

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Guling depan dan guling kebelakang pada dasarnya lebih terfokus pada pengembangan fisik dan keterampilan pada peserta didik dengan menggunakan sarana cabang-cabang olahraga untuk mencapai suatu tujuan pendidikan nasional. Setiap mata pelajaran yang diajarkan di setiap jenjang sekolah adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan yang mana merupakan salah satu tempat untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan itu sendiri tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional, yang mana diantaranya untuk meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, psikomotorik, dan nilai-nilai sosial peserta didik. (Sukadiyanto, 2011:432) dengan adanya materi senam lantai dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan akan sangat mendukung dalam proses pencapaian tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di program studi diajarkan dengan bermacam-macam mata kuliah olahraga yang mana berpedoman dengan silabus dan Rencana Pembelajaran Semester (RPS) yang disusun oleh Dosen pengampu, salah satunya mata kuliah yang diajarkan yakni senam lantai. Materi senam lantai diajarkan pada mahasiswa semester satu tetapi untuk sub bab materinya itu berbeda-beda sesuai dengan jenjang semester yang ditempuh.

Pembelajaran merupakan suatu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik, sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik untuk melakukan proses belajar. Dalam Jurnal penelitian Aprida Pane dan dkk (2017:337) disebut sebagai proses pembelajaran memberikan bimbingan ataupun arahan bantuan kepada peserta didik dalam melaksanakan proses belajar. Di dalam proses pembelajaran pastinya banyak terdapat perbedaan, seperti ada peserta didik yang mampu mencerna materi pembelajaran, ada juga peserta didik yang lambat dalam mencerna materi pembelajaran.

Salah satu mata kuliah yang ada di kurikulum Pendidikan jasmani Kesehatan dan rekreasi Universitas PGRI Silampari, Universitas PGRI Palembang dan Universitas Bina Darma adalah aktivitas senam, yang mana meliputi

ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai serta aktivitas lainnya. Menurut Sapto Madjino (2010:26) mengatakan senam lantai salah satu bentuk latihannya dilakukan di atas lantai dengan beralaskan permandani atau matras, (Farida, 2010:66) senam lantai adalah senam ketangkasan yang dilakukan tanpa menggunakan alat. (Andriyani, 2012:8) senam lantai merupakan salah satu dari rumpun senam. Senam lantai cara gerakan dan bentuk latihannya di lantai, hal itu disesuaikan dengan namanya yaitu lantai.

Mata kuliah senam lantai merupakan salah satu mata kuliah wajib yang diberikan di program studi PJKR. Mata kuliah ini harus memiliki fasilitas dan prasarana yang memadai. Hal ini memberi gambaran bahwa Dosen memiliki peranan dalam memberikan mata kuliah tersebut untuk mencapai hasil belajar yang sesuai. Selain itu juga harus disadari oleh minat dan motivasi mahasiswa dalam mengikuti mata kuliah tersebut. Kemudian materi guling depan dan guling belakang ini juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam proses pelaksanaan yang benar, sehingga nanti mereka bisa mengajarkan kepada siswa sekolah dasar, siswa sekolah menengah pertama dan siswa sekolah menengah atas dengan gerakan yang benar.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas PGRI Silampari, Universitas PGRI Palembang dan Universitas Bina Darma bahwa pembelajaran senam lantai di kampus ini diajarkan kepada mahasiswa Semester I sebagai langkah atau proses awal untuk pengenalan jenis-jenis gerakan yang ada di dalam mata kuliah senam lantai di prodi dan untuk melihat kemampuan mahasiswa dalam mempraktikkan gerakan senam lantai. Jumlah mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas PGRI Silampari berjumlah 602 mahasiswa. Terdiri dari Angkatan 2018 sebanyak 92 orang, Angkatan 2019 sebanyak 87 orang, Angkatan 2020 sebanyak 87 orang, Angkatan 2021 Sebanyak 143 orang dan Angkatan 2022 sebanyak 133 orang. Yang mengambil mata kuliah senam berjumlah 133 yang berasal dari mahasiswa Angkatan 2022. Setelah proses pembelajaran senam lantai, dosen menemukan banyak kendala pada mahasiswa Angkatan 2021, dikarenakan mahasiswa kurang mampu untuk melakukan pelaksanaan atau praktik pada gerakan senam lantai seperti teknik penempatan posisi lengan, kaki, kepala dan punggung.

