

**PENGUNAAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN
AKTIVITAS FISIK SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM GULING
DEPAN PENJASORKES SISWA KELAS I
SD CITRA AL MADINA PADANG**

TESIS



Oleh

**MUHAMMADI
NIM.19798**

*Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan (M.Pd)*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DASAR
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

ABSTRACT

Muhammadi 2014: "Using Game Approach to Improve Students' Activities in Front Rolling Gymnastic Learning Penjasorkes the First Grade Students Citra Almadina Elementary School Padang". Graduate Program of Padang State University.

This research is class action research. Procedures of action research start from early study, planning, implementation, observation, and reflection. Researcher subject are teacher, and the first grade students of Citra Almadina elementary school that amount as much as 12 students. Analysis data do by using qualitative analysis data model, through stage of analyzing data, reduction data, present data, conclude result of triangulation research and analysis data.

Approach that used is qualitative approach. This research data is information about process and data action result that obtained from result of field note, observation, recording, interviewing, and test. Source of data is process execution of penjasorkes study by using game approach to improve students' activities in front rolling gymnastic the first grade students of Citra Almadina elementary school Padang. Based on research result, can conclude use problem games approach can Improve students activities in front rolling gymnastic learning.

Based on result of research, when early observation result of class average score are 73,04 and classical complete percentage are 41,66%, the result unreached KKM level in Citra Almadina elementary school, that are (75) and classical complete as big as (75%) of totalize students in class. At learning result assessment front rolling skill cycle one improvement experience class average score as significant are 95,80 and classical complete percentage are 83,33%, the result have reached KKM level Citra Almadina elementary school, that are (75) and classical complete that are (75%) of totalize students in class. Thereby measure learning of front rolling skill by games which given to the first grade students Citra Almadina elementary school can be told success.

ABSTRAK

Muhammadi 2014:“Penggunaan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Aktivitas Siswa Dalam Pembelajaran Senam Guling Depan Penjasorkes Siswa Kelas I SD Citra Al Madina Padang”. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Prosedur penelitian tindakan dimulai dari studi awal, perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Subjek peneliti adalah guru dan siswa kelas I SD Citra Almadina Padang yang berjumlah sebanyak 12 orang. Analisis data dilakukan dengan menggunakan model analisis data kualitatif, melalui tahapan menelaah data, reduksi data, menyajikan data, menyimpulkan hasil penelitian triangulasi, dan analisis data.

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Data penelitian ini berupa informasi tentang proses dan data hasil tindakan yang diperoleh dari hasil catatan lapangan, observasi, perekaman, wawancara dan tes. Sumber data adalah proses pelaksanaan pembelajaran penjasorkes melalui Penggunaan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Aktivitas Siswa Dalam Pembelajaran Senam Guling Depan Penjasorkes Siswa Kelas I SD Citra Al Madina Padang. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan penggunaan Pendekatan Bermain masalah dapat meningkatkan aktivitas siswa dalam pembelajaran guling depan .

Berdasarkan hasil penelitian, ketika observasi awal perolehan skor rata-rata kelas yaitu 73,04 dan persentase ketuntasan klasikal 41,66%, hasil tersebut belum mencapai tingkat KKM di SD Citra Al Madina, yaitu (75) dan ketuntasan klasikal sebesar (75%) dari total siswa dalam kelas. Pada penilaian hasil belajar keterampilan guling depan siklus satu mengalami peningkatan skor rata-rata kelas secara signifikan yaitu 95,80 dan persentase ketuntasan klasikal 83,33%, hasil tersebut telah mencapai tingkat KKM SD Citra Al Madina, yaitu (75) dan ketuntasan klasikal sebesar (75%) dari total siswa dalam kelas. Dengan demikian tindakan pembelajaran keterampilan guling depan melalui permainan yang diberikan pada siswa kelas I SD Citra Al Madina, dapat dikatakan berhasil.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : *Muhammadi*
NIM. : 19798

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Gusril, M.Pd. Pembimbing I	-----	-----
Dr. Ramalis Hakim, M.Pd. Pembimbing I	-----	-----

