

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Senam lantai atau gimnastik merupakan jenis olahraga yang sering dilakukan oleh masyarakat dan telah diperkenalkan sejak masa usia sekolah dasar. Senam lantai adalah salah satu olahraga yang mudah dilakukan dan dapat dilakukan dimana saja. Olahraga ini tidak membutuhkan peralatan banyak, hanya membutuhkan matras dan juga dinding senam lantai. Senam lantai dapat menjaga kesehatan tubuh dan pikiran seseorang, karena melibatkan kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan kesadaran untuk melakukannya. Olahraga ini dianjurkan untuk dilakukan sehari-hari baik pada usia muda sampai tua, dan baik laki-laki dan perempuan.

Senam lantai merupakan salah satu rumpun senam yang berfokus pada gerakan di lantai. Lantai atau matras menjadi alat utama yang digunakan dalam senam lantai (Muhajir, 2014: 197). Senam lantai termasuk ke dalam kelompok senam artistik, yang merupakan penggabungan antara aspek *tumbling* dan *acrobatic* untuk mendapatkan efek-efek artistik dengan menggunakan alat-alat khusus. Efek artistik senam lantai dihasilkan dari besaran (amplitudo) gerakan dan kesempurnaan gerak tubuh ketika melakukan berbagai posisi (Prasetyo & Sunarti, 2016: 6). Seseorang individu harus membutuhkan proses belajar dan latihan untuk dapat menguasai kesempurnaan gerak pada senam lantai.

Materi senam lantai ini telah diberikan pada tingkat sekolah dasar yang menjadi materi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Ketertarikan peneliti terhadap materi senam lantai muncul karena

beberapa hasil observasi yang dilakukan di SDN 3 Kampung Baru. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di SDN 3 Kampung Baru, didapatkan bahwa sebagian besar peserta didik kelas V menganggap aktivitas senam lantai merupakan olahraga yang sulit. Peserta didik menyebutkan bahwa peserta didik merasa kesulitan dalam melakukan senam lantai. Peneliti menemukan bahwa kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan berguling ke depan dan berguling ke belakang belum seperti yang diharapkan. Selain itu, kesulitan tersebut dibuktikan dengan peserta didik cenderung takut dan tidak percaya diri untuk melakukan gerakan senam lantai. Hal tersebut berdampak peserta didik sering mengeluh nyeri pada leher, merasa kepala pusing, dan pandangan berkunang-kunang setelah melakukan gerakan-gerakan pada senam lantai. Peneliti meyakini bahwa penyebab kesulitan peserta didik dalam melakukan gerakan pada senam lantai karena peserta didik melakukan gerakan yang tidak sesuai dengan teknik dasar. Pada saat melakukan gerakan senam lantai guling depan, dagu tidak ditempelkan pada dada, mengguling dengan menggunakan kepala yang tegak, dan posisi tangan yang salah saat mempraktekkan gerakan guling depan, terutama saat menumpu badan.

Materi senam lantai dalam kurikulum mata pelajaran PJOK yang mencakup berbagai gerakan dasar. Materi tersebut diharapkan dapat mempengaruhi perkembangan psikomotor peserta didik secara keseluruhan, mulai morfofungsional, motorik, psikologis, sampai musikal. Sangat penting dalam memonitor indikator kebugaran fisik yang komprehensif, ditargetkan, dan spesifik selama proses pembelajaran senam secara sistematis. Terdapat hubungan yang kuat antara keterampilan senam, kebugaran, dan peningkatan kemampuan motorik

dalam melakukan senam (Halilaj *et al.*, 2018: 827). Dapat diartikan bahwa keberhasilan peserta didik menguasai gerakan senam lantai dapat dilihat berdasarkan pembelajaran yang diberikan.

Terdapat berbagai macam model pembelajaran yang telah diterapkan pada peserta didik di Indonesia. Berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kondisi kegiatan pembelajaran di kelas, rendahnya kemampuan keterampilan berpikir dan pembelajaran yang bermakna menjadi faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran (Sari dkk., 2016: 54). Tujuan yang ingin dicapai dari model pembelajaran adalah: (1) Meningkatkan minat peserta didik pada kegiatan olahraga agar mengikuti kegiatan secara sukarela; (2) Mengembangkan pemahaman, kemampuan strategis, dan keterampilan dalam olahraga; dan (3) Meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap lingkungan olahraga dan etika berperilaku dalam olahraga. Proses pembelajaran yang baik dapat meningkatkan kebugaran jasmani, kerjasama, keterampilan dan sikap bersaing yang sangat penting sebagai nilai-nilai yang harus ditanamkan (Bukhari dkk., 2019: 2).