Selanjutnya, pada mata kuliah senam lantai dosen juga menemukan kendala yaitu pada saat melakukan dorongan atau tolakan kaki mahasiswa kurang menolak yang mana ketika melakukan gerakan posisi tubuh tidak bisa bertolak ke depan ataupun ke belakang dan pada saat pelaksanaan mahasiswa selalu kepala bagian depan yang diawalinya yang mana itu bisa menyebabkan cedera leher nantinya.

Di samping itu juga berdasarkan hasil dari penjelasan dari mahasiswa saat peneliti melakukan observasi, mahasiswa menjelaskan bahwa kendala yang dihadapinya tersebut yaitu mahasiswa kurang memahami teori yang diberikan oleh Dosen karena bahan ajar yang digunakan kurang contoh, hanya berupa gambar dengan penjelasan yang sederhana, sehingga membuat mahasiswa pada saat melakukan praktik kurang mampu untuk melakukan gerakannya tersebut hal ini karena keterbatasan bahan ajar yang selama ini digunakan. Selanjutnya, berdasarkan kekurangan bahan ajar buku cetak atau buku paket dari perpustakaan prodi yang hanya ada gambar dan penjelasannya yang secara sederhana tanpa ada contoh praktik secara langsung dan tidak ada modul pembelajaran lain yang digunakan, sehingga membuat proses pembelajaran kurang menarik dan mahasiswa kurang memahami karena contohnya hanya berupa gambar dan tidak adanya contoh demonstrasi secara langsung.

Maka dari itu seharusnya proses pembelajaran senam lantai guling depan dan guling belakang harus menggunakan buku yang dapat memberikan praktik secara demonstrasi dikarenakan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan tidak hanya sebatas pemahaman teori saja, tapi harus ada contoh dan praktik secara langsung di dalam bahan ajar yang digunakan agar lebih menarik dan mudah dipahami oleh mahasiswa. Kemudian mahasiswa akan lebih antusias untuk belajar materi senam lantai tersebut, selanjutnya peneliti berpikir untuk mengembangkan bahan ajar yang mana di dalamnya terdapat contoh-contoh praktik secara langsung yaitu berupa model pembelajaran senam lantai yang mana di dalamnya terdapat gambar dan video tutorial gerakan yang dapat dilihat dengan cara men-*scan Quick Response Code*.

Media permainan dalam pembelajaran bisa sangat tepat diberikan pada mahasiswa, terutama dalam konteks pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik atau keterampilan praktis, seperti pendidikan jasmani, olahraga, atau bahkan mata

pelajaran yang lebih interaktif dan berbasis kolaborasi. Berikut beberapa alasan mengapa media permainan masih relevan untuk digunakan dalam pembelajaran pada tingkat mahasiswa. Dengan menggunakan permainan sebagai media, model pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknis guling dengan cara yang lebih interaktif, menyenangkan, dan tidak membosankan, serta memungkinkan mahasiswa untuk belajar dalam suasana yang lebih santai namun tetap fokus pada penguasaan teknik.

Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu yaitu: Hartoto, Pengembangan modul pembelajaran atletik berbantuan *Quick Response Code* (2021), Widodo, Pengembangan bahan ajar modul pembelajaran senam lantai kelas X SMAN 5 Malang (2020), Malasari, pengembangan buku ajar senam lantai bagi mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani (2021). Berdasarkan penelitian terdahulu di atas, belum ada penelitian tentang pengembangan modul pembelajaran senam lantai berbantuan *Quick Response Code* di dalam pengembangan model.