**Direktur Program Pascasarjana
Universitas Negeri Padang**

Ketu Program Studi/Konsentrasi

**Prof. Nurhizrah Gistituati, M.Ed., Ed.D
NIP. 19580325 199403 2 001**

**Dr. Mardiah Harun, M.Ed.
NIP. 19510501 197703 2 001**

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	Prof. Dr. Gusril, M.Pd. (Ketua)	-----
2.	Dr. Ramalis Hakim, M.Pd. (Sekretaris)	-----
3.	Dr. Farida F., M.Pd., M.T. (Anggota)	-----
4.	Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. (Anggota)	-----
5.	Dr. Mardiah Harun, M.Ed. (Anggota)	-----

Mahasiswa

Mahasiswa : *Muhammadi*
NIM. : 19798
Tanggal Ujian : 2 – 2 – 2015

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, berupa tesis dengan judul **“Penggunaan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Aktivitas Fisik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Guling Depan Penjasorkes Siswa Kelas I SD Citra Al Madina Padang”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penelitian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari pembimbing tesis.
3. Didalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan didalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 07 Maret 2015
Saya yang menyatakan

Muhammadi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul: **“Penggunaan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Aktivitas Fisik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Guling Depan Penjasorkes Siswa Kelas I SD Citra Al Madina Padang”**

Adapun yang menjadi tujuan dari penulisan tesis ini adalah untuk melengkapi syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan yang harus dipenuhi oleh setiap mahasiswa pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Padang .

Tesis ini diselesaikan berkat adanya bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof.Dr.Gusril, M.Pd sebagai pembimbing I dan bapak Dr.Ramalis Hakim, M.Pd, sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
2. Tim penguji tesis Bapak Prof.Dr.Firman, M.S.Kons, Ibu Dr.Farida F.MT, M.Pd, dan Ibu Dr.Mardiah Harun, M.Ed yang telah memberikan saran demi kesempurnaan tesis ini.
3. Ibu Dr. Mardiah Harun, M.Ed selaku ketua Program Studi Pendidikan Dasar yang telah memberikan, fasilitas izin penelitian, motivasi serta saran yang konstruktif untuk menyelesaikan tesis ini.
4. Direktur Program Pascasarjana beserta Asisten Direktur I dan II, bapak dan Ibu dosen pada Program Studi Pendidikan Dasar Kosentrasi Pendidikan Kelas Awal SD yang telah memberikan sumbangan fikirannya selama perkuliahan,

karyawan dan tata usaha dan pustaka yang telah memberikan kemudahan demi terwujudnya tesis ini.

5. Ibu Kepala Sekolah, bapak dan ibu guru yang mengajar di Sekolah Dasar Citra Almadina Padang, Kec. Padang Barat, yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
6. Istri tercinta, Meri Heriyanti anak-anakku yang tersayang Nofrindo dan Ahmad Rifki Armando yang tulus dan ikhlas memberikan dorongan baik moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
7. Yang Mulia Ayahanda Rustam, BA (Alm), Ibunda Hj. Misbah yang semasa hidupnya selalu memberikan motivasi sehingga menjadi kekuatan untuk penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
8. Teman-teman seperjuangan, baik yang dekat maupun yang jauh yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.

Hanya kepada Allah penulis memohon semoga jasa baik yang telah diberikan dibalas Allah dengan pahala yang setimpal hendaknya. Amin ya Rabbal Alamin. Penulis menyadari dalam penyusunan ini tidak luput dari segala kekurangan, untuk itu saran yang sifatnya membangun dari pembaca sangat diharapkan. Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih.

Padang, Januari 2015
Penulis

Muhammadi
19798

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRACT	i
ABSTRAK.....	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teoretik	10
1. Pendekatan Bermain	10
2. Hakekat Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan	14
3. Hakekat Pembelajaran Penjasorkes	17
4. Tujuan Pembelajaran Penjasorkes	17
5. Guling Depan Bagian Materi Pembelajaran Penjasorkes SD.....	19
6. Langkah-langkah Pembelajaran Guling Depan.....	20
7. Karakteristik Siswa Kelas Awal SD	22
B. Penelitian yang Relevan	23
C. Kerangka Berfikir.....	24