Keberhasilan kegiatan pembelajaran PJOK dapat diukur dari hasil belajar peserta didik yang mengikuti pembelajaran tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman dan penguasaan materi. Rendahnya hasil belajar PJOK bergantung pada proses pembelajaran yang dihadapi oleh peserta didik (Prasetyo & Sunarti, 2016: 6). Idealnya hasil dari pembelajaran PJOK yang baik tidak lepas dari peranan guru dalam mengajar. Guru hendaknya mempersiapkan strategi dan metode mengajar yang tepat disesuaikan dengan kemampuan peserta didik. Pembelajaran yang ideal dilakukan dengan adanya timbal balik antara guru dan peserta didik, peserta didik dapat memahami materi yang diberikan oleh

guru, dan dapat melakukan dengan tekun dari hasil belajarnya, selain itu peserta didik dapat bertukar ilmu dengan peserta didik lain, sehingga mendapatkan pembelajaran yang diinginkan (Mislan & Santoso, 2019: 12).

Peneliti melakukan pengamatan di SDN 3 Kampung Baru terhadap model pembelajaran yang diterapkan dalam pembelajaran senam lantai di kelas. Model pembelajaran yang dilakukan oleh guru dalam pembelajaran senam lantai adalah model pembelajaran konvensional. Model pembelajaran yang diterapkan berfokus pada metode ceramah, praktik, dan tanya jawab kepada peserta didik. Dalam penyampaian materi komunikasi yang terjadi hanya satu arah sehingga interaksi antara guru dan peserta didik menjadi kurang. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK menyebutkan bahwa peserta didik merasa kurang tertarik, takut, ataupun cepat merasa bosan dengan materi senam lantai yang telah disampaikan oleh guru tersebut. Hasil pengamatan tersebut sejalan dengan temuan Wandu Suhendra dan Boyke Adam (2013), menyebutkan bahwa hasil belajar peserta didik kelas V untuk melakukan senam lantai dengan benar sangatlah kurang, hal ini disebabkan karena teknik yang dimiliki peserta didik masih sangat rendah. Peneliti menilai bahwa model pembelajaran tersebut terkesan membosankan, yang dapat mempengaruhi minat dan hasil belajar senam lantai peserta didik. Menurut Martina Dewi Lengo dan Jolis Joskar Anderias Djam (2019: 91), kendala yang dihadapi guru PJOK adalah pola pikir dan cara mengajar yang masih berpusat pada guru, sehingga menyebabkan tertutupnya ruang bagi peserta didik untuk mengembangkan cara berpikir kreatif, dan mengakibatkan peserta didik pasif, bahkan kegiatan pembelajaran menjadi tidak kondusif dan efektif, dan peserta didik tidak kritis dalam menyelesaikan suatu masalah.

Berdasarkan hasil pengamatan tersebut, peneliti memiliki solusi yang dapat memecahkan permasalahan tersebut dengan memberikan model pembelajaran yang dapat meningkatkan minat dan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran senam lantai, yaitu dengan model pembelajaran *problem based learning* (PBL). PBL adalah model pembelajaran yang dibentuk berdasarkan pada penelitian John Dewey, yang menerapkan demokrasi dan pendidikan peserta didik. Dewey menggambarkan suatu pandangan tentang pendidikan yang mana sekolah seharusnya mencerminkan masyarakat yang lebih besar dan kelas merupakan laboratorium untuk memecahkan masalah kehidupan yang nyata. Model pembelajaran PBL mendorong guru untuk memotivasi peserta didik terlibat dalam proyek atau tugas berorientasi masalah dan membantu peserta didik untuk menyelidiki masalah-masalah yang didiskusikan, berdasarkan aspek intelektual dan sosial (Wijaya dkk., 2015: 6).

Model pembelajaran PBL merupakan model pembelajaran yang dasar filosofinya adalah konstruktivisme, yakni pengetahuan yang berkembang melalui pengalaman. Pengalaman yang diperoleh melalui memainkan peran sentral dalam proses pembelajaran dan perspektif pembelajaran ini disebut "*experiential learning*" atau "*learning by doing*". PBL merupakan metode pembelajaran inovatif yang pada awalnya dirancang untuk menanggapi kritik bahwa metode pembelajaran tradisional terhadap gagal mempersiapkan mahasiswa didik kedokteran untuk memecahkan masalah dalam pengaturan klinis. PBL berasal dari teori yang menyarankan bahwa untuk perolehan pengetahuan yang efektif, peserta didik perlu dirangsang untuk menyusun kembali informasi yang telah mereka ketahui dalam konteks yang realistis, untuk mendapatkan pengetahuan

baru, dan kemudian menguraikan informasi baru yang telah mereka pelajari (Konstantaki, 2015: 8).

