

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Seseorang melakukan suatu kegiatan didasari adanya dorongan untuk memenuhi kebutuhannya, salah satu aspek sumber motivasi pendorong tindakan manusia tersebut disebut dengan minat. Minat merupakan perasaan suka atau ketertarikan pada suatu objek atau kegiatan yang timbul secara tanpa paksaan. Menurut Slameto (2003, hlm. 180) menyatakan bahwa “Minat sebagai suatu rasa lebih suka dan rasa keterikatan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh”. Jadi dapat disimpulkan bahwa minat adalah perasaan senang yang timbul dari dorongan diri sendiri maupun orang lain. Ada beberapa faktor yang mendasari timbulnya minat, faktor-faktor tersebut yaitu faktor dorongan dari dalam, faktor motivasi sosial, dan faktor emosional Rina Dwi Muliani & Arusman (2022, hlm, 06). Dalam psikologi, minat mengacu pada keadaan psikologis keterlibatan dan kecenderungan yang relatif abadi untuk melibatkan sesuatu tertentu dari waktu ke waktu (Renninger & Pozos-Brewer, 2015). Setiap orang memiliki minat yang berbeda dalam melakukan kegiatan, ada yang memiliki minat untuk belajar, berpikir, berolahraga, kesenangan dan kepuasan tergantung dari tujuan individu masing-masing. Menurut Dari beberapa definisi di atas dapat digambarkan bahwa minat merupakan sebuah dorongan sebagai kekuatan rasa yang menjadi daya penggerak seseorang dalam melakukan aktivitas dengan penuh ketekunan dan cenderung menetap, di mana aktivitas tersebut merupakan proses pengalaman yang dilakukan dengan penuh kesadaran.

Dengan demikian aktivitas yang dilakukan cenderung didasari oleh minat, termasuk kegiatan olahraga. Oleh karena itu, olahraga yang dilakukannya akan mempunyai tujuan positif yaitu kesehatan. Seseorang yang memiliki minat untuk melakukan kegiatan olahraga didasari atas kebutuhan terhadap kegiatan tersebut, kegiatan fisik yang dilakukan melalui olahraga, tentunya didasarkan pada motif atau dorongan yang timbul pada diri sendiri sehingga hasilnya akan menimbulkan kesenangan pribadi yang secara tidak langsung sudah

menanamkan budaya hidup sehat. Aspek kesehatan merupakan salah satu aspek yang kerap kali dikaitkan dengan makna kebugaran jasmani, dari pengertian beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani merupakan suatu kesanggupan tubuh untuk melakukan aktivitas fisik atau kegiatan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani merupakan bagian dari kehidupan dan mutlak untuk dimiliki oleh setiap manusia, oleh karena itu kegiatan atau aktivitas fisik yang dilakukan haruslah didukung dengan kebugaran jasmani, dan derajat kebugaran jasmani setiap individu berbeda tergantung oleh aktivitas yang dilakukan setiap individu masing-masing. Serta derajat kebugaran jasmani yang dibutuhkan setiap individu tergantung kepada fisik yang dilakukan sehari-hari.

Minat berolahraga merupakan salah satu faktor terpenting dalam mempengaruhi seseorang untuk beraktivitas fisik, dengan minat seseorang akan menyukai dan menimbulkan rasa senang terhadap suatu kegiatan sehingga tingkat kebugaran jasmani seseorang akan meningkat. Berdasarkan hasil observasi peneliti, MTs Ar-Rohmah Sukajadi merupakan salah satu sekolah jenjang Sekolah Menengah Pertama. Peserta didik MTs Ar-Rohmah sendiri ini memiliki minat yang cukup tinggi terhadap olahraga bisa dilihat dari peserta didik yang sering melakukan aktivitas fisik, peserta didik lebih banyak menghabiskan waktu di luar kelas pada jam istirahat dan peserta didik lainnya sering melakukan olahraga pada satu minggu sekali atau kurang. Hal ini dilihat dari kegiatan ekstrakurikuler sekolah ini yang hanya memiliki jumlah partisipasi yang cukup banyak dan keadaan lingkungan sekolah yang mendukung. Saat mengikuti kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani terlihat bahwa peserta didik bersemangat untuk berolahraga, dan aktif untuk melakukan aktivitas fisik. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani peserta didik. Dan minat berolahraga dengan prestasi belajar.

