

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI DI SEKOLAH
DASAR NEGERI 07 SUNGAYANG KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

METRA ELIZA
NIM. 92525

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2010**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar**

Nama : Metra Eliza

BP/NIM : 92525

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Keolahragaan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2010

Disetujui :

Pembimbing I

Pembimbing II

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olah Raga

Drs. Hendri Naldi, M.Kes. AIFO
NIP. 19620205 198723 1 002

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI DI SEKOLAH DASAR NEGERI 07 SUNGAYANG KABUPATEN TANAH DATAR

Nama : Metra Eliza
BP/NIM : 92525
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Keolahragaan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2010

Tim Penguji :

Ketua	:	1.	1. _____
Sekretaris	:	2.	2. _____
Anggota	:	3.	3. _____
	:	4.	4. _____
	:	5.	5. _____

ABSTRAK

Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.

Oleh: Metra Eliza/2011

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan tentang Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas IV dan kelas V Sekolah Dasar Kenagarian Sungayang Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi penelitian yaitu 30 orang, pengambilan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan angket berskala *Likert*, sedangkan teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif.

Hasil analisis data terhadap masing-masing variabel didapat kesimpulan bahwa :

1. Tingkat capaian motivasi siswa dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasi Cukup, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 60,44 %.
2. Tingkat capaian peran guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasi Cukup, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 42,66 %.
3. Tingkat capaian Sarana dan Prasarana dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasikan Kurang, yaitu dengan tingkat capaian sebesar 36,66%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket di SD Negeri Gugus 04 Kec. Lima Kaum Kab. Tanah Datar”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Syahril Bactiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Pembimbing I dan Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Desember 2010

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian	5

BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	7
1. Senam Lantai.....	7
2. Motivasi Siswa.....	8
3. Peran guru pendidikan jasmani	11
4. Sarana dan Prasarana.....	19
B. Kerangka Konseptual	21
C. Pertanyaan Penelitian	22

BAB III. METODE PENULISAN

A. Jenis Penelitian.....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	24
D. Jenis dan Sumber Data	25
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	26
F. Teknik Analisis Data.....	26

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	27
B. Deskripsi Data.....	27
C. Pembahasan.....	31

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	38

DAFTAR PUSTAKA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu mempunyai hak untuk mengeyam pendidikan demi meningkatkan kualitas diri dan memiliki hidup yang baik. Usaha yang dilakukan oleh pemerintah di bidang pendidikan selalu berkesinambungan, berkembang dan mengalami perubahan menuju kepada tujuan pendidikan nasional yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya untuk mewujudkan pembangunan nasional di bidang pendidikan tersebut pemerintah telah mengeluarkan undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang system pendidikan nasional yang bertujuan sebagai berikut:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa berakhlak mulia sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi manusia yang bertanggung jawab.

Sehubungan hal di atas terbukti, disepanjang sejarah kehidupan manusia pendidikan merupakan salah satu aspek yang senantiasa dibutuhkan dalam memenuhi hajat hidup sebagai makhluk yang berakal, berpribadi dan makhluk social. Pentingnya pendidikan bagi masyarakat sehingga pemerintah berusaha memberikan kesempatan kepada seluruh warga untuk mendapatkan pendidikan dan pengajaran.

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian dari pendidikan nasional yang mengutamakan aktivitas jasmani. Suparman (1995:5) mengemukakan

“bidang studi pendidikan jasmani adalah suatu bagian pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani, pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani baik mental, sosial serta emosional yang serasi selaras dan seimbang. Menurut C.A Bucher dalam Sukintaka (2004:16) juga memberi batasan terhadap pendidikan jasmani yaitu “pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan totalitas yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kesegaran jasmani, mental, serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani”. Pendapat tentang teori pendidikan jasmani ini lebih diperkuat oleh Annarino dalam Sukintaka (2004:16) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani yang telah dirumuskan dalam ranah fisik psikomotorik afektif dan kognitif.