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	27
B. Setting Penelitian	31
C. Data dan Sumber data	32
D. Tehnik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	34
E. Analisis Data.....	35

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum Penelitian	41
B. Temuan Khusus	42
1. Siklus I Pertemuan I	
a. Perencanaan Tindakan Siklus I Pertemuan I.....	43
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I Pertemuan I.....	44
c. Pengamatan Siklus I Pertetemuan I	55
d. Refleksi Siklus I Pertemuan I.....	64
2. Siklus I Pertemuan II	
a. Perencanaan Tindakan Siklus I Pertemuan II	66
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I Pertemuan II.....	77
c. Pengamatan Siklus I Pertetemuan I	79
d. Refleksi Siklus I	88
3. Siklus II Pertemuan I	
a. Perencanaan Tindakan Siklus II Pertemuan I.....	90
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II Pertemuan I.....	98
c. Pengamatan Siklus II Pertetemuan I	100
d. Refleksi Siklus II Pertemuan I	108
4. Siklus II Pertemuan II	
a. Perencanaan Tindakan Siklus II Pertemuan I	110
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II Pertemuan I.....	119
c. Pengamatan Tindakan Siklus II Pertemuan I.....	121
d. Refleksi Siklus II	130
C. Pembahasan	131

a. Pembahasan Siklus I	133
b. Pembahasan Siklis II	134

BAB V. SIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN

a. Simpulan	136
b. Implikasi.....	137
c. Saran	138

DAFTAR RUJUKAN.....

LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Awal	137
Tabel 2. Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus I PT 1	142
Tabel 3. Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus I PT 1.....	145
Tabel 4. Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus I PT 1.....	147
Tabel 5. Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus I PT 1.....	151
Tabel 6. Instrumen Penilaian Psikomotor Siklus I PT 1.....	155
Tabel 7. Lembar Aktivitas Proses Siklus I PT 1	157
Tabel 8. Lembar Hasil Seluruh Keterampilan Siklus I I PT 1	158
Tabel 9. Lembar Kisi Instrumen Penelitian	159
Tabel 10. Lembaran Angket Aktivitas Siswa Siklus I PT 1.....	160
Tabel 11. Lembar Hasil Angket Siklus I PT 1.....	161
Tabel 12. Lembar Perolehan Skor jawaban Angket Siklus I PT 1.....	162
Tabel 13. Rekapitulasi Hasil Penilaian Proses Siklus I PT 1	163
Tabel 14. Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus I PT 2	164
Tabel 15. Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus I PT 2.....	168
Tabel 16 . Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus I PT 2.....	170
Tabel 17. Instrumen Penilaian Psikomotor Siklus I PT 2.....	174
Tabel 18. Lembar Aktivitas Proses Siklus I PT 2	178
Tabel 19. Lembar Hasil Seluruh Keterampilan Siklus I PT 2	180
Tabel 20. Lembar Kisi Instrumen Penelitian Siklus I PT 2.....	181
Tabel 21. Lembaran Angket Aktivitas Siswa Siklus I PT 2.....	182
Tabel 22 . Lembar Hasil Angket Siklus I PT 2.....	183
Tabel 23. Lembar Perolehan Skor jawaban Angket Siklus I PT 2.....	184
Tabel 24 . Rekapitulasi Hasil Penilaian Proses Siklus I PT 2	184
Tabel 26 . Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus II PT 1	192
Tabel 27. Pengamatan Lapangan terhadap Guru Siklus II PT 1	196

