

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan salah satu sektor penting dalam pembangunan di setiap Negara. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas dalam pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, mengembangkan segala potensi diri melalui proses pembelajaran.

Dengan demikian pendidikan adalah segala daya dan upaya dan semua usaha untuk membuat masyarakat dapat mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, berkepribadian, memiliki kecerdasan, berakhlak mulia, serta memiliki keterampilan yang diperlukan sebagai anggota masyarakat dan warga negara.

Oleh karena itu penerapan pada Pendidikan melalui mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang biasa di singkat PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran penting yang ditawarkan pada siswa sekolah dasar sampai menengah atas (Rubiyatno & Suryadi, 2022). Salah satu materi pada pembelajaran PJOK di sekolah adalah senam irama, senam irama merupakan salah satu kegiatan dalam menggerakkan anggota tubuh dengan diiringi musik, sehingga melalui senam irama tersebut anak lebih bersemangat, senang dan juga dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak (Anggraini, Sutarjo, & Wulan, 2016).

Berdasarkan penjelasan tersebut sehingga dapat disimpulkan senam irama merupakan pembelajaran yang menggabungkan berbagai gerak, berirama, teratur dan terarah serta pembawaannya yang menggembirakan karena didukung jenis musik yang riang dan sesuai zaman. Sehingga kegiatan ini banyak diminati oleh masyarakat sebagai alternatif kegiatan olahraga dengan tujuan untuk menurunkan berat badan, membentuk tubuh, menjaga kebugaran jasmani, dan meningkatkan kualitas hidup.

Gerakan dalam senam juga sangat sesuai untuk mendapat penekanan di dalam program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, kegiatan senam irama memberikan sumbangan dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak (Wijayanti, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan Anggraini et al., (2016) mengungkapkan terdinya peningkatan terhadap perkembangan motorik kasar anak setiap pertemuan pembelajaran senam irama.

Mengingat pentingnya senam irama dari penjelasan diatas tentu peran guru sangat berpengaruh dalam proses belajar mengajar agar terlaksana dengan baik pembelajaran senam irama khususnya disekolah baik dijenjang Sekolah dasar sampai ke sekolah menengah atas di seluruh Indonesia. Khususnya di sekolah yang berada di ruang lingkup Jakarta Timur II khususnya di SMA Angkasa 2 Jakarta, membuat program SEBAR KISANA yang kepanjangannya adalah senam bersama kita sehat semuanya. Kegiatan ini dilakukan di hari jumat tepatnya di akhirbulan dalam artian satu kali dalam sebulan.

Dari penjelasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa senam merupakan suatu materi pembelajaran yang melibatkan performa gerakan yang memerlukan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur, senam irama juga bisa membentuk aktifitas fisik yang baik serta memberi dampak terhadap motorik kasar pada peserta didik.

Senam irama juga menjadi salah satu materi pendidikan jasmani di sekolah yang banyak mengalami kendala. Kendala tersebut antara lain kemampuan gurunya yang belum maksimal serta sarana-prasarana yang sangat terbatas. Terlebih lagi sekolah menengah yang belum mempunyai guru pendidikan jasmani, sehingga tugas mengajar dilakukan oleh guru lain yang tidak memiliki latar belakang pendidikan jasmani, sehingga tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk

pembelajarkan PJOK. Ditambah lagi sarana prasarana, kompetensi guru, dan anak itu sendiri kurang memahami akan pentingnya penjas (Sceisarriya, 2017), maka hal ini menyebabkan problematika seringkali terus bertambah dan terus berkelanjutan.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma ternyata terdapat beberapa permasalahan dalam pelaksanaan pembelajaran senam irama. Diantaranya ketika proses pembelajaran senam irama guru penjas setiap pertemuannya guru selalu menggunakan model pembelajaran senam irama SKJ ataupun senam – senam baku yang membuat peserta didik membosankan untuk di demonstrasikan Akibatnya siswa mengalami kesulitan mengikuti gerakan yang disajikan dikarenakan tidak adanya kreativitas dari peserta didik untuk melakukan gerakan secara leluasa.