Berdasarkan pengertian di atas, jelas bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional yang mengutamakan aktivitas gerak (psikomotor). Selain itu juga mengembangkan aspek kognitif dan afektif untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Di sekolah dasar, pendidikan jasmani lebih ditekankan aktifitas jasmani siswa yaitu bagaimana mengkondisikan agar siswa mau bergerak Depdiknas (2004:3) menegaskan bahwa “tujuan pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan (cognitive), keterampilan (psychomotor), sikap (attractive) dan kebugaran jasmani (physical fitness) yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani”. Senam lantai merupakan salah satu materi ajar pendidikan jasmani di sekolah dasar. Depdikbud (1994) mengemukakan bahwa “di sekolah dasar, pelajaran senam lantai yang

tercantum dalam kurikulum tahun 2004 merupakan bagian dari bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada sekolah mulai dari murid kelas I sampai murid kelas VI yang diajar oleh guru pendidikan jasmani dan kesehatan”. Berdasarkan kutipan, setiap siswa di sekolah dasar wajib mengikuti pembelajaran senam lantai yang dibantu oleh guru pendidikan jasmani. Pelaksanaan pembelajaran senam lantai di sekolah dasar harus sesuai dengan kurikulum agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Syamsuddin (2003) mengemukakan materi senam lantai di sekolah dasar diantaranya senam ketangkasan dasar, senam keseimbangan dan aktivitas teknik. Namun untuk melaksanakan pembelajaran dengan baik dibutuhkan perencanaan yang baik seperti ketersediaan sarana dan prasarana motivasi belajar siswa, selain itu guru harus memiliki kemampuan dan membuat perencanaan pengajaran atau silabus pembelajaran sesuai dengan kurikulum yang di dalamnya berisikan.

Di SD 07 Sungayang, Kabupaten Tanah Datar ternyata pelaksanaan pembelajaran senam lantai kurang terlaksana sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani, pemantapan guru pendidikan jasmani terhadap pembelajaran senam lantai, minat siswa motivasi belajar siswa ketersediaan sarana dan prasarana dukungan dan perhatian kepala sekolah pengaruh lingkungan, dukungan orang tua dan masyarakat.

Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan terarah mengenai permasalahan di atas, perlu di lakukan suatu penelitian yang lebih mendalam mengenai masalah ini. Dengan demikian penelitian ini nantinya diharapkan mampu menggambarkan data-data yang mendekati ke arah benar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Motivasi belajar siswa
2. Latar belakang guru pendidikan jasmani
3. Pengalaman guru pendidikan jasmani
4. Pemahaman guru pendidikan jasmani
5. Metoda belajar
6. Ketersediaan saran dan prasarana
7. Dukungan dan perhatian kepala sekolah
8. Dukungan orang tua siswa
9. Situasi lingkungan dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya identifikasi masalah diatas dan terbatasnya dana serta waktu yang tersedia dalam pelaksanaan penelitian ini, maka penulis perlu membatasi masalah yaitu:

1. Pengetahuan guru pendidikan jasmani
2. Motivasi belajar siswa
3. Ketersediaan saran dan prasarana

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana motivasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar dalam mengikuti pembelajaran senam lantai
2. Bagaimana peran guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar terhadap pembelajaran senam lantai
3. Bagaimana ketersediaan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana motivasi Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar dalam mengikuti pembelajaran senam lantai
2. Untuk mengetahui bagaimana pengetahuan guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar
3. Untuk mengetahui ketersediaan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah dikemukakan dan memperhatikan masalah penelitian, maka diharapkan hasil penelitian ini akan berguna untuk

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan Olahraga Kesehatan dan Rekreasi FIK UNP.
2. Masukan bagi guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai
3. Masukan bagi pihak sekolah untuk melengkapi sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani.
4. Bahan bacaan dalam menambah wawasan penelitian dan para pembaca
5. Referensi bagi peneliti.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Senam Lantai

Istilah senam dikenal dengan nama *gymnastics* (Inggris) berasal dari bahasa Yunani yang asal katanya *gymnos* berarti telanjang, (Miz 1999:14). Menurut Werner dalam Matrendra (2001:13) menjelaskan “senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan koordinasi, keseimbangan serta control tubuh”.

Sedangkan yang dimaksud senam lantai seperti dikemukakan Sayuti (2004), yaitu “senam lantai adalah senam yang biasanya disebut dengan istilah *axercise* dinamakan gerakan atau latihan yang disusun secara baik dan sistematis serta dilakukan di atas lantai yang beralas matras dan salah satu nomor senam yang diperlombakan baik nasional maupun internasional”.