Model pembelajaran PBL merupakan strategi pembelajaran terbaik untuk meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan didukung oleh bukti dari studi yang empiris/ilmiah (Hussin *et al.*, 2018: 15). PBL pada hakekatnya adalah menyajikan kepada peserta didik situasi masalah yang otentik dan bermakna yang dapat memberikan kemudahan kepada mereka untuk melakukan penyelidikan dan inquiri. Dalam model pembelajaran PBL, peserta didik menggunakan cenderung menggunakan kecerdasan intelektual atau pola berpikir ilmiah. Kecerdasan intelektual meliputi penalaran ilmiah, berpikir logis, dan penalaran induktif/deduktif (Wijaya dkk., 2015: 4). Akan tetapi, model pembelajaran yang diberikan guru akan juga dipengaruhi minat belajar peserta didik.

Minat belajar adalah salah satu faktor yang mempengaruhi peserta didik dalam mengikuti model pembelajaran terhadap materi yang diberikan. Karakteristik utama aspek minat individu dapat dilihat dari individu melakukan kegiatan yang dipilih sendiri dan menimbulkan perasaan senang dan termotivasi, sehingga minat dapat membentuk kebiasaan dalam diri individu. Minat merupakan suatu rasa yang lebih dan perasaan keterikatan pada suatu hal maupun aktivitas, tanpa ada seseorang yang menyuruh atau memaksa. Aspek minat pada dasarnya merupakan penerimaan terhadap suatu hubungan antara diri individu sendiri dengan sesuatu di luar diri individu. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, maka semakin meningkat minat yang dimiliki (Nuryanto & Resita, 2019: 2). Minat dan motivasi individu memiliki hubungan dari segi kognitif, tetapi minat lebih menekankan pada perilaku individu. Aspek kognitif berdasarkan

konsep atau pengetahuan peserta didik yang berkembang, mengenai bidang yang diminati. Minat sering diartikan sebagai kehendak, keinginan atau kesukaan individu, yang berbeda antara individu satu dengan yang lain, serta berhubungan dengan pemilihan sikap individu dalam kehidupannya. Minat merupakan dasar bagi individu untuk mengembangkan prasangka, dan minat berperan penting dalam mengambil keputusan. Minat menyebabkan individu tekun dalam melakukan sesuatu yang menarik perhatiannya (Wijaya dkk., 2015: 4).

Minat belajar dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi, dan menurunkan kebosanan peserta didik dalam proses pembelajaran, sehingga memperkuat pemahaman mengenai suatu materi. Tidak seperti motivasi belajar yang berpusat pada kognisi, minat belajar peserta didik mencakup komponen afektif (Roure, *et al.*, 2019: 2). Minat belajar merupakan kesadaran belajar peserta didik dilakukan atas kemauan sendiri (sukarela) dan melakukan usaha belajar dengan sungguh-sungguh. Semakin dekat peserta didik dengan belajar. Peserta didik yang mempunyai minat tinggi dalam proses pembelajaran, maka peserta didik dapat mempelajari pembelajaran tersebut yang dilakukan secara sungguh-sungguh, sehingga dapat menurunkan kesulitan dalam proses pembelajaran yang dihadapi peserta didik (Wati & Muhsin, 2019: 801).

Berdasarkan penelusuran permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh model pembelajaran terhadap hasil belajar senam lantai ditinjau dari minat belajar peserta didik” yang dilakukan pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru. Peneliti merasa terdorong melakukan penelitian dengan judul tersebut dengan melihat bahwa terdapat suatu cara meningkatkan hasil belajar senam lantai peserta didik. Peneliti berharap

penelitian ini dapat membawa perubahan pada pembelajaran PJOK ke arah yang lebih baik.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Sebagian besar peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru menganggap aktivitas senam lantai merupakan olahraga yang sulit.
2. Peserta didik kesulitan cenderung takut dan tidak percaya diri untuk melakukan gerakan senam lantai.
3. Kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan berguling kedepan dan berguling ke belakang belum seperti yang diharapkan.
4. Peserta didik mengalami nyeri leher, kepala pusing, dan pandangan berkunang-kunang setelah melakukan gerakan-gerakan pada senam lantai.
5. Model pembelajaran yang dilakukan oleh guru dalam pembelajaran senam lantai adalah model pembelajaran yang konvensional (metode ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab kepada peserta didik).
6. Materi disampaikan hanya satu arah sehingga interaksi antara guru dan peserta didik menjadi kurang.
7. Model pembelajaran yang diberikan dalam menyampaikan mata pelajaran terkesan membosankan. Peserta didik merasa kurang tertarik, takut, ataupun cepat merasa bosan dengan materi senam lantai yang telah disampaikan oleh guru