Dalam kegiatan pembelajaran terdapat aktivitas kegiatan belajar yang akhirnya terjadi proses kegiatan nilai akhir oleh guru mata pelajaran masing-masing. Nilai akhir digunakan sebagai tolak ukur pemahaman dan pengetahuan peserta didik selama proses kegiatan belajar. Nilai akhir biasanya dituangkan

berbentuk angka yang melambangkan keberhasilan siswa, yang bertujuan untuk memberikan umpan balik maupun informasi yang berguna bagi peserta didik. Nilai akhir ini biasanya dituangkan dalam prestasi belajar (*raport*). Berdasarkan hasil raport, maka dapat dilihat prestasi belajar dari peserta didik masing-masing dan tinggi rendahnya prestasi belajar pada setiap mata pelajaran. Terdapat berbagai faktor yang menyebabkan tinggi rendahnya prestasi belajar, yaitu faktor internal (fisiologi dan jasmani), dan faktor eksternal yaitu lingkungan, dukungan orangtua, sosial Ruhimat (2017, hlm. 140). Nilai akhir atau raport ini penting untuk melanjutkan studi para siswa ke jenjang yang lebih tinggi. Karena sistem evaluasi pendidikan di Indonesia masih menggunakan nilai untuk kualifikasi kenaikan kelas, pendidikan yang lebih tinggi bahkan dunia kerja sering menggunakan kualifikasi dalam nilai. Penelitian Komara (2016, hlm. 9) mengemukakan bahwa prestasi belajar dan perencanaan karir siswa memiliki hubungan yang signifikan, hal ini akan bermanfaat untuk menyusun bahan pertimbangan akan karir masa depan bagi peserta didik. Karena adanya faktor – faktor tertentu yang mempengaruhi prestasi belajar salah satunya faktor fisiologis atau jasmani individu, aktivitas fisik atau kegiatan berolahraga adalah salah satu cara untuk menjaga jasmani seseorang. Akan tetapi minat berolahraga zaman sekarang pada remaja terbilang rendah maka peneliti ingin mengetahui apakah minat berolahraga akan berhubungan dengan prestasi belajar.

Berdasarkan uraian di atas, bahwa minat yang timbul dari diri sendiri untuk melakukan olahraga akan mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas fisik atau olahraga, sehingga nantinya akan mendapatkan kebugaran jasmani sebagai akibat dari aktivitas olahraga yang telah dilakukan. Anggapan dasar penelitian ini adalah dengan adanya minat yang timbul sebagai dorongan untuk melakukan olahraga yang memegang tujuan untuk kesehatan akan menghasilkan dampak positif yaitu kebugaran jasmani bagi pelakunya, hal ini dikarenakan di dalam melakukan kegiatan olahraga yang didasari oleh minat yang kuat, aspek lain yang mengganggu terhadap aktivitas yang dilakukan bisa dicegah, sehingga akan fokus terhadap tujuan yang hendak dicapai yaitu kebugaran jasmani. Ketika seseorang memiliki minat, individu tersebut dengan sendirinya pasti

terlibat dalam suatu kegiatan yaitu partisipasi, bahkan juga memunculkan rasa motivasi, dikarenakan individu tersebut telah mengetahui tujuan yang ingin dicapai (Renninger & Pozos-Brewer, 2015). Begitu pula dengan prestasi belajar, karena dengan minat berolahraga seseorang akan melakukan aktivitas fisik yang baik sehingga peserta didik akan memiliki waktu istirahat yang teratur sehingga memperkuat konsentrasi peserta didik dan prestasi belajar akan baik. Tetapi tidak semua siswa mempunyai minat tersendiri dalam aktivitas olahraga padahal jika siswa memiliki minat terhadap olahraga siswa akan dapat memperoleh prestasi belajar yang diharapkan.

