

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan di Indonesia saat ini sudah jauh berkembang, meskipun terdapat segelintir masyarakat yang berpendapat jika pendidikan di Indonesia ini masih terpuruk (Lengkana & Sofa, 2017, hlm. 1). Keterpurukan ini diantaranya disebabkan oleh kurangnya perhatian dari pemerintah di bidang pendidikan, yang menyebabkan kualitas sumber daya manusianya tidak cukup baik (Muhardi, 2004, hlm. 479). Hal tersebut dapat terlihat dari kualitas individu yang dihasilkan, karena saat ini masih cenderung penurut dan tidak berani dalam mengambil keputusan (Nasution, 2008, hlm. 4). Padahal sumber daya manusia yang mampu mencari solusi dari setiap permasalahan dan menyelesaikannya secara efektif sangatlah dibutuhkan (Afifah, 2015, hlm. 42). Maka dari itu sebagai upaya membangun pendidikan yang baik, sistem pendidikan nasional perlu memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan dalam meningkatkan mutu kehidupan masyarakat di Indonesia (Winangun, 2017, hlm. 74). Karena itu, pendidikan menjadi kunci utama dalam pengembangan pengetahuan dan meningkatkan kualitas kemampuan masyarakat suatu bangsa (Muhardi, 2004, hlm. 480).

Oleh sebab itu, perlu adanya upaya-upaya untuk meningkatkan minat dan motivasi pada siswa, sehingga berpengaruh terhadap kualitas belajar yang dapat meningkatkan kemampuannya (Miftah, 2013, hlm. 96). Perkembangan kemampuan siswa dapat ditingkatkan dengan adanya pembelajaran (Mahendra, 2017, hlm. 202). Keberhasilan proses pembelajaran tidak lepas dari peran guru memilih dan menerapkan model pembelajaran, sehingga pembelajaran dapat terlaksana dengan baik dan maksimal (Suharli, 2015, hlm. 1). Dalam menerapkan model pembelajaran, maka seorang guru harus menguasai materi dan cara penerapannya dalam proses pembelajaran (Huda, 2017, hlm. 239). Berdasarkan pendapat di atas, maka semua guru khususnya di bidang pendidikan jasmani harus mampu mengembangkan model-model pembelajaran pendidikan jasmani. Sehingga, dalam proses pengembangan model-model pembelajaran pendidikan

jasmani tersebut, guru diharapkan mampu mengembangkan keterampilan pada siswanya (Azizah, 2021, hlm. 16).

Pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani (Lengkana & Sofa, 2017, hlm. 8). Aktivitas jasmani tersebut, dapat melalui permainan atau olahraga (Mahendra, 2015, hlm. 40). Lebih lanjut, pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk meningkatkan kualitas individu berupa fisik, mental dan emosional (Mahendra, 2015, hlm. 11). Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, beberapa komponen aspek psikis akan berkembang melalui aktivitas bermain, antara lain kecerdasan, motivasi, emosi, mental, percaya diri, minat, kemauan, kecemasan, agresivitas, perhatian, konsentrasi, dan sebagainya (Bandi, 2011, hlm. 4). Perkembangan aspek psikis tersebut, melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap kehidupan sehari-harinya (Firmansyah, 2011, hlm. 1).

Dalam pelaksanaan pendidikan jasmani, peserta didik harus mendapatkan pembekalan dan pendidikan secara fisik, yakni keterampilan gerak. Sedangkan dalam aspek psikis, pembekalan dan pendidikannya yaitu terkait dengan mental dan motivasi (Kusumawati, 2017, hlm. 125). Tujuan pendidikan fisik pada peserta didik, yakni untuk mengembangkan keterampilan gerak atau kompetensi motoriknya (Fajar, 2017, hlm. 59). Sedangkan tujuan pendidikan jasmani psikis, yaitu agar dapat membentuk kejiwaan dan perilaku dengan cara membiasakan aktivitas yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari (Gunadi, 2019, hlm. 10). Biasanya, siswa akan memiliki motivasi lebih ketika mereka melihat adanya kesinambungan dari proses belajar dengan kehidupannya. Namun pada kenyataannya, masih banyak guru yang belum menyadari manfaat pembelajaran terhadap kehidupan mereka sehari-hari (Mahendra, 2017, hlm. 230). Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar tidak dapat dilepaskan dari aktivitas fisik, diantaranya adalah aktivitas bermain. Karena melalui aktivitas bermainlah, mereka dapat memperoleh pengalaman langsung dari berbagai bidang dalam hal kognitif, afektif, maupun psikomotorik (Bandi, 2011, hlm. 5).

