

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan berfungsi sebagai wadah pembelajaran dan pembentukan karakter bagi para siswa. Melalui pendidikan, kualitas sumber daya manusia Indonesia dapat ditingkatkan, sehingga mendorong kemajuan bangsa dan menumbuhkan tenaga kerja yang cerdas dan kompetitif—yang mampu bersaing dengan negara-negara maju di tingkat global. Dalam konteks pendidikan, pengembangan sumber daya manusia dapat dicapai, antara lain, melalui Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJOK). Peraturan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (mengacu pada Pasal 37 Undang-Undang Tahun 2018) menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan untuk menumbuhkan siswa yang sehat secara fisik dan mental sekaligus menanamkan sportivitas sejak dini.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan berfungsi sebagai sarana untuk menumbuhkan kekuatan fisik, perkembangan psikologis, pengetahuan dan kemampuan berpikir, internalisasi sikap mental—termasuk sportivitas, nilai-nilai sosial, dan spiritualitas—serta penerapan gaya hidup sehat; unsur-unsur ini mengembangkan keterampilan motorik dan pada akhirnya mengarah pada keseimbangan antara aspek fisik dan psikologis dalam proses pembelajaran.

Belajar adalah suatu proses yang melibatkan interaksi—baik antara siswa dan guru maupun di antara sesama siswa—yang idealnya menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap materi yang dibahas dalam situasi pembelajaran. Dalam proses pembelajaran di sekolah, berbagai komponen—baik eksternal maupun internal—berkontribusi terhadap pencapaian hasil belajar. Selain itu, penggunaan model pembelajaran yang tepat oleh guru secara signifikan memengaruhi pencapaian hasil belajar yang diharapkan. Penerapan model pembelajaran yang sesuai dan inovatif membantu

menciptakan lingkungan dan suasana belajar yang kondusif. Sebuah fase pembelajaran dianggap berhasil ketika terjadi perubahan yang dapat diamati pada siswa, seperti peningkatan pengetahuan dan keterampilan mereka. Oleh karena itu, pendidik diharapkan memilih model yang selaras dengan kebutuhan spesifik pelajaran, sehingga mencegah siswa mudah kehilangan minat atau merasa bosan selama proses pembelajaran.

Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) mencakup senam lantai, suatu mata pelajaran yang dirancang untuk mengembangkan aspek fisik dan mental siswa. Metode pengajaran yang efektif, efisien, menyenangkan, dan aman sangat penting dalam mengajarkan senam lantai, sehingga siswa dapat berhasil mengembangkan kepribadian dan kebugaran fisik mereka melalui kegiatan tersebut. Salah satu komponen senam lantai adalah penguasaan teknik berguling.

Teknik berguling dasar merupakan salah satu keterampilan dasar senam lantai yang diajarkan di SMP Negeri 6 Singaraja. Teknik ini dikategorikan menjadi dua jenis: berguling ke depan dan berguling ke belakang. Berguling ke depan melibatkan gerakan berguling ke arah depan. Benda dapat berguling karena bentuknya yang bulat; oleh karena itu, saat melakukan berguling ke depan, tubuh harus dibentuk menjadi bulat (Suyati, 1992:424). Guling ke belakang adalah rangkaian gerakan tubuh yang melibatkan gerakan berguling ke belakang, dimulai dari punggung bawah dan pinggang, lalu berlanjut hingga ke bagian belakang leher (Suyati, 1992:428).

Sebuah studi kasus sebelumnya yang dilakukan oleh Sugihartono (2019) menunjukkan bahwa penerapan model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) dalam pengajaran senam ritmik Poco-Poco secara efektif merangsang pembelajaran gerakan secara mandiri dan pemecahan masalah secara kolaboratif, sehingga menghasilkan tingkat penguasaan keterampilan gerakan Poco-Poco sebesar 87%. Penggunaan model PBL yang dibantu video terbukti meningkatkan hasil belajar dan keterlibatan siswa dalam pelajaran senam ritmik Poco-Poco (Sugihartono, 2019). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukarini (2020), yang menunjukkan bahwa penerapan