Senam lantai yang diberikan pada sekolah dasar adalah senam gerak dasar seperti yang dikemukakan Aziz (1999:39) yaitu senam yang diberikan untuk sekolah dasar yaitu senam yang berhubungan dengan gerak dasar yaitu lokomotor, nonlokomotor dan manipulasi “. Adapun bentuk gerak senam lantai yang diajarkan di sekolah dasar adalah guling ke depan guling ke belakang lompat kangkang berdiri dengan tangan meroda lompat harimau dan rangkaian dari seluruh gerak tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka senam lantai merupakan salah satu materi pendidikan jasmani di sekolah yang meliputi ketangkasan gerak dasar tanpa alat atau memakai alat- alat senam lantai dipelajari di sekolah untuk mengembangkan kemampuan motorik dan kebugaran jasmani siswa.

2. Motivasi Siswa

Motivasi berasal dari kata motive yang artinya adalah segala daya mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu” (Nasution 1995:75), pendapat lain menyatakan motive adalah suatu kecenderungan untuk berbuat bermula dengan drive dan berakhir dengan arjument” (Dimiyati, 1989:195). Pengertian motivasi secara umum adalah daya penggerak yang ada dalam diri seseorang (Syahrastani, 1999:64). Menurut Purwanto (1990:71) menerangkan bahwa motivasi adalah pendorong suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar bergerak hatinya untuk bergerak melakukan sesudah mencapai tujuan tertentu”, Mc Donald dalam Sudirman (1987) menyatakan bahwa motivasi adalah menentukan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya feeling dan didahului dengan tanggapan dengan adanya tujuan.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar yaitu motivasi yang diterapkan dalam kegiatan belajar dan memberikan arah sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar dapat tercapai. Selain itu juga menjamin kelangsungan dari kegiatan

belajar mengajar arah sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar dapat tercapai.

Selain itu juga dalam pembelajaran harus didukung oleh beberapa unsur yang berkaitan dengan motivasi belajar. Adapun unsur-unsur itu menurut Imron (1995) adalah motivasi belajar untuk mempunyai cita-cita kemampuan guru dalam membelajarkan siswa. Lebih lanjut Sadiman (1986) mengemukakan ciri-ciri motivasi belajar yang ada pada siswa adalah :

Tekun dalam menghadapi tugas belajar, dapat belajar terus menerus, ulet dalam menghadapi kesulitan belajar, tidak mudah putus asa tidak cepat puas terhadap masalah-masalah dalam belajar, tidak tergantung pada orang lain, tidak cepat bosan dengan tugas rutin dapat mempertahankan pendapat senang mencari dan memecahkan masalah belajar.

Dari kutipan di atas, jelas bahwa motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat dan rasa senang belajar, sehingga siswa mempunyai kemauan melakukan kegiatan belajar.

Untuk dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai, ada dua faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. “motivasi intrinsik yaitu berupa dorongan dari dalam diri untuk berbuat demi tujuan yang dicapai, sedangkan motivasi ekstrinsik yaitu dorongan yang datang dari luar diri pribadi untuk berbuat demi tujuan yang ingin di capai” (Nasution 1999:77). Faktor intrinsik adalah dorongan yang berasal dari dalam diri manusia itu seperti minat cita-cita dan kemampuan dasar yang dimiliki seseorang. Sedangkan

faktor ekstrinsik adalah faktor yang datang dari luar dirinya, seperti lingkungan keluarga sekolah dan masyarakat.

Pendapat di atas mengemukakan bahwa motivasi intrinsik adalah motif- motif yang berfungsi aktif dalam diri manusia, tanpa adanya pengaruh dari luar. Dalam arti luas motivasi ini muncul dari kesadaran sendiri yang dimiliki tujuan menjadikan seseorang menjadi lebih terdidik dan berpengetahuan dalam objek tertentu. Selanjutnya motivasi ekstrinsik yaitu dorongan yang timbul pada diri seseorang apabila ada pengaruh dari luar. Hal ini dapat menyebabkan individu berpartisipasi dalam suatu kegiatan, termasuk kegiatan belajar pendidik jasmani atau olahraga. Menurut Hendri (1985:101) menyatakan bahwa “motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan individunya tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan”.

Motivasi adalah syarat mutlak dalam belajar. Banyak bakat siswa yang tidak berkembang karena tidak diperolehnya motivasi yang tepat. Selain itu di sekolah juga terdapat siswa yang malas, suka membolos dan sebagainya. Disini diharapkan keprofesian seorang guru membangkitkan motivasi yang tepat untuk agar belajar dengan giat. Purwanto (1990:73) mengemukakan “ bagi seseorang motivasi bertujuan untuk menggerakkan atau memicu siswanya agar timbul keinginan dan kemauannya untuk menggerakkan atau memacu siswanya agar timbul keinginan dan kemauan untuk meningkatkan motivasi belajarnya, sehingga tercapai tujuan pendidikan siswa dengan apa yang diharapkan kurikulum sekolah”.