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan siswa, dalam mempelajari keterampilan gerak. Ketika seorang anak tumbuh dan berkembang, maka

kompetensi atau keterampilannya akan bertambah. Seperti halnya ketika meningkatnya daya tahan atau kekuatan pada seseorang yang menyebabkan seseorang tersebut dapat melakukan suatu aktivitas tertentu dengan efektif (Mahendra, 2017, hlm. 198). Jika tujuan pembelajaran pendidikan jasmani menghasilkan suatu produk tertentu, maka produk tersebut haruslah berbentuk keterampilan, agar siswa mampu melakukan tugas gerak seoptimal mungkin (Mahendra, 2017, hlm. 217).

Semua anak mewarisi berbagai kemampuan yang berbeda, sehingga mereka memiliki potensi untuk berhasil dalam mempelajari berbagai keterampilan gerak (Mahendra, 2017, hlm. 233). Pada dasarnya, anak-anak menyukai aktivitas bermain yang memberikan banyak manfaat melalui bergerak (motorik). Maka melalui aktivitas bermain tersebut, akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut (Kusumawati, 2017, hlm. 126)

Kegiatan proses belajar mengajar, dalam pelaksanaannya memiliki beragam istilah dan metode yang dapat dilakukan oleh guru. Pada saat ini, terdapat banyak inovasi metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran (Gustiawati dkk., 2014, hlm. 34). Seorang guru pendidikan jasmani, perlu memiliki suatu inovasi pembelajaran yang dapat diterapkan di sekolah. Sehingga, dengan hal tersebut pembelajaran akan menjadi lebih menarik dan tidak membuat siswa merasa cepat bosan (Suryobroto, 2004, hlm. 67).

Penelitian terdahulu, pernah dilakukan oleh Aminatun dkk (2020) yang bertujuan untuk meningkatkan kompetensi motorik pada anak usia 5-6 tahun, menggunakan penerapan lari estafet modifikasi. Dalam penelitian tersebut, digunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) dengan dua siklus, menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Data yang didapatkan pada penelitian ini, berbentuk kuantitatif berupa hasil penilaian kemampuan motorik dan kualitatif dari hasil wawancara. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Sridadi dan Sudarna (2011), mengenai pengaruh *circuit training* terhadap kesegaran jasmani siswa kelas IV dan V. Dimana penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat peningkatan dalam kebugaran jasmani setelah dilakukan *treatment* pelaksanaan *circuit training*.

Dari dua penelitian di atas, peneliti melihat beberapa kekurangan dan kelemahan, diantaranya penggunaan instrumen tes dalam menentukan kompetensi motorik yang kurang jelas. Selain itu, jumlah sampel yang digunakan terlalu sedikit dan pemilihan sampel yang kurang tepat. Contohnya, usia sampel penelitian yang terlalu dini untuk diberikan suatu *treatment* atau usia sampel yang sudah masuk kategori cukup baik tingkat kebugaran jasmaninya. Berawal dari kekurangan tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh *Circuit Training* PGD Terhadap Kompetensi Motorik Anak SD Kelas Atas.

## **1.2. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka diperoleh rumusan masalah pada penelitian ini yakni, apakah terdapat pengaruh *Circuit Training* PGD terhadap kompetensi motorik anak SD kelas atas?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini, yaitu untuk mendapatkan jawaban terhadap permasalahan yang telah dirumuskan, sesuai dengan latar belakang masalah. Sehingga, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini yakni untuk mengetahui tingkat kemampuan kompetensi motorik anak SD kelas atas yang meliputi kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan adalah melihat apakah terdapat pengaruh *treatment circuit training* PGD terhadap kemampuan motorik anak SD kelas atas.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat, menjadi masukan serta pertimbangan dalam upaya pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani kedepannya. Adapun manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.4.1 Dari Segi Teori**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pembaca sebagai bahan rujukan, informasi dan pembelajaran di sekolah, untuk meningkatkan pengetahuan

Muhamad Aldi Jatnika, 2023

**PENGARUH CIRCUIT TRAINING PGD TERHADAP KOMPETENSI MOTORIK ANAK SD KELAS ATAS**  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dalam aspek pembelajaran, terutama pemahaman peningkatan kompetensi motorik pada anak.