Tabel 28 .	Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus II PT 1.....	196
Tabel 29 .	Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus II PT 1.....	202
Tabel 30 .	Instrumen Penilaian Psikomotor Siklus II PT 1.....	206
Tabel 31 .	Lembar Aktivitas Proses Siklus II PT 1	208
Tabel 32 .	Lembar Hasil Seluruh Keterampilan Siklus II I PT 1	209
Tabel 33 .	Lembar Kisi Instrumen Penelitian	210
Tabel 34 .	Lembaran Angket Aktivitas Siswa Siklus II PT 1.....	211
Tabel 35 .	Lembar Hasil Angket Siklus II PT 1.....	212
Tabel 36 .	Lembar Perolehan Skor jawaban Angket Siklus II PT 1...	213
Tabel 37 .	Rekapitulasi Hasil Penilaian Proses Siklus II PT 1	214
Tabel 38 .	Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus II PT 2	215
Tabel 39 .	Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus II PT 2.....	218
Tabel 40 .	Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus II PT 2.....	222
Tabel 41 .	Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus II PT 2.....	226
Tabel 42 .	Instrumen Penilaian Psikomotor Siklus II PT 2.....	230
Tabel 43 .	Lembar Aktivitas Proses Siklus II PT 2	232
Tabel 44 .	Lembar Hasil Seluruh Keterampilan Siklus II PT 2	233
Tabel 45 .	Lembar Kisi Instrumen Penelitian	234
Tabel 46 .	Lembaran Angket Aktivitas Siswa Siklus II PT 2.....	235
Tabel 47 .	Lembar Hasil Angket Siklus II PT 2.....	236
Tabel 48 .	Lembar Perolehan Skor jawaban Angket Siklus II PT 2....	237
Tabel 49 .	Rekapitulasi Hasil Penilaian Proses Siklus II PT 2	238
Tabel 50 .	Perbandingan aktivitas belajar Siklus I dan Siklus II	239

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 1. Kerangka Teori Penelitian.....	25
Bagan 2. Alur Penelitian Tindakan Kelas.....	33

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Gambar Kegiatan	
Gambar 2. Gambar Diskusi Guru.....	

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Awal	136
Lampiran 2 . Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I	137
Lampiran 3. Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus I Perte I....	142
Lampiran 4. Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus I Perte I...	145
Lampiran 5. Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus I Pertemuan I	147
Lampiran 6 Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus I Pertemuan I	151
Lampiran 7. Instrumen Penilaian Psikomotor	155
Lampiran 8. Lembar Penilaian Aktivitas	157
Lampiran 9. Hasil Seluruh Keterampilan Siklus I Pertemuan I	158
Lampiran 10. Kisi Intrumen Penelitian Siklus I Pertemuan I	159
Lampiran 11. Angket Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan I.....	160
Lampiran 12 Hasil Angket Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan	161
Lampiran 13. Hasil Perolehan Jawaban Angket.....	162
Lampiran 14. Rekapitulasi Hasil Proses Pelaksanaan Pembelajaran....	163
Lampiran 15. Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus I Perte II	164
Lampiran 16 . Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus I Perte II.....	168
Lampiran 17. Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus I Pertemuan II....	170
Lampiran 18 . Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus I Pertemuan II	174
Lampiran 19 . Instrumen Penilaian Psikomotor	178
Lampiran 20 .Lembar Penilaian Aktivitas	180
Lampiran 21. Hasil Seluruh Keterampilan Siklus I Pertemuan II.....	181
Lampiran 22 Kisi Intrumen Penelitian Siklus I Pertemuan II.....	182
Lampiran 23. Angket Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan II.....	183
Lampiran 24. Hasil Angket Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan .II.....	184
Lampiran 25. Hasil Perolehan Jawaban Angket.....	185

Lampiran 26.	Rekapitulasi Hasil Proses Pelaksanaan Pembelajaran....	186
Lampiran 27.	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	187
Lampiran 28.	Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus II Perte I....	192
Lampiran 29.	Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus I IPerte I.	196
Lampiran 30.	Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus II Pertemuan I	198
Lampiran 31.	Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus II Pertemuan	201
Lampiran 32.	Instrumen Penilaian Psikomotor	206
Lampiran 33 .	Lembar Penilaian Aktivitas	208
Lampiran 34.	Hasil Seluruh Keterampilan Siklus II Pertemuan I	209
Lampiran 35.	Kisi Intrumen Penelitian Siklus II Pertemuan I	210
Lampiran 36.	Angket Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan I.....	210
Lampiran 37.	Hasil Angket Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan	212
Lampiran 38.	Hasil Perolehan Jawaban Angket.....	213
Lampiran 39 .	Rekapitulasi Hasil Proses Pelaksanaan Pembelajaran....	214
Lampiran 40 .	Pengamatan Lapangan Terhadap Guru Siklus II PerteI	215
Lampiran 41.	Pengamatan Lapangan Terhadap Siswa Siklus II Perte I.	218
Lampiran 42.	Pengamatan Proses Aspek Guru Siklus II Pertemuan II.	222
Lampiran 43.	Pengamatan Proses Aspek Siswa Siklus II Pertemuan I	226
Lampiran 44.	Instrumen Penilaian Psikomotor	230
Lampiran 45.	Lembar Penilaian Aktivitas	232
Lampiran 46 .	Hasil Seluruh Keterampilan Siklus IIPertemuan II.....	233
Lampiran 47.	Kisi Intrumen Penelitian Siklus IIPertemuan II.....	234
Lampiran 48.	Angket Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan II.....	235
Lampiran 49 .	Hasil Angket Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan .II....	236
Lampiran 50 .	Hasil Perolehan Jawaban Angket.....	237
Lampiran 51.	Rekapitulasi Hasil Proses Pelaksanaan Pembelajaran....	238