Mustaqim (1991:76) mengemukakan “pemberian penghargaan merupakan bagian dari motivasi positif. Penghargaan akan menimbulkan inisiatif, energi kompetisi, elaborasi pribadi, dan kreativitas”. Penghargaan itu dapat berupa materi seperti uang dan barang berharga, juga dapat berupa social, kedudukan promosi dan pujian. Dengan demikian motivasi tidak saja timbul dari dalam diri pribadi tapi juga akan memperoleh tapi juga akan memperoleh dorongan- dorongan dari luar seperti yang dikemukakan Arikunto (1998:21) seperti berikut ini:

Meskipun nanti akan terdapat motivasi t\yang timbul dari dalam merupakan hal yang lebih penting dibandingkan dari motivasi luar, namun tetap diakui peranan guru di dalam menimbulkan motivasi tetap diperlukan. Memberikan motivasi kepada siswa termasuk salah satu usaha memanusiakan pengajaran karena suatu telah terselip pada diri manusia yaitu sifat malas.

Jadi motivasi adalah suatu dorongan semangat untuk menggerakkan seseorang untuk berbuat dan bertindak laku, sedangkan bila dihubungkan dengan belajar motivasi dapat diartikan sebagai semangat belajar.

3. Peran guru pendidikan jasmani

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses interaksi antara siswa dengan guru dan lingkungannya dalam mencapai tujuan yang telah diterapkan. Tugas guru adalah mengajar dan mendidik serta mengkoordinasikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku siswa kearah yang baik.

Dalam proses pembelajaran guru harus merencanakan suatu program pengajaran, sebagaimana yang dinyatakan oleh Syaifirl Sagala

(2003:135) penyusunan program pengajaran dapat dibedakan menjadi program tahunan program semester, program mingguan dan program harian. Sementara itu Syarifuddin (1997:14) menjelaskan bahwa sebelum program pembelajaran dioperasionalkan, langkah awal yang harus dilakukan oleh guru pendidikan jasmani adalah menyusun perencanaan program pembelajaran.

Langkah-langkah dalam merancang program pembelajaran tersebut adalah:

- a. Pelajari dan pahami tujuan dan materi pelajaran yang ada dalam GBPP
- b. Perhatikan alokasi waktu yang tersedia untuk materi pelajaran tersebut
- c. Perhitungan ketersediaan fasilitas, sarana dan prasarana diperkirakan kemampuan awal siswa dan perencanaan dengan memperhatikan pendekatan dan langkah yang lazim digunakan.

Pelaksanaan pembelajaran senam lantai tergantung pada tujuan pembelajaran yang akan dicapai. Metode yang digunakan dalam proses pembelajaran senam lantai sama dengan pembelajaran penjas yang mencakup tiga kegiatan pokok yaitu persiapan atau perencanaan pembelajaran pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

- a. Persiapan perencanaan pembelajaran

Membuat sebuah persiapan perencanaan pembelajaran perlu adanya suatu pedoman. Saat ini pedoman yang digunakan berbentuk kurikulum tingkat satuan pelajaran.

Kurikulum tingkat satuan pelajaran memuat (1) program tahunan, merupakan mata pelajaran yang dikembangkan guru mata pelajaran yang bersangkutan 2) program semester, program semester berisikan garis- garis besar mengenai hal- hal yang hendak dilaksanakan dan dicapai dalam semester tersebut, 3) silabus dan system penilaian melalui tahap- tahap yaitu: a) identifikasi b) standar kompetensi, c) kompetensi dasar, d) materi pokok, e) pengalaman belajar, f) indicator, g) system penilaian, h) menentukan alokasi waktu” 4) program pengayaan dan remedial, apabila nilai yang diperoleh siswa di bawah standar yang diharapkan guru maka akan diberikan perbaikan nilai” (Ashan dalam Mulyasa (2002:96).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa, perencanaan kurikulum tingkat pelajaran kompetensi dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah seperti senam lantai akan mengalami perubahan kearah yang lebih baik demi mencapai tujuan pembelajaran. Dimana siswa di tuntut mengembangkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotornya.

b. Pelaksanaan pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran tergantung pada tujuan pembelajaran yang akan dicapai dan berdasarkan persiapan perencanaan yang telah di tetapkan sebelumnya. Sebagai contoh guru memperagakan gerakan yang akan diajarkan, kemudian baru siswa memperagakan dan mengembangkan gerakan tersebut. Dengan kata

lain pembelajaran dipusatkan pada siswa agar aktif dalam mengikuti pembelajaran.