Quick Response Code merupakan salah satu teknik yang merubah data tertulis menjadi kode-kode dua dimensi yang tercetak ke dalam suatu media yang lebih ringkas. Berdasarkan hasil penelitian Hartoto, Mulyono, Syafutra (2021), dengan adanya bahan ajar tambahan berupa *QR Code*, membuat materi dalam modul lebih luas, lebih banyak dan lebih banyak mengetahui informasi. Tujuan dari pengembangan yaitu untuk mengembangkan modul pembelajaran senam lantai berbantuan *Quick Response Code* pada mahasiswa Semester I program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas PGRI Silampari .

Maka dari hasil observasi dan penelitian terdahulu, perlu diadakannya penelitian oleh peneliti untuk membuat model pembelajaran senam lantai guling depan dan guling belakang menggunakan pendekatan bermain dengan berbantuan *Quick Response Code* pada mahasiswa PJKR dengan alasan mahasiswa kurang tertarik dan memahami teori dan praktik dengan bahan ajar buku cetak dari selama ini. Sehingga nantinya diharapkan modul pembelajaran yang dikembangkan peneliti bisa membuat mahasiswa menjadi tertarik dan antusias untuk belajar guling kedepan dan guling kebelakang kedepannya bisa menjadi referensi bagi dosen.

Model dapat diartikan sebagai miniature suatu objek yang didesain untuk memudahkan proses visualisasi objek yang tidak dapat diamati sehingga dapat

dipahami secara sistmatis. Menurut Sagala (2012, p.11) sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan kegiatan. Model dapat dipahami sebagai: (1) suatu tipe atau desain, (2) suatu diskripsi atau analogi, (3) suatu sistem asumsi-asumsi, data-data yang dipakai untuk menggambarkan secara sistematis suatu objek atau peristiwa, (4) suatu desain yang disederhanakan dari suatu sistem kerja, suatu terjemahan realitas yang sederhana, (5) suatu deskripsi dari suatu sistem yang mungkin atau imajiner, (6) penyajian diperkecil agar dapat menjelaskan dan menunjukkan sifat aslinya. Berdasarkan pernyataan Mitzler (2011, p.12) someone demonstrates the way others should act or think to be a model by example. Model dapat difungsikan sebagai contoh dalam mendemostrasikan pada orang lain tentang cara lain untuk bertindak atau berpikir dalam melakukan latihan.

B. Fokus Penelitian

Pembelajaran berbasis permainan saat ini menjadi salah satu topik paling populer dalam pendidikan karena memungkinkan partisipasi aktif dan meningkatkan proses pembelajaran. Metode pembelajaran berbasis permainan adalah pendekatan instruksional inovatif yang mengintegrasikan materi edukatif atau konsep-konsep pembelajaran ke dalam format video game. Tujuan utama dari metode ini adalah untuk meningkatkan keterlibatan aktif peserta didik dalam proses belajar. (Alzubi et al., 2018).

Secara khusus, pembelajaran berbasis permainan bertujuan untuk membantu peserta didik mengatasi kemungkinan hambatan seperti kecemasan, motivasi rendah, kesulitan memahami, keterlibatan rendah dan kurangnya interaksi, sehingga memberikan manfaat pendidikan (Yukselturk et al., 2018). Sejumlah peneliti percaya bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat menciptakan berbagai bentuk ekspresi kreatif dan meningkatkan proses berpikir kreatif dan meningkatkan level pembelajaran. (Cook & Bush, 2018).

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah diuraikan oleh peneliti sebelumnya, maka yang menjadi fokus masalah pada penelitian ini yaitu pengembangan model pembelajaran guling kedepan dan kebelakang menggunakan pendekatan permainan pada Mahasiswa.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan suatu masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengembangan model pembelajaran guling kedepan dan kebelakang menggunakan pendekatan permainan pada Mahasiswa?
2. Bagaimana kelayakan produk pengembangan model pembelajaran guling depan dan guling kebelakang menggunakan pendekatan permainan pada mahasiswa?
3. Apakah efektif produk pengembangan model pembelajaran guling kedepan dan guling kebelakang berbantuan pendekatan permainan pada mahasiswa?