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.

Berbagai upaya di usahakan agar pembelajaran pendidikan jasmani dapat menarik bagi siswa dan tercapai tujuan pembelajaran. Bukan hanya aspek psikomotor saja yang menjadi perhatian tetapi harus meliputi tiga domain yaitu, kognitif, psikomotor dan afektif. Ketiga domain itu hendaknya dikembangkan secara bersama-sama melalui pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Guru harus pandai menyajikan proses pembelajaran agar ketiga domain dapat dikembangkan melalui serangkaian pembelajaran pendidikan jasmani yang menarik dan menyenangkan.

Menurut (Syarifudin, 1993:115-141), pengertian dari senam lantai guling depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang). Aktivitas senam lantai lebih banyak menggunakan gerakan seluruh bagian tubuh baik untuk aktivitas senam itu sendiri maupun untuk cabang aktivitas lainnya. Itulah sebabnya aktivitas senam ini dikatakan sebagai aktivitas dasar.

Senam merupakan salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar (SD) yang wajib dilaksanakan, namun dalam proses pembelajaran mengalami banyak kendala jika dibandingkan dengan materi pendidikan jasmani lainnya. Kendala tersebut adalah sarana yang mahal sehingga sedikit sekolah yang mampu menyediakan sarana tersebut,

banyaknya gerakan yang berbahaya dan berisiko tinggi serta kemampuan dan kemauan guru yang kurang memadai, masalah tersebut merupakan penyebab kurang efektifnya pembelajaran senam. Namun, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Suherman, 2000:1).

Pendidikan jasmani ini pada dasarnya memanfaatkan fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia, namun pada kenyataannya melalui fisik ini, mental dan emosionalpun turut berkembang, sehingga harus menyebabkan perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang.

Pendekatan holistik tubuh-j jiwa termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan seperti psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan Robert Gensemer, penjas diistilahkan sebagai proses menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa.” Artinya, dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno: *Men sana in corpore sano* (Mahendra, 2007:67). Senam adalah salah satu bagian dari pendidikan jasmani.

Menurut (Hidayat, 2000:9), senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental

spiritual. Terdapat beberapa materi dalam senam meliputi guling depan, guling belakang, kayang, splits, sikap lilin, guling lenting, berdiri dengan kepala, berdiri dengan kedua telapak tangan, meroda, dan lain-lain. Namun penelitian ini lebih difokuskan kepada senam lantai guling depan.

Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan dan ketepatan (Muhajir, 2004:69). Sikap senam lantai guling depan dimulai dengan jongkok dengan kedua kaki agak dibuka dan kedua tumit diangkat lalu kedua telapak tangan diletakan pada matras dan kedua lengan lurus dan sejajar dengan bahu.

Kemudian gerakannya dimulai dengan mengangkat pinggul ke atas sehingga kedua lutut lurus dan berat badan berada pada kedua tangan sambil membengkokkan kedua sikut kesamping masukkan kepala diantara dua tangan sampai seluruh pudak mengenai matras dan pinggul didorong kedepan pelan-pelan. Kemudian sikap akhir dimulai dengan jongkok dan kedua tumit diangkat dan kedua lengan lurus kedepan serong keatas kemudian berdiri tegak.