Pelaksanaan pengajaran adalah interaksi guru dengan murid dalam rangka menyampaikan bahan pelajaran kepada siswa dan untuk mencapai tujuan pembelajaran. (Winarno dalam Suryo Subroto 1997). Sementara itu di dalam UU RI No 20 tahun 2003 menyatakan bahwa “ pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan”. Sehubungan dengan pelaksanaan pengajaran Subroto (1997:39) mengemukakan beberapa komponen yang perlu diperhatikan yaitu:

1) Membuka pelajaran

Membuka pelajaran adalah usaha guru untuk menciptakan kondisi awal agar mental dan perhatian murid berpusat pada apa yang dipelajarinya sehingga akan memberikan efek positif terhadap kegiatan belajar mengajar. Kegiatan- kegiatan yang dilakukan guru untuk menumbuhkan kesiapan mental siswa dalam penerimaan pelajaran adalah : 1) mengemukakan tujuan pelajaran yang akan di capai, 2)mengemukakan masalah-masalah pokok yang dipelajarinya, 3) menentukan langkah-langkah belajar mengajar, dan 4) menentukan batas-batas tugas yang harus dikerjakan untuk menguasai pelajaran.

2) Menyampaikan materi pembelajaran

Hal yang perlu diperhatikan dalam menetapkan bahan adalah kemampuan guru memilih bahan yang akan diberikan kepada siswa. Guru harus memilih bahan mana yang perlu diperhatikan dalam menetapkan materi pelajaran tersebut: 1) tujuan pengajaran, 2) urgensi bahan 3) tuntutan kurikulum, 4) nilai kegunaan dan 5) terbatasnya sumber bahan.

3) Menggunakan metode

Mengajar metode mengajar merupakan salah satu cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran

4) Menggunakan alat peraga

Alat peraga dalam mengajar memegang peranan yang sangat penting sebagai alat bantu untuk menciptakan proses belajar mengajar yang efektif.

5) Pengelolaan kelas

Pengelolaan kelas adalah suatu usaha yang dilakukan penanggung jawab kegiatan belajar mengajar atau yang membantu dengan maksud agar optimal sehingga dapat terlaksana kegiatan belajar seperti yang diharapkan. Kegiatan mengelola kelas menyangkut kegiatan sebagai berikut :

- a) Mengatur tata ruang kelas, misalnya mengatur meja dan tempat duduk menempatkan papan tulis dan sebagainya,

- b) Menciptakan iklim belajar mengajar yang selaras dalam arti guru harus mampu menangani dan mengarahkan tingkah laku anak didik agar tidak merusak suasana kelas.

6) Interaksi belajar mengajar

Pelaksanaan interaksi belajar mengajar adalah proses hubungan antara guru dengan siswa selama berlangsungnya pengajaran. Sehubungan dengan proses belajar mengajar, Arikunto dalam Suryosubroto mengemukakan interaksi belajar meliputi persiapan, kegiatan pokok belajar dan penyelesaian.

7) Menutup pelajaran

Menutup pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan guna untuk mengakhiri pelajaran atau kegiatan belajar mengajar. Kegiatan- kegiatan menutup pelajaran terdiri dari : 1) merangkum atau membuat garis besar persoalan yang di bahas, 2) mengkosolidasikan perhatian siswa terhadap hal-hal yang diperoleh dalam pembelajaran dan 3) mengorganisasi semua kegiatan- kegiatan yang telah dipelajari sehingga merupakan suatu kesatuan yang berarti dalam memahami materi.

Kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pembelajaran mencakup aspek-aspek diantaranya membuka pelajaran menyampaikan materi pembelajaran, menggunakan metode, menggunakan media (alat peraga), pengelolaan kelas, interaksi belajar mengajar dan menutup pelajaran.