D. Kegunaan Penelitian

Diharapkan Penelitian ini akan memberi kontribusi dalam belajar senam lantai. Adapun kegunaan serta manfaat penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Supaya model pembelajaran guling kedepan dan guling kebelakang berbantuan media permainan ini dapat membantu mahasiswa dan dosen lebih mengerti tentang teori olahraga senam lantai ini dan dapat diaplikasikan di lapangan.

2. Secara Praktis

a. Manfaat bagi peneliti

- 1) Sebagai bekal pengalaman dan pengembangan model pembelajaran Penjaskes.
- 2) Mengembangkan bahan pembelajaran agar dapat dilakukan dengan mudah, efektif dan efisien.

b. Manfaat bagi Dosen PJKR

- 1) Hasil model pembelajaran senam lantai ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan dalam rangka meningkatkan mutu pembelajaran Penjasorkes di masing-masing kampus.
- 2) Sebagai dorongan dan motivasi kepada dosen Penjas untuk menciptakan variasi mengajar dengan cara modifikasi dan mengembangkan jenis

permainan, sehingga akan membuat peserta didik menjadi senang. Aktif bergerak dan antusias dalam mengikuti pembelajaran Penjaskes.

c. Bagi mahasiswa

- 1) Menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan meningkatkan peran aktif mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran Penjas, serta meningkatkan hasil belajar senam lantai.
- 2) Meningkatkan keterampilan dan kemampuan mahasiswa dalam menguasai teknik senam lantai.

d. Manfaat bagi kampus

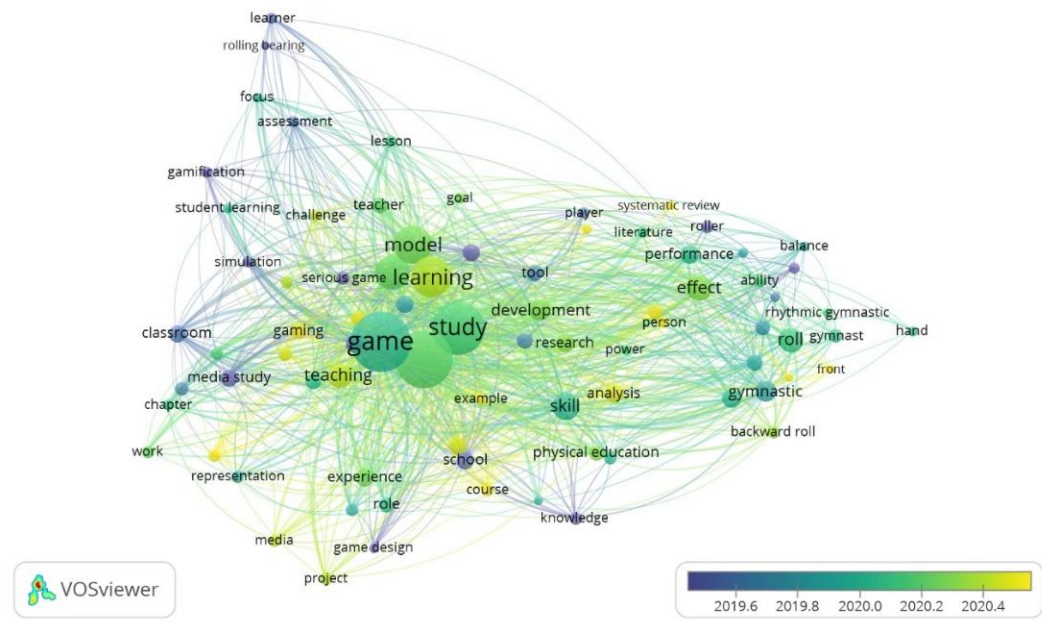
- 1) Sebagai masukan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk selalu mengadakan inovasi terhadap proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan.
- 2) Memberikan masukan untuk selalu berinovasi, membuat sarana dan prasarana yang tepat dan proposional bagi mahasiswa dalam pembelajaran.
- 3) Bagi Universitas Negeri Jakarta (UNJ), Sebagai bahan tambahan referensi dan menambah wawasan bagi yang membacanya.