8. Model pembelajaran konvensional dapat mempengaruhi minat dan hasil belajar senam lantai peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Masalah utama yang diangkat dalam penelitian ini adalah mengenai pengaruh model pembelajaran terhadap hasil belajar senam lantai ditinjau dari minat belajar peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru Singaraja. Mekanisme pelaksanaan penelitian ditinjau sebagai berikut:

1. Subjek penelitian ini terbatas pada peserta didik kelas V di SDN 3 Kampung Baru.
2. Model pembelajaran yang diteliti adalah model pembelajaran PBL yang dibandingkan dengan model pembelajaran konvensional.
3. Hasil akhir penelitian ini adalah hasil belajar senam lantai, yang terbatas pada materi gerakan berguling ke depan dan berguling ke belakang.
4. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan hasil belajar senam lantai antara peserta didik dengan minat belajar rendah dan minat belajar tinggi.
5. Penelitian ini menentukan interaksi model pembelajaran PBL dan minat belajar terhadap hasil belajar senam lantai pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru, Singaraja.

## **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya :

- 1.4.1 Apakah terdapat perbedaan hasil belajar senam lantai antara peserta didik yang mengikuti model pembelajaran PBL dan model pembelajaran konvensional pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru?
- 1.4.2 Apakah terdapat pengaruh interaksi antara model pembelajaran dan minat belajar terhadap hasil belajar senam lantai pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru?
- 1.4.3 Pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru dengan minat belajar tinggi, apakah terdapat perbedaan hasil belajar senam lantai antara yang mengikuti model pembelajaran PBL dan yang mengikuti model pembelajaran konvensional?
- 1.4.4 Pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru dengan minat belajar rendah, apakah terdapat perbedaan hasil belajar senam lantai antara yang mengikuti model pembelajaran PBL dan yang mengikuti model pembelajaran konvensional?

## **1.5 Tujuan Penelitian**

### **1.5.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah mengetahui perbedaan pengaruh model pembelajaran yang ditinjau dari minat belajar terhadap hasil belajar senam lantai peserta didik.

### **1.5.2 Tujuan Khusus**

Tujuan yang ini dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Mengetahui perbedaan hasil belajar senam lantai antara peserta didik yang mengikuti model pembelajaran PBL dan model pembelajaran konvensional pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru.
2. Mengetahui pengaruh interaksi antara model pembelajaran dan minat belajar terhadap hasil belajar senam lantai pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru.
3. Mengetahui perbedaan hasil belajar senam lantai antara yang mengikuti model pembelajaran PBL dan yang mengikuti model pembelajaran konvensional pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru dengan minat belajar tinggi.
4. Mengetahui perbedaan hasil belajar senam lantai antara yang mengikuti model pembelajaran PBL dan yang mengikuti model pembelajaran konvensional pada peserta didik kelas V SDN 3 Kampung Baru dengan minat belajar rendah.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi dalam bidang ilmu pengetahuan, terutama bidang keilmuan pendidikan. Hasil yang didapat dalam penelitian ini dapat menjadi

keterbaruan pengetahuan dalam perkembangan model pembelajaran PJOK di Indonesia. Hasil yang didapatkan merupakan pengaruh model pembelajaran PBL terhadap hasil belajar senam lantai pada peserta didik tingkat sekolah dasar.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis yang dapat diambil dalam penelitian ini, yaitu:

#### **1. Manfaat untuk peserta didik**

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman serta membantu peserta didik dalam meningkatkan hasil belajar teknik dasar senam lantai melalui model pembelajaran PBL. Selain itu, penelitian bermanfaat dalam mengembangkan perilaku positif, seperti menghargai orang lain, percaya diri, bertanggung jawab, dan memiliki minat belajar yang tinggi sesuai dengan manfaat model pembelajaran PBL.

#### **2. Manfaat untuk guru pengajar PJOK**

Penelitian ini bermanfaat dalam melakukan model pembelajaran PBL dalam pembelajaran PJOK. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan dalam merencanakan dan menyusun pembelajaran senam lantai dalam mata pelajaran PJOK, sehingga dapat berfungsi sebagai pedoman dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran dapat berjalan efektif dan menyenangkan bagi peserta didik.

#### **3. Manfaat untuk SDN 3 Kampung Baru Singaraja**

Hasil penelitian ini berperan kepada pihak sekolah sebagai bahan referensi, diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk perbaikan pembelajaran, dan peningkatan desain pembelajaran sesuai dengan harapan dalam rangka meningkatkan kualitas proses pembelajaran PJOK di sekolah.

4. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian tentang pengaruh model pembelajaran PBL dalam upaya meningkatkan hasil belajar senam lantai yang ditinjau dari minat belajar peserta didik. Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai acuan dan pertimbangan untuk melakukan penelitian-penelitian selanjutnya.