Dalam pembelajaran, tugas guru yang paling utama adalah mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku yang baik bagi siswa. Menurut Ashan dalam Mulyasa (2002:101), umumnya pelaksanaan pembelajaran mencakup tiga hal yakni prates, proses dan postes, ketiga hal tersebut dijelaskan sebagai berikut:

(1) Prates / test awal berfungsi a) untuk menyiapkan peserta didik dalam proses belajar mengajar, b) untuk mengetahui tingkat kemajuan peserta didik, c) untuk mengetahui kemampuan awal yang dimiliki peserta didik, d) untuk mengetahui dari mana yang seharusnya proses pembelajaran dimulai, tujuan mana yang telah dikuasai siswa dan tujuan mana yang perlu mendapat penekanan dan perhatian khusus. 2) proses, pembelajaran inti dalam pelaksanaan proses pembelajaran yakni bagaimana tujuan- tujuan belajar direalisasikan. 3) post tes, berfungsi, a) untuk mengetahui tingkat penguasaan peserta didik terhadap kompetensi dan tujuan- tujuan yang dapat dikuasai oleh peserta didik serta kompetensi- kompetensi dan tujuan- tujuan yang belum dikuasainya apabila sebagaimana besar belum menguasainya maka perlu dilakukan pembelajaran kembali (remedial teaching), c) untuk mengetahui siswa yang perlu mengikuti program pengayaan untuk mengetahui tingkat kesulitan yang dihadapinya, d) sebagai bahan acuan untuk melakukan perbaikan terhadap komponen-komponen proses pembelajaran yang telah dilaksanakan, baik terhadap perencanaan pelaksanaan maupun evaluasi.

c. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi atau penilaian merupakan tugas lanjutan dari guru untuk menilai apakah tujuan pembelajaran yang telah tercapai atau tidak apa tindak lanjut yang akan dilakukan untuk perbaikan pembelajaran berikutnya, penilaian atau asesmen merupakan kegiatan pengumpulan data dan informasi hasil belajar siswa untuk menetapkan

apakah siswa telah menguasai komponen yang telah ditetapkan oleh kurikulum, untuk memperoleh data dan informasi sebagai dasar penentuan tingkat keberhasilan peserta didik dalam menguasai kompetensi, diperlukan berbagai jenis tagihan yang terkait dengan aspek – aspek kognitif, afektif dan psikomotor, berhubungan dengan tagihan ini Depdiknas (2003) menyatakan bahwa:

1) Bentuk test kognitif adalah : test lisan di kelas, bentuk pilihan ganda bentuk uraian objektif, bentuk uraian non objektif, bentuk jawaban singkat bentuk menjodohkan, performas dan portofolio, 2) dua komponen afektif yang penting untuk diukur adalah sikap dan minat siswa terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani, 3) bentuk test psikomotor adalah: test paper and pencil test indentifikasi, test simulasi dan test untuk kerja.

Sementara itu Syarifudin (1997) menyatakan bahwa penilaian dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah penguasaan keterampilan gerak adalah keberhasilan siswa dalam mencapai tingkat keterampilan gerak tertentu seperti yang dirumuskan dalam tujuan belajar, namun demikian, agar tidak mengabaikan ranah kognitif dan afektif maka kedua ranah tersebut dikembangkan dalam sistem penilaian dalam pendidikan jasmani. Pengembangan instrumen kognitif dan afektif dihubungkan dengan penguasaan pada ranah psikomotor.

Penilaian yang diberikan guru berdasarkan dari hasil tes yang diberikan kepada siswa secara objektif. Fungsi penilaian yang diberikan guru kepada siswa di akhir semester menurut Arikunto (1998:274) adalah sebagai berikut:

(1) Fungsi instruksional adalah mengusahakan agar perkembangan belajar siswa yang mencapai tingkat yang optimal, sehingga dapat memberikan umpan balik yang mencerminkan sebagai hasil yang telah dicapai siswa dalam pengajaran. 2) fungsi informatif adalah memberikan nilai siswa kepada orang tuanya agar mereka mengetahui kemajuan yang diperoleh anaknya di sekolah dan orang tua akan mengetahui kebutuhan anaknya sehingga dapat memberikan rekomendasi untuk melanjutkan belajar dan memberikan gambaran tentang prestasi siswa kepada calon pemakai tenaga, 3) fungsi bimbingan adalah memberikan gambaran nilai siswa sehingga petugas bimbingan sekolah dapat mengarahkan siswa mencapai pribadi siswa yang seutuhnya, 4) fungsi administratif adalah menentukan ketulusan siswa menempatkan siswa laporan hasil pengamatan guru disetiap akhir pelajaran.