model PBL berbantuan video dalam pelajaran Pendidikan Jasmani (PJOK) meningkatkan hasil belajar siswa Kelas VIII-2 di SMP Negeri 6 Singaraja dengan ketuntasan belajar peserta didik pada siklus II mencapai 100%. Respon murid sangat positif terhadap penerapan model pembelajaran PBL berbantuan video, karena murid dapat berpartisipasi secara aktif dan suasana belajar sangat menyenangkan (Sukarini, 2020).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada tanggal 5 April 2026 terkait kurikulum Kelas VIII-2 di SMP Negeri 6 Singaraja, peneliti bermaksud menerapkan model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang dibantu video dengan fokus pada keterampilan atletik tertentu: teknik berguling dasar. Inisiatif ini berangkat dari pengamatan bahwa guru sedang mengajarkan teknik berguling dasar, namun hasil belajar siswa Kelas VIII-2 menunjukkan kurangnya penguasaan yang signifikan. Dari 37 siswa di kelas tersebut, hanya 17 (30%) yang mencapai penguasaan, sedangkan 20 (70%) lainnya tidak. Wawancara dengan guru Pendidikan Jasmani, Bapak I Kadek Yusdika, S.Pd., mengungkapkan hal-hal berikut: 1) Model pengajaran yang digunakan tidak selaras dengan kondisi kelas yang sebenarnya maupun kebutuhan siswa; 2) pengembangan minat dan bakat siswa selama proses pembelajaran masih kurang; 3) siswa kurang terlibat secara aktif—seperti memperhatikan dan mendengarkan penjelasan guru; dan 4) siswa kesulitan memahami dan mengingat materi yang diajarkan. Dapat disimpulkan bahwa rendahnya tingkat keterlibatan siswa dan hasil belajar yang kurang memuaskan disebabkan oleh beberapa faktor. Secara khusus, kegagalan dalam mencapai penguasaan materi disebabkan oleh masalah yang muncul selama instruksi langsung, di mana siswa tampak kurang antusias saat guru menyampaikan pelajaran di dalam kelas atau di lapangan. Proses pembelajaran kurang melibatkan partisipasi aktif karena siswa jarang diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, menanggapi, atau mengungkapkan pendapat mereka; mereka sering kali kurang percaya diri terhadap kemampuan mereka sendiri, sehingga menimbulkan sikap pasif di dalam kelas, yang berujung pada prestasi akademik yang rendah dan kegagalan dalam memenuhi kriteria pembelajaran minimum. Selain itu, kurangnya variasi dan inovasi dalam model pengajaran

turut menyebabkan banyak siswa meraih hasil yang buruk dan gagal mencapai standar pembelajaran yang disyaratkan. Dalam keadaan seperti ini, inovasi dalam manajemen kelas—khususnya terkait model pengajaran dan variasi metode penyampaian pembelajaran—sangat penting untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Model pengajaran yang tepat dapat meningkatkan prestasi siswa. Salah satu alternatif yang tampaknya dapat mengatasi masalah ini adalah model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang dibantu video. Model ini merangsang berbagai atribut siswa—seperti keterampilan, penalaran, dan pemahaman terhadap materi—sehingga meningkatkan hasil belajar dalam mata pelajaran senam lantai. Dengan mengintegrasikan unsur-unsur auditori, motorik, dan visual ke dalam media pengajaran, model ini bertujuan untuk meningkatkan prestasi belajar dan memastikan siswa memenuhi standar penguasaan minimum yang disyaratkan.

Menurut Trianto (2007:62), kegiatan pembelajaran yang menekankan strategi berpikir kolaboratif—seperti yang memanfaatkan sistem penomoran—berfungsi untuk mengubah pola interaksi yang lazim terjadi di ruang kelas tradisional dan menawarkan alternatif baru. Model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang didukung video merupakan metode pengajaran yang mampu mendorong partisipasi aktif siswa, merangsang kreativitas, dan menumbuhkan kemandirian baik selama kegiatan di kelas maupun di lapangan, sehingga meningkatkan pemahaman yang komprehensif terhadap materi dan konsep pelajaran.