E. State Of Art

Peneliti melakukan dua analisis yang berbeda, pertama adalah analisis bibliometrik yang membandingkan penelitian dengan penelitian sebelumnya tentang topik yang sama. Kedua adalah tinjauan pustaka untuk memastikan pemahaman yang padat dan luas tentang topik tersebut. Rangkuman dari kedua analisis tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

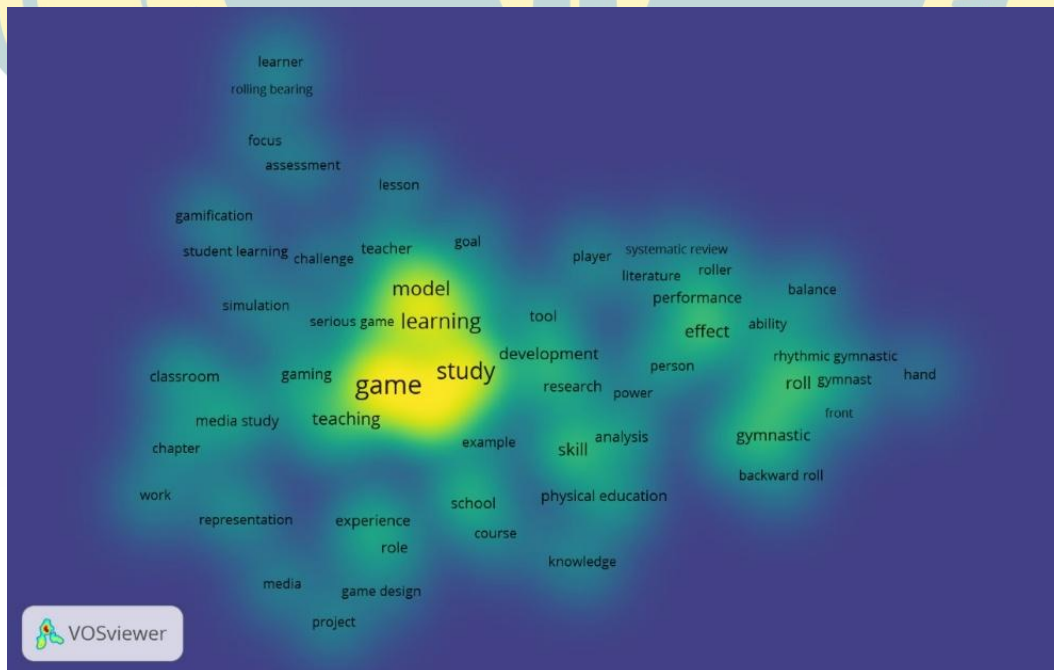
1. Analisis Bibliometrik

Peneliti telah memperoleh informasi bibliometrik dari *Scopus*, *Web of Science*, *Crossref*, *PubMed* dan *Google Scholar* sebagai database yang paling umum digunakan untuk analisis bibliometrik. Pemetaan bibliometrik yang digunakan dalam analisis ini menggunakan bantuan perangkat lunak *Publish or Perish* dan *VOSviewer*. Adapun informasi yang didapatkan adalah sebagai berikut.