Senam merupakan latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan secara terarah yang kemudian disusun secara sistematis dengan tujuan untuk dapat membentuk dan mengembangkan pribadi secara keseluruhan. Senam merupakan kegiatan fisik yang paling kaya struktur gerakanya karena diwakili oleh gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak komotor

sekaligus manipulatif (Mahendra, 2000:9). Dari hasil pengamatan di lapangan untuk kegiatan senam lantai terutama senam lantai guling depan tidak banyak diminati oleh para siswa di SD Citra Almadina Padang.

Hal ini disebabkan karena kurangnya perhatian para siswa terhadap senam lantai guling depan yang disebabkan karena pembelajaran senam lantai guling depan di SD Citra Almadina Padang lebih memfokuskan kepada gerakan-gerakan dan keterampilan yang sesuai dengan aturan dalam melakukan gerakan guling depan.

Permasalahan yang muncul di SD Citra Almadina dalam proses pembelajaran yang berdasarkan hasil wawancara pada bulan Maret 2013 dengan beberapa siswa kelas I. Salah satunya dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang dilakukan guru yang kurang menarik, terutama pemilihan model atau pendekatan pembelajaran. Pendekatan bermain merupakan salah satu pendekatan yang dapat diterapkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Berdasarkan pengamatan saat proses pembelajaran penjasorkes dalam materi guling depan di kelas I, juga terlihat banyak siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran.

Hal itu dapat dilihat dari aktivitas siswa yang banyak duduk, berteduh, mengobrol, gaduh dan siswa yang mencoba mempraktikkan materi senam lantai guling depan hanya sedikit jumlahnya. Hal ini dapat diartikan bahwa aktivitas siswa terhadap materi senam lantai guling depan rendah. Selain itu terdapat beberapa siswa yang sulit melakukan gerakan senam lantai guling depan, hal ini disebabkan karena siswa merasa malu dan

takut, merasa terlalu gemuk sehingga berpikir sulit untuk melakukannya, serta tidak dapat menyeimbangkan tubuhnya.

Dari hasil dokumentasi ketika peneliti melaksanakan observasi pada tanggal 4 Januari 2013 yang bertepatan awal semester 2 tahun ajaran 2013/ 2014 pada mata pelajaran pendidikan jasmani cabang senam khususnya guling depan pada siswa kelas I SD Citra Almadina Padang hasilnya kurang memuaskan, dari jumlah 15 siswa yang dapat memenuhi standar kriteria tuntas hanya 7 siswa (45,45%), sedangkan sebanyak 8 siswa (54,55%), belum memenuhi standar kriteria/ belum tuntas, dan tidak aktif dalam melakukan kegiatan.

Dapat disimpulkan bahwa hasil observasi guling depan pada awal semester 2 tahun ajaran 2013/ 2014 hanya sekitar 45,45% dari keseluruhan jumlah siswa kelas I yang dapat memenuhi standar kriteria tuntas, sedangkan sebanyak 54,55% belum memenuhi standar kriteria. Ini membuktikan rendahnya tingkat penyerapan materi yang diajarkan. Kondisi seperti ini jika dibiarkan pasti akan berdampak lebih buruk bagi siswa dalam proses pembelajaran dan hasil belajar selanjutnya. Menyadari akan keadaan tersebut maka peneliti mencoba melakukan peningkatan aktivitas pembelajaran guling depan melalui permainan dengan harapan tingkat ketuntasan belajar akan dapat mencapai sekurang-kurangnya 75%. Hal ini dikarenakan kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran Penjasorkes di SD Citra Almadina sebesar “75” dan ketuntasan klasikal sebesar “75%” dari jumlah siswa dalam satu kelas. Senam lantai guling depan memang

bukan merupakan aktivitas yang mengutamakan permainan sehingga terlihat membosankan, apalagi bagi siswa yang tidak dapat melakukannya.

Disamping itu, para siswa kurang bersemangat dalam melakukan gerakan senam lantai guling depan. Sebenarnya banyak keuntungan yang akan didapat oleh para siswa apabila dapat melakukan senam lantai guling depan diantaranya, dapat membantu membentuk jiwa yang kuat, menambah kesegaran jasmani, menambah keberanian, kekuatan mental, menjadikan tubuh sehat dan berprestasi.