Evaluasi hasil belajar dalam implementasi kurikulum belajar dalam implementasi kurikulum tingkat satuan pelajaran pendidikan jasmani dilakukan dengan penilaian tes kemampuan dasar, hal ini dilakukan untuk mengetahui kemampuan memperagakan berbagai kegiatan yang telah diberikan guru dalam pembelajaran sama artinya dengan menilai siswa dari kegiatan motoriknya.

4. Sarana dan Prasarana

Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah akan berhasil baik apabila proses belajar mengajar sesuai dengan tuntutan kurikulum yang berlaku untuk itu harus didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai.

Bila sarana dan prasarana tidak memadai, maka proses belajar mengajar tidak dapat dikembangkan secara optimal. Kurangnya sarana dan prasarana dapat menyebabkan rendahnya motivasi siswa terhadap mata

pelajaran, sehingga tujuan yang hendak dicapai kurang terlaksana sebagai mestinya. Menurut Depdiknas (1995:188) dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menjelaskan sarana adalah segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan, sedangkan prasarana adalah sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses usaha pembangunan, proyek dan sebagainya), menurut Azhar (1991:1) pengertian sarana dan prasarana adalah sebagai berikut:

Sarana adalah alat untuk peralatan yang digunakan atau diperlukan dalam melaksanakan kegiatan olah raga seperti bola, raket , alat-alat senam dayung, sepatu khusus untuk olah raga tertentu, sedangkan adalah suatu tempat atau lahan bagian yang memenuhi persyaratan berupa tempat atau lahan yang sengaja di buat sehingga memenuhi persyaratan ataupun yang dialami yang dinyatakan sebagai tempat untuk olahraga seperti stadion, kolam renang, gedung olahraga, lapangan olah raga dan sebagainya.

Selanjutnya Yarnis (1989:40) berpendapat bahwa “sarana dan prasarana harus disesuaikan dengan kebutuhan lapangan. Sarana dan prasarana yang memadai sangat menunjang berjalannya pendidikan jasmani secara efektif dan efisien, pendapat di atas diperkuat Wijantoso (1984:86) yang menegaskan bahwa:

Sarana dan prasarana sangat besar pengaruhnya terhadap pelaksanaan program pembelajaran pendidikan jasmani yang berkualitas, maka ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi oleh sekolah antara lain” a) matras/ kasur dari terpal, b) tali untuk perorangan dan beregu bermacam macam bola seperti bola kasti, bola tenis , bola tangan, bola kaki , bola volly, dan bola basket , d) tempat tongkat estafet, e) balok atau papan keseimbangan, f) palang tunggal, g) net volly, h) papan dan tiang basket, i) tambang, j) tiang dan mistar lompat,k) meter, l) peti lompat, m)cakram peluru dan lembing.

Dengan sarana dan prasarana yang memadai banyak cabang olahraga yang dapat diajarkan kepada siswa di samping itu siswa dapat bergerak bebas, bagi guru akan lebih mudah menerapkan metode mengajar yang baik. Dengan demikian akan membuat siswa lebih aktif dan semangat dalam belajar.

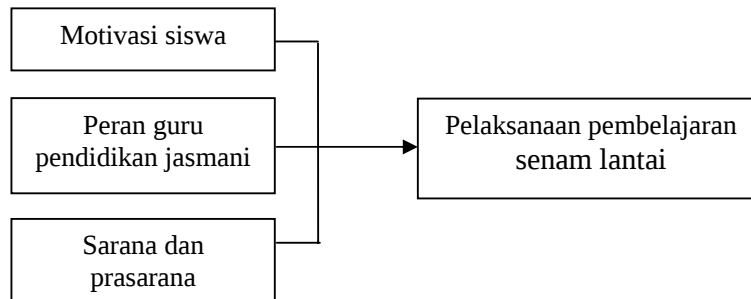
Sarana dan prasarana merupakan faktor penentu dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Pada sekolah dasar, kegiatan olahraga lebih baik berbentuk olahraga permainan. Sarana dan prasarana yang diperlukan harus memadai dan memenuhi standar, baik dari segi jumlah maupun mutu, agar pendidikan jasmani berjalan sesuai dengan apa yang direncanakan. Namun tidak semua fasilitas olahraga dapat disediakan oleh pihak sekolah.