Masalah di atas juga terdapat pada guru Pjok itu sendiri yang belum menggunakan alat/media dalam pembelajaran penjas pada materi senam irama, serta guru PJOK juga kurang paham dalam melaksanakan pembelajaran langkah dasar senam irama untuk mengajar peserta didik, sehingga peserta didik merasa kurang bergairah dalam proses pembelajaran aktivitas berirama. Selain itu, beberapa siswa terlihat tidak begitu antusias mengikuti pembelajaran senam irama sehingga membuat pembelajaran tersebut tidak menarik untuk peserta didik.

kejujahan dalam melakukan pembelajaran aktivitas berirama dikarenakan gerakannya yang monoton dan terus terusan dari tahun ke tahun, sehingga membuat peserta didik bosan dan siswa tidak memahami tujuan dari gerakan yang dilakukan serta dampak dari itu membuat siswa melakukan gerakan tersebut semaunya.

Berdasarkan analisis kebutuhan di SMA Angkasa 2 Halim perdana Kusuma Jakarta Timur II, peneliti ingin mengembangkan model gerakan senam irama yang berbasis gerakan dasar senam ayunan tangan, kaki dan mix tangan dan kaki, yaitu gerakan tersebut dapat dipraktikkan anak melalui video dari E-Modul yang telah dibuat oleh peneliti, dengan menggunakan musik dan gerakannya yang bisa diikuti sesuai karakteristik peserta didik serta bisa di variasi sendiri nantinya oleh peserta didik sekolah menengah atas.

Selain itu anak-anak juga merasa senang dan tertarik melakukan senam, dengan adanya gerakan model langkah gerak dasar senam irama ini diharapkan dapat memudahkan anak untuk membuat mempraktekan rancangan sistematika latihan

(gerak pemanasan, gerak inti, gerak pendinginan) dalam aktivitas pembelajaran senam Irama.

Dengan kondisi tersebut, guru sangat penting menggunakan model mengajar yang menyenangkan agar siswa tidak jenuh dan materi yang disampaikan oleh guru juga dapat diterima dan diaplikasikan dengan baik dan benar oleh peserta didik sehingga dapat meningkatkan pembelajaran keterampilan langkah gerak dasar senam berirama.

Peneliti bermaksud ingin membuat Model Produk berupa E-modul yang di dalamnya dilengkapi dengan gerakan dasar senam ayunan tangan, langkah kaki dan kombinasi tangan dan kaki, serta ketentuan untuk memilih musik sesuai BPM (Bit Per Menit) untuk gerakan pemanasan, inti dan pendinginan, guna membantu siswa dalam proses pembelajaran senam irama.

Selain itu kelebihan dari adanya model berupa Produk E-Modul ini peneliti ingin membuat lebih efisien dan memudahkan untuk peserta didik dalam melaksanakan PBM (Proses belajar mengajar), hal ini juga termasuk di dalam E-Modul itu sendiri berupa langkah dasar senam irama, peserta didik diharapkan lebih leluasa dan tertarik melakukan gerakan senam irama dan memudahkan anak untuk menghafal gerakan-gerakan senam irama yang mereka rancang melalui E-modul.

Oleh karena itu berdasarkan permasalahan tersebut peneliti bertujuan untuk membuat produk berupa model Langkah Gerak Dasar senam Irama untuk peserta didik sekolah Menengah Atas, serta bisa membantu para guru khususnya PjOk di sekolah Menengah Atas dalam melaksanakan Pembelajaran Senam Irama dalam bentuk E-Modul dan video.

Dari latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian R&D (*Research and Development*) dengan menggunakan model *ADDIE*. Model *ADDIE* adalah pemilihan model pengembangan yang baik serta menjadi salah satu faktor penentu untuk menghasilkan model yang dapat diaplikasikan dengan mudah, baik dan bermanfaat bagi pengguna. Oleh karena itu peneliti perlu melaksanakan penelitian yang berjudul upaya Model Langkah Gerakan Dasar Senam Irama untuk peserta didik sekolah Menengah Atas.