Gambar 1.1 Visualisasi Keterhubungan Variabel

Berdasarkan gambar 1.1 di atas terlihat bahwa variabel rolling ke depan, dan rolling ke belakang telah dikaji oleh peneliti sebelumnya. Didukung oleh analisis visualisasi kepadatan kata kunci peneliti menggunakan perangkat lunak VOSviewer. Adapun hasilnya sebagai berikut:



Gambar 1.2 Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (Co- Occurrence)

Gambar 1.2 di atas memberikan representasi visual dari kata kunci rolling ke depan dan ke belakang. Setiap node dipelat visualisasi kepadatan kata kunci memiliki warna yang bergantung pada kepadatan item node. Dengan kata lain, warna node bergantung pada jumlah objek di lingkungan node. Kata kunci yang lebih sering muncul berada di area kuning. Di sisi lain, kata kunci lebih jarang muncul berada di area hijau (Adiyoso, 2022). Dalam hal ini rolling ke depan dan rolling ke belakang. Hal ini berarti variabel tersebut telah dikaji walaupun belum terlihat secara terintegrasi dengan mahasiswa. Berdasarkan analisis bibliometrik di atas, peneliti akan mengembangkan penelitian yang membahas tentang model pembelajaran rolling ke depan dan ke belakang. Adapun responden penelitian ini adalah mahasiswa Universitas PGRI Silampari dan mahasiswa Universitas Bina Darma.

2. Tinjauan Literatur

Tabel 1.1 Daftar Penelitian terdahulu

Nama	Tahun	Jurnal	Topik
Taufik Hidayah	2016	Jurnal of Physical Education and Sport	Pengembangan Multimedia Pembelajaran Senam Lantai Berbasis Android pada Pendidikan Jasmani di SMA
Atri Widowati dan Rasyono	2018	Jurnal Segar	Pengembangan Bahan Ajar Senam Lantai untuk Pembelajaran Senam Dasar pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi
Zulbahri	2020	Jurnal Keolahragaan Undiska	Pengembangan Media Belajar PJOK pada Materi Senam Lantai (Artistik)
Wahyu Heni Kartika	2016	Jurnal Pendidikan Jasmani	Pengembangan Pembelajaran Senam Lantai Rangkaian Sederhana Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Ngoro Kabupaten Mojokerto

Dari penelitian-penelitian yang dilampirkan di atas maka dapat diperoleh informasi sebagai berikut:

- a. Mahasiswa menyukai berbagai macam variasi belajar senam lantai yang bervariasi serta beragam.
- b. Di dalam temuan ini sangat mendukung kemajuan dalam Pelatihan senam lantai untuk membantu dalam gejala fisik dan kognitif / perilaku.
- c. Perkembangan kemampuan keterampilan senam lantai tidak terlepas dari komunikasi yang baik serta jelas dalam penyampaian seorang pendidik kepada peserta didik dalam proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan *state of the art* di atas, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa rolling ke depan dan rolling ke belakang sering digunakan pada jenjang pendidikan Sekolah Dasar namun tidak menutup kemungkinan rolling ke depan dan rolling ke belakang juga bisa diterapkan pada anak Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas dan tingkat Universitas. dengan syarat harus disesuaikan dengan karakteristik masing-masing siswa dan mahasiswa tersebut. Dengan demikian, yang menjadi kebaruan penelitian yang akan dikembangkan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

- a. Pembelajaran rolling ke depan dan rolling ke belakang yang akan dikembangkan dengan *barcode* dibuat dalam bentuk Buku Digital.
- b. Produk rolling ke depan dan rolling ke belakang ini akan dikembangkan dengan aplikasi Android sehingga menarik minat mahasiswa dalam belajar.

F. Road Map Penelitian

Tabel 1.2 Rancangan Road Map Penelitian

2020	2021	2022	2023
Pengaruh Pembelajaran Menggunakan Media Hullahop terhadap Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Pakusari (Dewi, Wawaan)	Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa Tunagrahita Ringan di SLB YKPC GBKP Alpha Omega (Julianus, Harry Pramono)	sosialisasi senam indonesia cinta tanah air (sicita) di sanggar studio segar sleman yogyakarta (fahmy fachrezzy)	Pengembangan Model Belajar Senam Lantai Menggunakan <i>Quick Response Code</i> pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pgri Silampari (Azizil)