

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kerangka Teoritik

1. Hakekat Pembelajaran

a. Tinjauan belajar

Beberapa pengertian tentang belajar, diantaranya pendapat Gage yang dikutip oleh Martinis Yamin (2005: 99) mendefinisikan belajar sebagai suatu proses dimana organisme berubah perilakunya diakibatkan pengalaman. Sedangkan menurut Uzer Usman (2000: 5), belajar diartikan "Proses perubahan tingkah laku pada diri individu berkat adanya interaksi antara individu dan individu dengan lingkungannya. Menurut pandangan Bloom dan Krathwohl dalam Milan Rianto, (2002: 29) belajar merupakan proses perkembangan kemampuan yang mencakup tiga ranah, yaitu kognitif, afektif dan psikomotor.

Menurut Woolfolk dan Nicolich yang telah dikutip Milan Rianto (2002: 3), belajar adalah perubahan yang ada dalam diri seseorang sebagai hasil dari pengalaman. Sedangkan Snelbecker dalam Milan Rianto (2002: 3) menyatakan bahwa perubahan akibat belajar terutama merupakan proses yang sadar dimana sedikit-dikitnya seseorang dapat menjadi sadar bahwa ia telah belajar. Lebih lanjut Milan Rianto (2002: 3) mengutip pernyataan Snelbecker mengatakan bahwa :

“Belajar merupakan masalah setiap orang, karena dengan melakukan kegiatan belajar mungkin seseorang akan merasa lebih

bahagia, menjadi lebih senang, lebih pandai menyesuaikan diri, lebih cepat mempergunakan alam dengan semestinya atau lebih dapat berbicara serta bermain dengan lebih baik. Hampir semua kecakapan, ketrampilan, pengetahuan, kebiasaan, keinginan, dan sikap manusia terbentuk, dimodifikasi dan berkembang karena belajar”.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses dimana organisme berubah perilakunya diakibatkan pengalaman. Belajar akan mengakibatkan perubahan tingkah laku karena adanya interaksi antara individu dan individu dengan lingkungannya.

b. Tinjauan pembelajaran

Pembelajaran atau pengajaran menurut Dageng dalam Hamzah B. Uno (2008: 2), adalah upaya untuk membelajarkan siswa. Sedangkan menurut Hamzah B Uno (2008: 2), menyatakan istilah pembelajaran memiliki hakekat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan siswa. Dengan demikian pembelajaran merupakan proses dari belajar yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi belajar. Sedangkan prestasi belajar dapat diartikan hasil yang diperoleh karena adanya aktifitas belajar yang telah dilakukan. (<http://sunartombs.wordpress.com/2009/01/05> diakses tanggal 5 Desember 2010).

Snelbecker yang telah dikutip Milan Rianto, (2002: 32) mendefinisikan pembelajaran (*instructional theory*) sebagai seperangkat prinsip yang dapat dijadikan pedoman dalam mengatur kondisi untuk mencapai tujuan pendidikan. Sementara Milan Rianto, (2002: 32)

mengutip pernyataan Reigeluth bahwa teori pembelajaran menanyakan apakah metode yang akan digunakan dalam desain pembelajaran? dan kapan akan digunakan? Jawabannya adalah metode dan situasi. Suatu pernyataan yang menggabungkan antara metode dan situasi disebut prinsip atau teori.

Situasi pembelajaran, meliputi hasil dan kondisi pembelajaran. Hasil pembelajaran, efek dari setiap metode pembelajaran. Suatu metode pembelajaran yang sama dapat membedakan hasil pembelajaran, jika kondisinya berbeda. Hasil ini mungkin aktual atau ditentukan. Hasil yang aktual merupakan hasil yang nyata yang menggunakan metode khusus di bawah kondisi yang khusus pula, walaupun hasil itu ditentukan dari tujuan-tujuan yang sering mempengaruhi metode-metode yang telah ditetapkan. menunjukkan kapan menggunakan setiap komponen pembelajaran.