B. FOKUS PENELITIAN

Fokus penelitian digunakan untuk menghindari adanya pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut lebih terarah. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, peneliti membatasi masalah agar tidak ada penyimpangan dari tujuan penelitian, masalah difokuskan pada “Model Langkah Gerak Dasar Senam Irama Untuk Peserta didik Sekolah Menengah Atas”

C. PERUMUSAN MASALAH

Sesuai dengan latar belakang masalah maka munculah permasalahan yang dirumuskan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah Model Gerakan Senam Irama Untuk Sekolah Menengah Atas?
2. apakah pembuatan model langkah gerak dasar senam iraman untuk sekolah menengah atas efektif untuk di meningkatkan pembelajaran senam Irama di sekolah menengah atas?

D. KEGUNAAN PENELITIAN

Diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi dalam Pembelajaran gerak senam irama di sekolah Adapun kegunaan penelitian ini nanti antara lain:

1. Membuka wawasan kepada guru, khususnya guru PJOK di sekolah.
2. Memberikan contoh pembaharuan dalam belajar khususnya pembelajaran untuk gerakan senam irama.
3. Memperluas pengetahuan dalam gerakan senam irama di lingkungan sekolah.
4. Sumbangan pemikiran peneliti pada institusi bidang olahraga serta dalam bidang Pendidikan khususnya pada pembelajaran.
5. Dapat bermanfaat untuk peneliti dan pembaca.

E. STAT OF THE ART

Penelitian mengenai Model gerakan dasar senam irama untuk peserta didik sekolah menengah atas yang akan di kembang untuk menjadi produk dari beberapa penelitian terdahulu sehingga bisa menjadi komplit dan bisa menjadi acuan sebagai pembelajaran khusus senam Irama. Dalam penelitian ini akan di jabarkan beberapa penelitian – penelitian temuan terdahulu mengenai model gerak dasar senam Irma untuk sekolah menengah atas.

Tabel 1. 1 Stat Of The Art

No	Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Temuan Penelitian	Perbedaan dengan peneliti
1	2022	(Susilawati, 2022) MODEL GERAK SENAM IRAMA UNTUK PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR, ISSN:2715-2723,DOI: 10.26418/Jppk.V11i9.58097	Dalam studi literatur yang peniliti baca temuan dalam penelitian ini hanya mengaikan senam irama dengan gerakan tari daerah Kapuas, sehingga menurut peneliti membuat murid susah untuk mengetahui gerak dasar senam irama tersebut.	Dalam penelitian yang dirancang oleh peneliti perbedaannya terletak pada objeknya yaitu peneliti memfokuskan untuk membuat gerakan dasar senam irama sehingga bisa membuat murid muduah dalam memilih dan meciptakan gerakan (pemanasan, inti dan pendinginan).
2	2017	(T, Herlambang,2017) AEROBIC GYMNASTICS SEBAGAI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK PADA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN,	Pengembangan aerobic gymnastics sebagai materi pokok dalam aktivitas ritmik hendaknya dimulai dari peningkatan kemampuan guru sebagai sumber informasi, fasilitator dan katalisator pembelajaran dalam rangka pencapaian kompetensi-kompetensi yang harus dicapai oleh peserta pembelajaran. Peningkatan	Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada gerak dasar dan dilengkapi foto serta video yang akan dikemas dalam E-Modul sehingga membuat peserta didik mudah dalam melakukan PBL senam irama.

