

**PEMANFAATAN ALAT BANTU MEDIA PEMBELAJARAN
BERUPA DINDING BERLAPIS MATRAS TIPIS UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *HANDSTAND* PADA
SISWA SMA KEMURNIAN II JAKARTA BARAT**



**IREDO OKTORA
6135087717
OLAHRAGA PENDIDIKAN**

Skripsi ini Ditulis untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2014**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan di sekolah-sekolah, termasuk di SMA. Senam sangat cocok untuk pendidikan, karena senam disamping sangat bermanfaat dalam pembentukan jasmani yang baik, perkembangan rohani siswa juga akan terbentuk dengan baik. Dengan senam akan berkembang secara baik unsur-unsur seperti: daya pikir, kemauan, perasaan, pengendalian diri, rasa kerja sama, disiplin dan rasa tanggung jawab.

Namun dalam keberhasilan suatu pembelajaran senam dipengaruhi oleh metode, guru, siswa, sarana prasarana/alat yang tersedia, dan media pembelajaran. Suatu realita sehari-hari di dalam kegiatan belajar mengajar (KBM) bidang studi pendidikan jasmani berlangsung, masih banyak guru belum memberdayakan seluruh potensinya dalam mengelola pembelajaran baik dalam menguasai materi maupun dalam menggunakan alat bantu pembelajaran melainkan hanya menggunakan *talk and chalk* (berbicara dan kapur tulis), sementara materi-materi dalam pendidikan jasmani dilakukan tidak hanya di dalam ruangan saja, melainkan praktek di lapangan.

Dalam praktek di lapangan sering sekali didapati pembelajaran pendidikan jasmani yang kurang efektif dan efisien.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani ada empat komponen utama sebagai tujuan yang sangat penting dalam pengembangan program pendidikan jasmani, yakni : (1) Rangsangan pertumbuhan dan perkembangan organik, (2) Keterampilan neuromuscular motorik, (3) Perkembangan intelektual serta, (4) Perkembangan emosional.¹

Pada proses pengajaran, kebanyakan guru tidak menggunakan media atau alat bantu. Padahal jika dikaji lebih mendalam, dengan menggunakan alat bantu informasi/pesan yang akan disampaikan akan lebih mudah ditangkap dan dicerna oleh siswa sehingga proses pembelajaran lebih efektif dan efisien. Hal ini disinyalir karena tidak tersedianya alat bantu tersebut dan kurangnya kreativitas para guru. Tidak tersedianya media pembelajaran/alat bantu di sekolah menjadi salah satu faktor penyebab guru malas dan kurang kreatif dalam mengelola pembelajaran sehingga hanya bermodalkan *talk and chalk*.

Alat bantu pembelajaran adalah segala sesuatu yang digunakan orang untuk menyalurkan pesan.² Dengan begitu apabila seorang guru dapat memanfaatkan alat bantu dalam proses pembelajaran, maka kegiatan pembelajaran akan lebih efektif dan efisien. Alat bantu atau media Pembelajaran sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pembelajaran. Berkaitan dengan hal tersebut diharapkan guru dapat

¹ Harsuki, Perkembangan Olahraga Terkini (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2003), p. 52.

² Arsito Rahadi, Media Pembelajaran (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2003), p. 9 – 10.

mencari atau menciptakan media pembelajaran yang sesuai dengan situasi dan kondisi dimana ia mengajar baik kondisi siswa maupun peralatan yang tersedia sehingga pembelajaran dapat berlangsung sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai tujuan pembelajarannya.

Ini pula yang terjadi pada pembelajaran *handstand* pada senam lantai di SMA Kemurnian II Jakarta Barat. Kondisi nyata di sekolah, terdapat ruangan balai kesenian dan matras yang dapat di gunakan dalam pembelajaran senam. Namun para siswa belum bisa melakukan *handstand* dengan baik dan benar di dalam materi pelajaran senam lantai. Kondisi ini di sinyalir karna kurangnya pemahaman siswa tentang gerak dasar dalam melakukan *handstand*. Selain itu di tambah dengan kurangnya aktifnya siswa dalam pembelajaran penjas membuat siswa dan siswi SMA Kemurnian II memiliki keadaan tubuh yang cenderung *Obesitas* (memiliki bobot tubuh yang terlalu besar).

Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran *handstand* di dalam materi pelajaran senam lantai menjadi tidak efektif, dan akibatnya bahwa target kurikulum menjadi sangat rendah.

Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu solusi dengan menambahkan sebuah alat bantu media alternatif modifikatif untuk membuat siswa memahami tentang gerak dasar dalam melakukan gerakan *handstand* dengan benar dan dapat mengatasi hambatan dalam mencapai hasil belajar yang baik dalam pembelajaran senam lantai.

Alat bantu tersebut harus bisa memacu motivasi dan bisa mengatasi rasa takut dan dapat memberikan pesan ke pada siswa dalam pembelajaran gerak dasar handstand pada pembelajaran senam lantai.

Dinding pada ruangan balai kesenian yang di tambahkan dengan matras tipis bisa di jadikan sebagai alat bantu untuk belajar handstand dalam pembelajaran senam lantai. Dari segi bentuk dan fungsi; dinding berfungsi sebagai penahan tubuh siswa dalam melakukan gerakan handstand dan matras tipis yang di lapisi pada dinding berfungsi sebagai peredam benturan sehingga siswa tidak langsung mengalami benturan dalam melakukan gerakan handstand di dinding dan memberikan rasa aman dan nyaman pada siswa dalam melakukan handstand.

Dari permasalahan tersebut maka penulis mencoba meneliti Tentang “Pemanfaatan Alat Bantu Media Pembelajaran Berupa Dinding Berlapis Matras Tipis Untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Handstand* “

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah tersebut di atas muncul berbagai masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Bagaimanakah pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar *handstand* pada siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat?
2. Faktor apa sajakah yang menentukan hasil belajar *handstand* siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat?
3. Perlukah keterpaduan sistem pengajaran dengan memanfaatkan alat bantu media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar *handstand*?
4. Apakah tanpa menggunakan dinding berlapis matras tipis merupakan kendala bagi siswa tingkat SMA belajar *handstand*?
5. Apakah pemanfaatan alat bantu media pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *handstand* pada siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari meluasnya masalah dalam penelitian ini, perlu diadakan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih mendalam pengkajiannya. Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka penelitian ini dibatasi dalam hal pemanfaatan alat bantu

media pembelajaran berupa dinding berlapis matras tipis terhadap hasil belajar *handstand* pada siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, indentifikasi masalah, serta pembatasan masalah yang telah di uraikan, maka masalah dalam penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut : Apakah penggunaan alat bantu media pembelajaran berupa dinding berlapis matras tipis dapat meningkatkan hasil belajar *handstand* pada siswa SMA Kemurnian II Jakarta barat

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengkaji alat bantu media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar *handstand* pada siswa SMA kemurnian II Jakarta Barat.
2. Meningkatkan keterampilan siswa dan guru dalam mempraktikan *handstand* dengan baik dan benar.
3. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam memilih dan menentukan alat bantu media dalam pembelajaran.
4. Memberikan kemudahan bagi siswa dan guru dalam menjalankan proses belajar mengajar *handstand*.

5. Untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat dalam melakukan *handstand*.

F. Manfaat Penelitian:

1. Bagi siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat :
 - A. Dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar
 - B. Dapat meningkatkan makna pembelajaran
 - C. Dapat meningkatkan kemampuan *handstand*
 - D. Dapat meningkatkan suasana belajar yang menyenangkan.
2. Bagi guru :
 - A. Selain menambah pengalaman dalam penggunaan alat bantu media belajar yang dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran.
 - B. Menjadi inspirasi pengetahuan untuk menemukan alat bantu media yang lainnya dalam cabang pendidikan jasmani yang lain.
 - C. Dapat meningkatkan minat untuk melakukan penelitian.
3. Bagi sekolah :
 - A. Adanya peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.

- B. Dapat meningkatkan prestasi sekolah terutama pada bidang olahraga senam lantai.
 - C. Dapat dijadikan gambaran untuk mengambil keputusan dalam peningkatan mutu hasil belajar olahraga.
4. Bagi guru lain :
- A. Dapat menimbulkan minat dan motivasi guru untuk melakukan penelitian tindakan kelas dalam rangka meningkatkan profesionalisme dan KBM.
 - B. Dapat memperbaiki proses pembelajaran khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani untuk materi senam lantai.
 - C. Dapat dijadikan landasan dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya senam lantai.