Menurut penelitian terdahulu pengaruh minat olahraga berdampak signifikan terhadap prestasi belajar penjas Dicky (2022, hlm. 2). Penelitian lain berpendapat bahwa aktivitas fisik dan kebugaran jasmani memiliki hubungan signifikan terhadap prestasi siswa sesuai dengan penelitian Nabila (2022, hlm. 2) berpendapat bahwa kebugaran jasmani memiliki hubungan terhadap prestasi siswa. Namun peneliti belum menemukan penelitian lain dengan masalah dalam aspek minat berolahraga dengan kebugaran jasmani dan prestasi belajar, hal ini membuat peneliti menjadikan permasalahan yang akan diungkap dalam penelitian ini. Dikarenakan peneliti sudah melakukan observasi, peneliti melihat bahwa partisipasi peserta didik cukup banyak dilihat dari antusias dalam kegiatan aktivitas fisik pun dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Sehingga pada penelitian ini peneliti ingin melihat hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani pada peserta didik yang sering berolahraga, apakah seseorang yang gemar berolahraga mempunyai minat yang tinggi sehingga terjadi tingkat kebugaran jasmani yang tinggi yang akan berpengaruh kepada prestasi belajar. Peneliti ingin mengetahui mana yang memberikan hubungan lebih signifikan apakah minat berolahraga terhadap kebugaran jasmani atau minat berolahraga terhadap prestasi belajar, yang akan berhubungan dan bermanfaat bagi peserta didik.

Bertolak dari permasalahan diatas dan pengamatan peneliti banyak dijumpai faktor-faktor masalah yang mempengaruhi minat siswa terhadap kegiatan berolahraga terkait dengan kebugaran jasmani peserta didik dan prestasi belajar. Maka peneliti tertarik mengetahui lebih dalam mengenai “Hubungan Minat

Berolahraga dengan Kebugaran Jasmani dan Prestasi belajar Peserta didik di MTs Ar-Rohmah Sukajadi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani?
2. Apakah terdapat hubungan minat berolahraga dengan prestasi belajar siswa?
3. Manakah hubungan yang memberikan nilai lebih signifikan antara hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani atau hubungan minat berolahraga dengan prestasi belajar siswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani.
2. Hubungan minat berolahraga dengan prestasi belajar siswa
3. Manakah hubungan yang memberikan nilai lebih signifikan antara hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani atau hubungan minat berolahraga dengan prestasi belajar siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai tolak ukur pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani dan prestasi belajar pendidikan jasmani.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah, dapat memberikan pedoman untuk meningkatkan pemahaman mengenai hubungan minat berolahraga dengan kebugaran jasmani dan prestasi belajar pendidikan jasmani pada peserta didiknya.
- b. Bagi guru penjas/pelatih ekstrakurikuler, diharapkan dapat menambah pemahaman dan pengetahuan dalam upaya pemahaman mengenai hubungan

minat berolahraga dengan kebugaran jasmani dan prestasi belajar pada peserta didiknya.

- c. Bagi siswa, dapat digunakan sebagai pedoman atau acuan meningkatkan minat berolahraga yang akan berdampak terhadap tingkat kebugaran jasmani dan prestasi belajar.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi ini berisi rincian urutan pada setiap bab. Dalam penelitian ini, peneliti memiliki susunan sesuai dengan Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia 2019. Berikut sistematika penulisan penelitiannya:

1. Bab I Pendahuluan

Pada bab I dalam penelitian ini terdiri dari: latar belakang, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

2. Bab II Tinjauan Pustaka

Pada bab II dalam penelitian ini terdiri dari: tinjauan pustaka, kerangka berfikir, dan hipotesis penelitian.

3. Bab III Metode Penelitian

Pada bab III dalam penelitian ini terdiri dari: desain, partisipan dan tempat, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur, analisis data.

4. Bab IV Temuan dan Pembahasan

Pada bab IV dalam penelitian ini terdiri dari: pembahasan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.

5. Bab V Simpulan dan Saran

Pada bab V dalam penelitian ini terdiri dari: simpulan, dan saran