			<p>kemampuan seorang guru dimulai dari memperkaya pengetahuan tentang senam aerobik yang mencakup pengetahuan umum dan gerak dasar, persiapan pembelajaran, pengelolaan pembelajaran hingga penilaian. Dalam hal ini penelitian ini hanya memfokuskan pada gerakan tidak dilengkapi dengan foto/video sehingga membuat peserta didik merasa kesulitan untuk memahami</p>	
4	2018	<p>(Nia Ningsih,2018)</p> <p>MENINGKATKAN KEMAMPUAN DAN HASIL BELAJAR DALAM MATERI SENAM IRAMA (AEROBIK) DENGAN MENGGUNAKAN METODE PENEMUAN (DISCOVERY LEARNING) SISWA SMAN 4 CIMAHI</p>	<p>Dalam penelitian ini peneliti dapat menyimpulkan penelitian yang dilakukan oleh Nia ningsih memfokuskan peningkatan belajar menggunakan model <i>Discovery learning</i> .</p>	<p>Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nia ningsih sangat berbeda sehingga bisa membuat dan membantu lebih jauh untuk meningkatkan pembelajaran senam irama pada peserta didik</p>
5	2020	<p>(Kemal Abdullah,2020)</p> <p>MODEL PEMBELAJARAN SENAM IRAMA BERBASIS MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA SMP, DOI: 10.21009/jpja.v3i02.16271</p>	<p>Hasil dari penelitian yang dilakukan Kemal Abdullah berupa buku dan video model pembelajaran senam irama berbasis media pembelajaran pada siswa SMP.</p>	<p>Dalam hal ini hampir menyerupai penelitian yang akan peneliti buat, bedanya terletak pada produk yang akan dibuat.</p>

Kesimpulan dari Stat Of The Art beberapa peneliti dari kajian literatur yang peneliti lakukan, banyak yang melakukan penelitian pembelajaran khusus senam irama tetapi tidak ada yang melakukan penelitian untuk membuat langkah - langkah gerak dasar senam irama.

Untuk membuat perbedaan state of the art dari judul “Model Langkah Gerak Dasar Senam Irama untuk Peserta Didik Menengah Atas” berdasarkan sumber jurnal dan penelitian terdahulu, kita perlu mempertimbangkan beberapa aspek:

1. **Kajian Literatur:** Melakukan tinjauan literatur yang mendalam untuk mengidentifikasi model-model langkah gerak dasar senam irama yang telah diajarkan pada tingkat menengah atas sebelumnya. Ini termasuk memahami metodologi, hasil, dan kesimpulan dari penelitian-penelitian tersebut.
2. **Inovasi Metodologi:** Menentukan apakah ada metodologi baru atau pendekatan pengajaran yang diperkenalkan dalam model gerak dasar senam irama yang diusulkan. Hal ini bisa mencakup penggunaan teknologi baru atau strategi pembelajaran yang inovatif.
3. **Evaluasi Efektivitas:** Mengkaji efektivitas model gerak dasar senam irama yang ada dengan membandingkan hasil belajar siswa, kebugaran jasmani, dan keterampilan motorik yang dikembangkan.
4. **Relevansi Kurikulum:** Menilai bagaimana model gerak dasar senam irama yang diusulkan sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani yang berlaku dan kebutuhan peserta didik menengah atas.
5. **Kontribusi Penelitian:** Menyoroti kontribusi signifikan dari model langkah gerak dasar senam irama yang diusulkan terhadap peningkatan kualitas pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah menengah atas.

Dengan mempertimbangkan aspek-aspek di atas, kita dapat mengidentifikasi perbedaan yang signifikan antara model yang diusulkan dengan penelitian terdahulu dan menentukan nilai tambah yang ditawarkan oleh model baru tersebut.

Ini akan membantu dalam mengartikulasikan *state of the art* dari penelitian yang diusulkan.

F. ROADMAP PENELITIAN

Road map penelitian tentunya sangat diperlukan dalam suatu penelitian untuk memahami masalah penelitian yang akan dikaji. Berdasarkan Panduan Penulisan Tesis dan Disertasi Universitas Negeri Jakarta (2019), disebutkan dalam panduan tersebut bahwa peneliti diharapkan dapat memecahkan masalah dengan mengacu pada submasalah yang lebih rinci. Dengan road map penelitian tersebut, peneliti diharapkan mampu untuk membuat perencanaan, arah, dan target luaran dari penelitian yang dilakukan. *Road Map* dalam penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 1. 1 Road Map Penelitian