Sementara Milan Rianto (2002: 32) mengemukakan bahwa metode pembelajaran adalah seperangkat komponen yang telah dikombinasikan secara optimal untuk kualitas pembelajaran, dan suatu metode pembelajaran yang sama dapat membedakan hasil pembelajaran, jika kondisinya berbeda. Hasil yang aktual, merupakan hasil nyata yang menggunakan metode khusus di bawah kondisi yang khusus pula, walaupun hasil itu ditentukan dari tujuan-tujuan yang sering mempengaruhi metode-metode yang ditetapkan.

Sementara itu Muh Surya, mengemukakan bahwa hasil belajar akan tampak dalam keterampilan, seperti keterampilan berolahraga yang meskipun sifatnya motorik, keterampilan-keterampilan itu memerlukan kordinasi gerak yang teliti dan koordinasi yang tinggi. (<http://cafestudio061.wordpress.com/2008/28/11>). Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002: 895), prestasi belajar merupakan penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan melalui mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah memiliki hakekat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan siswa sehingga siswa akan mengalami perubahan dan hasil akhir dari proses suatu kegiatan pembelajaran akan tampak dalam penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang ditunjukkan dengan nilai tes serta untuk memperoleh nilai tersebut perlu dilakukan evaluasi.

2. Hakekat peningkatan pembelajaran

Peningkatan pembelajaran adalah suatu proses untuk merubah ke arah yang lebih baik. Menurut Milan Rianto (2002: 4), perubahan tingkah laku yang terjadi dalam suatu proses menunjukkan bahwa tingkah laku yang terjadi menjadi karakteristik peserta didik baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik, diperoleh secara bertahap melalui praktik atau latihan, pengalaman yang diberi penguatan.

Belajar merupakan kegiatan yang kompleks. Hasil belajar berupa kapabilitas. Setelah belajar orang memiliki ketrampilan, sikap, dan nilai. Timbulnya kapabilitas tersebut adalah dari stimulasi yang berasal dari lingkungan, proses kognisi yang dilakukan oleh pembelajar. Belajar terdiri dari tiga komponen penting, yaitu kondisi internal, kondisi eksternal, dan hasil belajar. Kondisi internal belajar terdiri dari stimulasi yang berasal dari lingkungan dan proses kognitif yang dilakukan oleh pembelajar. Kondisi eksternal belajar meliputi belajar merupakan interaksi antara “keadaan internal dan proses kognisi siswa dengan stimulus dari lingkungan”. dan proses kognisi tersebut menghasilkan suatu hasil belajar, sedangkan hasil belajar terdiri dari informasi Verbal, ketrampilan intelek, dan ketrampilan motorik sikap. (www.membuatblog.web.id).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa peningkatan pembelajaran adalah dapat dilihat dari perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Setelah belajar orang akan memiliki ketrampilan, sikap, dan nilai.

3. Ruang Lingkup Pendidikan jasmani

Sesuai dengan program Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran, materi mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain :

1. Atletik
2. Akuatik
3. Permainan
4. Senam
5. Kesehatan
6. Aktivitas luar kelas.

Pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan, yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting. Oleh karena itu, materi penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain seperti : IPA, Bahasa Indonesia, Matematika, IPS dan lain-lain. Berdasar pada standar kompetensi dan kompetensi dasar Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (BSNP 2006: 2) ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Permainan dan olahraga
- 2) Aktivitas pengembangan
- 3) Aktivitas senam
- 4) Aktivitas ritmik Aktivitas air
- 5) Pendidikan luar kelas Kesehatan

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan di sekolah dasar. Ruang lingkup pendidikan jasmani mencakup aspek-aspek yang harus diajarkan.

