan keseimbangan para peserta didik.

Model pembelajaran keseimbangan saat ini masih kurang, dikarenakan kurangnya referensi guru tentang variasi model pembelajaran. Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi Kebugaran Jasmani gerak dasar keseimbangan. Untuk mengatasi problem kurangnya variasi model yang ada, maka peneliti berusaha menciptakan dan mengembangkan model pembelajaran 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 pendidikan jasmani dalam memberikan pengembangan model pembelajaran keseimbangan untuk siswa sekolah dasar.

## **B. 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 Keseimbangan Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah.

## **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, serta pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana model pembelajaran keseimbangan untuk siswa sekolah dasar kelas bawah?
2. Apakah model pembelajaran keseimbangan efektif untuk meningkatkan keseimbangan siswa sekolah dasar kelas bawah?

## **D. Manfaat Penelitian**

Tujuan penelitian ini agar menarik minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada materi keseimbangan yang termasuk dalam kebugaran jasmani dan hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

### **a. Bagi Peneliti :**

1. Mengetahui model pembelajaran 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

**b. Bagi Guru :**

1. Dapat memperluas wawasan tentang variasi model pembelajaran pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani khususnya materi keseimbangan
2. Memberikan model pembelajaran saat KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) berlangsung

**c. 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 kebugaran jasmani

**d. Bagi Sekolah**

Dapat memberikan informasi dan bahan acuan untuk mengembangkan teknik dasar pada proses pembelajaran keseimbangan pada materi kebugaran jasmani.