Dapat disimpulkan bahwa sebagai guru pendidikan jasmani harus dapat membantu para siswanya untuk dapat mengatasi hal tersebut sehingga para siswa mampu dan timbul rasa suka untuk melakukan gerakan senam lantai guling depan dengan menggunakan teknik permainan yang bersifat kreatif dan menyenangkan. Sehingga para siswa mau bersemangat untuk melaksanakan gerakan senam lantai guling depan dengan benar namun tidak membosankan.

Hal ini mendorong peneliti untuk menggali bagaimana cara tersebut dapat diaplikasikan dan diperoleh hasil yang maksimal sehingga dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memperbaiki pembelajaran dan mengembangkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam pembelajaran.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka selama proses pembelajaran berlangsung dapat diidentifikasi beberapa masalah yang perlu penanganan cepat :

1. Sebagian siswa kelas I SD Citra Almadina kesulitan dalam melakukan pembelajaran senam lantai guling depan.
2. Secara umum dalam mempraktekkan senam lantai guling depan melalui permainan masih belum diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD Citra Almadina Padang.
3. Pembelajaran senam lantai guling depan di SD Citra Almadina Padang masih monoton.
4. Kurangnya antusias para siswa kelas I SD Citra Almadina Padang terhadap pembelajaran senam lantai guling depan.
5. Belum pernah dilakukan upaya peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas I Citra Almadina Padang

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang penulis kemukakan di atas, maka pemasalahan yang sangat mendesak dan perlu tindakan perbaikan yang tepat, cepat dalam penelitian ini dibatasi pada “Penggunaan Pendekatan Bermain untuk Meningkatkan Aktivitas Fisik Siswa dalam Pembelajaran Guling Depan Penjasorkes Siswa Kelas I SD Citra Almadina Padang”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, dapat di rumuskan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana proses penggunaan pendekatan bermain , dapat meningkatkan aktivitas fisik siswa dalam pembelajaran Guling Depan Penjasorkes siswa Kelas I SD Citra Almadina Padang ?
2. Bagaimana proses peningkatkan aktivitas fisik siswa dalam pembelajaran Guling Depan Penjasorkes dengan menggunakan pendekatan Bermain Siswa Kelas I SD Citra Almadina Padang ?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penggunaan Pendekatan Bermain untuk meningkatkan Aktivitas fisik siswa dalam Proses Pembelajaran Guling Depan Penjasorkes di kelas I SD Citra Al Madina. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan:

1. Proses penggunaan Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes untuk Meningkatkan aktivitas fisik siswa kelas I SD Citra Al Madina Padang.
2. Proses peningkatkan aktivitas fisik siswa dalam pembelajaran Guling Depan Penjasorkes dengan menggunakan Pendekatan Bermain siswa kelas I SD Citra Almadina Padang ?

E. Manfaat Penelitian

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi teori pembelajaran di SD. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru dan peneliti sebagai berikut ini:

1. Bagi peneliti, diharapkan bermanfaat sebagai masukan pengetahuan dan dapat membandingkan penerapan teori pembelajaran tradisional dengan teori pembelajaran inovatif, kreatif dan konstruktif seperti pendekatan bermain untuk siswa kelas awal SD serta kemungkinan penerapannya di Sekolah Dasar
2. Bagi siswa, menambah pemahaman terhadap bentuk-bentuk pembelajaran yang memungkinkan siswa dapat meningkatkan aktivitas fisik, selama proses pembelajaran berlangsung.
3. Bagi guru, mengembangkan kemampuan dalam merancang dan melaksanakan pembelajaran yang bermakna dan efektif dengan menggunakan pendekatan bermain sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan di kelas awal SD.
4. Bagi kepala sekolah, melalui pendekatan bermain ini dapat mendorong para guru untuk mengembangkan inovasi dengan metode pembelajaran lain yang tepat sesuai dengan usia dan perkembangan anak dikelas awal SD
5. Bagi sekolah meningkatkan kemampuan guru dalam menjabarkan kurikulum atau program pembelajaran sesuai dengan tuntutan dan konteks lokal, sekolah, dan kelas. Hal ini memperkuat dan relevansi pembelajaran bagi kebutuhan siswa