4. Hakekat Senam

Senam merupakan dasar kegiatan olahraga. Artinya semua gerakan dalam cabang atau kegiatan olahraga apapun banyak didasari oleh gerakan-gerakan senam misalnya: merayap, merangkak, jalan, jingkat, lari, lompat, loncat, mengguling dan sebagainya. Menurut Hidayat dalam hendra Hendra Agusta (2009: 8), senam dari kata *gymnastiek* yang berarti kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keleluasaan gerak. Menurut Imam Hidayat yang dikutip Agus Mahendra (2000: 9), mendefinisikan 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 ketrampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual. Tim Penjas SD (2007: 46) mendefinisikan senam merupakan salah satu aktivitas jasmani yang efektif untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan anak,

Menurut Agus Mahendra (2000: 9), bahwa senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh, pada lantai / pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh. Fokusnya adalah tubuh, bukan alat, bukan pula pola-pola gerakannya, karena gerak apapun yang digunakan, tujuan utamanya adalah peningkatan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa senam suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja. Senam dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

5. Pengertian meroda

Senam menurut FIG dalam Agus Mahendra (2003: 5) antara lain senam ritmik, senam artistik, senam akrobatik, senam aerobik dan lain-lain. Sebagian senam tersebut terdapat dalam kurikulum yang ada di sekolah dasar. Salah satu senam yang diajarkan di sekolah dasar adalah senam artistik. Beberapa materi pembelajaran dari senam artistik adalah sikap lilin, *hand stand*, *head stand*, guling depan, guling belakang dan meroda. Semua materi tersebut diajarkan di sekolah dasar. Meroda menurut

John dan Mary Jean Traetta (2008: 13-14) , meroda atau *cartwheel*, adalah gerakan ke samping untuk empat hitungan, tangan dan kaki berputar seperti baling-baling. Menurut Agus Mahendara (2003: 163), baling-baling adalah gerakan yang berporos *anterior-posterior*. Menurut Hendra Agusta (2009: 102), baling-baling adalah gerak dinamis yang berkelanjutan yang memindahkan berat badan dari kaki-tangan-tangan-kaki-kaki, gerakan berlangsung ke depan dalam garis lurus, yang bergerak secara horisontal ketika setiap bagian tubuh ditumpukan ke lantai.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa. Meroda atau baling-baling adalah termasuk dalam senam, yaitu gerakan senam yang dilakukan dengan gerakan ke samping untuk empat hitungan, tangan dan kaki berputar seperti baling-baling. Gerakan berlangsung ke depan dalam garis lurus, yang bergerak secara horisontal ketika setiap bagian tubuh ditumpukan ke lantai.

6. Pengertian Media Gambar

Media berasal dari bahasa latin merupakan bentuk jamak dari medium yang secara harfiah berarti perencanaan atau pengantar, yaitu perantara atau pengantar sumber pesan dengan penerima pesan. Menurut Schram yang dikutip Sudrajat, bahwa media pembelajaran adalah teknologi pembawa pesan yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran (<http://ahkmadsudrajat.wordpress.com>). Sedangkan Briggs dalam Sudrajat, berpendapat bahwa media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi atau materi pembelajaran seperti : buku, film, video dan sebagainya. (<http://ahkmadsudrajat.wordpress.com>).

AECT (*Association of Education and Communication Technology*) dalam Azhar Arsyad (2000: 3), menyatakan media sebagai segala bentuk dan saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi. Lebih lanjut Sudrajat, menuliskan tentang beberapa fungsi media diantaranya :

1. Media pembelajaran dapat melampaui batasan ruang kelas.
2. Media pembelajaran memungkinkan adanya interaksi langsung antara peserta didik dengan lingkungannya.
3. Media membangkitkan motivasi dan merangsang arah untuk belajar.
4. Media memberikan pengalaman yang integral atau menyeluruh dari yang konkrit sampai dengan yang abstrak.
(<http://akhmadsudrajat.wordpress.com>).

Sedangkan pengertian gambar adalah kelompok media yang pengujiannya secara visual. Kelompok media ini dapat berwujud sebagai benda asli, dan dapat pula berwujud tiruan yang mewakili aslinya. Menurut I Wayan Santyasa (2007: 6), bahwa media gambar dapat berfungsi untuk melihat gerakan-gerakan yang berlangsung secara cepat. Dengan bantuan gambar siswa dapat mengamati dengan jelas berbagai gerakan dalam olahraga seperti: gaya lompat tinggi, teknik loncat indah, teknik senam, yang disajikan dengan diam.