#### **1.4.2 Dari Segi Kebijakan**

Adapun penelitian ini, diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pemangku kepentingan dalam dunia pendidikan, khususnya di bidang pendidikan jasmani. Sehingga, penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan atau kompetensi motorik anak akan lebih bervariasi.

#### **1.4.3 Dari Segi Praktik**

1. Bagi peneliti, melalui penelitian ini dapat menjadi pengetahuan serta informasi baru mengenai tingkat kemampuan motorik pada siswa, dan pengaruh penerapan konsep penerapan *circuit training* PGD terhadap kompetensi motorik.
2. Bagi guru pendidikan jasmani, diharapkan dengan hasil penelitian ini, akan memberi masukan berharga terkait cara yang digunakan untuk meningkatkan kompetensi motorik pada siswa SD.
3. Bagi siswa, melalui penelitian ini diharapkan dapat mengetahui betapa pentingnya melakukan aktivitas jasmani terutama untuk meningkatkan kompetensi motorik.

#### **1.4.4 Dari Segi Isu Serta Aksi Sosial**

Penelitian ini diserahkan oleh peneliti kepada masyarakat untuk menjadi sumber referensi atau rujukan untuk penelitian-penelitian yang akan datang, memperkuat teori atau pendapat tentang cara meningkatkan kompetensi motorik pada pembelajaran pendidikan jasmani melalui penerapan *circuit training*

### **1.5. Struktur Organisasi Penulisan**

Struktur organisasi penulisan dalam penelitian ini yakni sebagai berikut :

#### **1.5.1 BAB I PENDAHULUAN**, menerangkan:

- a. Latar belakang masalah yang berisi tentang masalah apa yang diambil untuk penelitian ini, rumusan masalah yang berupa pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian.
- b. Tujuan penelitian yakni untuk mengetahui seberapa besar pengaruh penelitian ini.

Muhamad Aldi Jatnika, 2023

**PENGARUH CIRCUIT TRAINING PGD TERHADAP KOMPETENSI MOTORIK ANAK SD KELAS ATAS**  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- c. Manfaat penelitian berupa harapan yang akan dicapai setelah melakukan penelitian.

#### **1.5.2 BAB II KAJIAN TEORI**, menerangkan:

- a. Kajian teoritis berupa teori-teori yang berhubungan dengan penelitian sebagai acuan dari penelitian.
- b. Kerangka berpikir berupa pemikiran pemikiran awal yang dijelaskan peneliti untuk melanjutkan penelitiannya nanti.
- c. Hipotesis tindakan berupa dugaan penelitian tentang penelitian tersebut.

#### **1.5.3 BAB III METODE PENELITIAN**, menerangkan:

- a. Metode penelitian berupa cara yang akan dilakukan dalam penelitian.
- b. Tujuan operasional penelitian berupa kejelasan manfaat yang akan didapat dalam pembelajaran di sekolah.
- c. Waktu dan tempat penelitian menjelaskan waktu dan tempat penelitian yang akan dilaksanakan.
- d. Populasi dan sampel menjelaskan pengambilan banyak subyek penelitian yang akan diteliti.
- e. Langkah-langkah penelitian berupa cara yang dilakukan untuk memperoleh data serta cara untuk memberikan perlakuan terhadap subyek penelitian.

#### **1.5.4 BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN**, menerangkan:

- a. Hasil-hasil dari pengelolaan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian.
- b. Pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan peneliti yang telah dirumuskan sebelumnya.

#### **1.5.5 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**, menerangkan:

- a. Kesimpulan berupa ringkasan penelitian yang diteliti.
- b. Saran berupa pendapat penulis tentang penelitian ini serta himbauan yang ditulis untuk kemajuan khususnya dalam penulisan penelitian ini serta pada umumnya.