B. Kerangka Konseptual

Pelaksanaan pembelajaran senam lantai di sekolah dasar merupakan dari pendidikan jasmani. Dimana dapat juga meningkatkan kebugaran jasmani siswa hidup sehat serta meningkatkan prestasi belajar sebaik mungkin. Pelaksanaan pembelajaran senam lantai dapat berjalan dibalik sesuatu tujuan yang dicapai, perlu memperhatikan hal- hal yang dapat menghambat suksesnya pembelajaran senam lantai di sekolah dasar motivasi belajar siswa, ketersediaan dan prasarana.

Adapun gambaran kerangka konseptual yang dapat dilihat dari komponen-komponen di atas, tentang Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran

Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar adalah sebagai berikut:



Gambar 1
Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori sebelumnya, dan rumusan masalah maka yang menjadi pertanyaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar pemahaman guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kecamatan Sungayang terhadap pembelajaran senam lantai?
2. Seberapa besar motivasi belajar siswa Sekolah Dasar 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar mengikuti pembelajaran senam lantai?
3. Seberapa besar ketersediaan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah ditemui, adapun kesimpulan dan saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar Barat maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Tingkat capaian motivasi siswa dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasi Cukup, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 60,44%. Artinya bahwa untuk melaksanakan Pelaksanaan pembelajaran senam lantai, motivasi yang ada pada siswa dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar masih dalam kategori Cukup.
2. Tingkat capaian peran guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasi Cukup, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 42,66%. Artinya bahwa peran guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada dalam klasifikasi Cukup

3. Tingkat capaian Sarana dan Prasarana dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar berada pada klasifikasi Kurang, yaitu dengan tingkat capaian sebesar 36,66 %. Artinya bahwa sarana dan prasarana yang ada dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar masih Kurang.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu kepada :

1. Kepada Kepala Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar diharapkan dapat agar memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana, maupun dukungan moril, dan diharapkan juga kepala sekolah bisa bekerjasama dengan berbagai pihak dalam hal penyediaan sarana dan prasarana.
2. Siswa Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar yang telah merasa senang dan tertarik untuk aktif melaksanakan pembelajaran senam lantai agar bisa mempertahankan motivasinya terhadap kegiatan tersebut, karena itu sangat membantu dalam pencapaian prestasi yang lebih baik lagi.
3. Orang tua siswa agar lebih meningkatkan perhatian terhadap anaknya, baik dengan memotivasi, membantu penyediaan prasarana, dan juga dalam hal penguatan mental serta pengawasan.

4. Kepada Dinas Pendidikan agar memberikan dukungan baik secara moril dan materil, yaitu dalam penyediaan sarana dan prasarana, demi kelancaran Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.
5. Guru Pendidikan Jasmani agar memberikan perhatian yang serius terhadap kegiatan pembelajaran senam lantai yang ada di sekolah, demi tercapainya tujuan yang lebih baik lagi, yang berpotensi untuk masa depan.
6. Semua pihak terkait dan masyarakat, diharapkan dapat bekerjasama, memberi bantuan dan dukungan dalam melengkapi sarana dan prasarana dalam Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di Sekolah Dasar Negeri 07 Sungayang Kabupaten Tanah Datar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharmi. (1989). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara
- Arikunto, Suharmi. (1996). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara
- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pendidikan Tinggi.
- Azis, Syamsir. (1999). *Senam Tingkat Pemula*. Padang. FPOK IKIP
- Depdikbud (1994) *Sarana dan Prasarana Merupakan Suatu Alat dan Penunjang Untuk Mencapai Maksud dan Tujuan*. Jakarta Depdikbud.
- Depdiknas (2003). *Kurikulum 2004, Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani* Jakarta Depdiknas.
- Dimiyati, Mujiono. (1999). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Imron. Ali. 1995. *Pembinaan Guru di Indonesia*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Mulyasa, Enco. (2005). *Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mustaqim (1991). *Dasar Proses Efektifitas Belajar dan Mengajar*. Depdikbud
- S. Nasution, (1993). *Didaktik Asas-Asas Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Purwanto. 1990. *Menjadi Guru yang Profesional*. Bandung: PT. Renaya Roesdakarya.
- Syahara, Sayuti. (2004). *Kemampuan Biomotorik dan Metodologi Pengembangan*. Padang: UNP Padang.
- Soebroto. M. 1977. *Masalah-Masalah dalam Kedokteran Olahraga. Latihan Olahraga dan Coaching*. (Terjemahan oleh : M. Soebroto). Jakarta. Dirjen PLSO. Depdikbud.
- Sudjana (1984). *Metode Statistika*. Bandung. Transito.