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut topik ini dengan judul: “Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Masalah yang Didukung Video untuk Meningkatkan Hasil Belajar dalam Teknik Berguling Latihan Lantai Dasar bagi Siswa Kelas VIII-2 SMP Negeri 6 Singaraja, Tahun Ajaran 2025/2026.”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan selama pelajaran Pendidikan

Jasmani (PJOK) mengenai gerakan berguling ke depan dan ke belakang dalam senam lantai bersama siswa Kelas VIII-2 di SMP Negeri 6 Singaraja pada tahun ajaran 2025/2026, teridentifikasi beberapa temuan:

- a. Hasil belajar siswa Kelas VIII-2 di SMP Negeri 6 Singaraja terkait teknik dasar berguling di lantai masih rendah, dengan mayoritas siswa belum memenuhi Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP).
- b. Aktivitas belajar siswa selama pelajaran PJOK—khususnya terkait teknik dasar berguling—masih rendah, yang ditandai dengan kurangnya partisipasi aktif, perhatian, dan kepercayaan diri selama proses pembelajaran.
- c. Model pembelajaran yang digunakan oleh guru PJOK kurang bervariasi dan tidak sepenuhnya selaras dengan karakteristik siswa maupun persyaratan pembelajaran aktif.
- d. Siswa mengalami kesulitan dalam memahami dan melaksanakan teknik berguling dasar karena kurangnya media pembelajaran yang menarik yang dapat membantu memvisualisasikan gerakan-gerakan tersebut.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi sebagai berikut:

- a. Penelitian ini terbatas pada penerapan model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang dibantu oleh video dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).
- b. Penelitian ini hanya berfokus pada peningkatan hasil belajar terkait teknik berguling dasar dalam senam lantai.
- c. Subjek penelitian terbatas pada siswa kelas VIII (kelas VIII-2) di SMP Negeri 6 Singaraja pada tahun ajaran 2025/2026.
- d. Aspek hasil belajar yang diteliti terbatas pada domain psikomotorik, kognitif, dan afektif, sesuai dengan indikator penilaian PJOK.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, pertanyaan penelitian yang akan dijawab adalah: Bagaimana hasil belajar Pendidikan Jasmani (PJOK)

terkait teknik dasar berguling dalam senam lantai di kalangan siswa Kelas VIII-2 SMPN 6 Singaraja pada tahun ajaran 2025–2026 ketika menggunakan pendekatan Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang dibantu video? Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hasil belajar yang dicapai dengan menggunakan model PBL berbantuan video untuk meningkatkan penguasaan teknik berguling dasar dalam senam lantai di kalangan siswa Kelas VIII-2 SMP Negeri 6 Singaraja pada tahun ajaran 2025–2026.

### 1.5 Manfaat Hasil Penelitian

**Manfaat yang diperoleh dari pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:**

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat berfungsi sebagai solusi untuk mengatasi masalah serupa yang dihadapi di lapangan oleh pendidik Pendidikan Jasmani (PJOK), khususnya terkait pengajaran teknik berguling dasar dalam senam lantai.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat menumbuhkan antusiasme dan motivasi belajar, serta memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna, sehingga meningkatkan hasil belajar dalam teknik berguling ke depan dan ke belakang dasar.

b. Bagi Guru

c. Penelitian ini memperluas jangkauan sumber daya pengajaran dan memperkenalkan metode-metode baru yang dapat dicoba bersama siswa untuk materi pelajaran serupa.

d. Bagi Peneliti

Hal ini memberikan pengalaman dalam mengelola dinamika proses pembelajaran dan memperluas pemahaman peneliti mengenai model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) yang dibantu video untuk meningkatkan pengajaran senam lantai.

e. Bagi Sekolah

Hal ini membantu sekolah dalam meningkatkan pemberdayaan siswa, kompetensi, serta kualitas proses dan hasil pembelajaran, sekaligus mempersiapkan siswa untuk keterlibatan di masyarakat di masa depan atau untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