Menurut Azhar Arsyad (2000: 30-31), pengajaran melalui *visual* adalah produksi dan penggunaan materi yang penyerapannya melalui pandangan serta tidak seluruhnya tergantung kepada pemahaman kata atau simbol-simbol.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah teknologi pembawa pesan yang dapat

dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran, seperti mengamati gerakan lari. Media gambar adalah kelompok media yang pengujiannya secara visual, berfungsi untuk melihat gerakan-gerakan yang berlangsung secara cepat.

7. Karakteristik siswa kelas V Sekolah Dasar

Siswa berstatus sebagai subyek dari pendidikan. Pendidikan menurut Driyarkara dalam Sumitro dkk (1998: 66), "Usaha sadar untuk memanusiakan manusia harus memandang peserta didik secara manusiawi dan mengembangkan pribadinya sepenuhnya dan seutuhnya, dalam kesatuan yang seimbang, harmonis dan dinamis." Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis. Menurut Sri Rumini dkk (2000: 32), manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti.

Ditinjau dari sudut psikologi perkembangan, menurut Siti Partini (1995: 102 - 112), periode perkembangan adalah :

- a. Masa bayi.
- b. Masa kanak-kanak awal usia 2-6 tahun.
- c. Masa kanak-kanak akhir usia 6 tahun sampai tiba saatnya individu menjadi matang secara seksual.

Siti Partini (1995: 115-116), menggambarkan masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar antara usia 9-13 tahun. Biasanya anak seumur ini duduk di kelas IV, V, VI. Pada masa ini timbul minat pada pelajaran-pelajaran khusus, ingin tahu, ingin belajar, realistis.

Lebih lanjut menurut Siti Partini (1995: 116), ciri khas anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar adalah :

1. Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari.
2. Ingin tahu, ingin belajar, realistis.
3. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
4. Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
5. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau peer group untuk bermain bersama, dan mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa usia anak Sekolah Dasar kelas V berusia 9-13 tahun. Usia ini mempunyai minat dan ingin tahu dan belajar secara realistis serta timbul terhadap pelajaran-pelajaran tertentu.

B. Penelitian yang Relevan

1. Skripsi Nuryati “upaya peningkatan senam siswa kelas IV siswa SD Negeri Kasihan, Lendah, Kulonprogo”. Dari penelitian ini terjadi peningkatan proses pembelajaran dan hasil pembelajaran, pencapaian nilai yang meningkat dari nilai sebelum dilakukan tindakan, nilai prestasi yang dicapai siswa sudah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Hasil evaluasi rata-rata siswa dari 6,35 menjadi 7,78 meningkat 22,52 %.
2. Penelitian yang lain pernah dilakukan Yuli Triyanto (2011), dengan judul “Upaya Peningkatan Upaya Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai

Guling Depan Dengan Media Gambar Bergerak Siswa Kelas V SD Negeri Puren Condongcatur Depok Sleman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran senam lantai guling depan dengan media gambar bergerak dapat meningkatkan proses pembelajaran. Selain itu dapat meningkatkan nilai prestasi siswa dari rata – rata 6,4. menjadi 7,8, sehingga terjadi peningkatan hasil belajar siswa.

C. Kerangka berfikir

Berdasarkan latar belakang masalah dan kajian teoritik di atas, proses pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 1 Triharjo masih berjalan monoton pada setiap kegiatan pembelajaran dan hanya berpacu pada buku ajar serta materi yang sesungguhnya. Sehingga materi meroda hanya disampaikan sesuai buku ajar tanpa penggunaan media yang menarik, sehingga mengakibatkan kejenuhan pada anak sehingga hasil belajar tidak tercapai. Melihat situasi yang demikian, perlu dilakukan pemecahan masalah untuk dapat meningkatkan pembelajaran materi gerak dasar meroda.

Sebagai alternatif pembelajaran yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan gambar di SD Negeri 1 Triharjo pada siswa kelas V. Dengan penggunaan media gambar pada materi gerak dasar meroda diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Atas dasar kerangka pikir di atas, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kondisi awal pembelajaran di SD Negeri 1 Triharjo, pelaksanaan tindakan yang dilakukan, dan hasil yang diharapkan dari tindakan siklus-siklus pembelajaran.