

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani sering dihubungkan dengan konsep lain, yaitu manakala pendidikan jasmani (penjas) dipersamakan dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada perkembangan bagian-bagian yang berhubungan dengan aktivitas-aktivitas fisik yang bertujuan meningkatkan kesegaran jasmani maupun pengembangan keterampilan gerak. Pada dasarnya penjas merupakan aktivitas fisik yang dilakukan melalui pembelajaran yang ditujukan atau diarahkan agar seluruh potensi peserta didik tumbuh dan berkembang keterampilannya yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Hal ini sama seperti yang diungkapkan Mahendra (2009:3) “Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta emosional”.

Pada dasarnya sasaran pendidikan jasmani adalah bermaksud membantu peserta didik untuk menumbuh kembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri peserta didik yang terangkum kedalam 3 kategori yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor. Adapun tujuan dari pendidikan jasmani itu ialah meningkatkan kualitas manusia, atau membentuk manusia Indonesia yang berkepribadian *akhlakul karimah*. Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani. Artinya bahwa penjas itu diimplementasikan dalam bentuk aktivitas fisik yang mengembangkan aspek-aspek yang ada pada dirinya sendiri atau peserta didik secara jasmaniah. Dengan penjas diharapkan peserta didik mampu mencapai tujuan penjas itu sendiri.

Tujuan pendidikan jasmani pada dasarnya dapat diklasifikasikan kedalam empat kategori tujuan seperti yang dikemukakan oleh Bucher (Suherman, 2009:7) yaitu “Perkembangan fisik, perkembangan gerak, perkembangan mental, dan perkembangan sosial”. Sehubungan dengan tujuan pendidikan jasmani, seyogyanya pemilihan dan perumusan materi pendidikan jasmani dilakukan dengan baik dan benar serta sesuai dengan kebutuhan dan tingkat perkembangan peserta didik. Berdasarkan pengamatan sepintas yang dilakukan oleh penulis, situasi atau proses pembelajaran di sekolah cenderung dititik beratkan pada pelajaran-pelajaran teoritis yang dilakukan atau didominasi di dalam kelas, akan tetapi penjas juga memiliki peranan yang sangat penting dalam suatu pembelajaran di sekolah. Melalui proses belajar mengajar penjas tersebut diharapkan aspek kognitif, belajar afektif dapat berkembang sesuai dengan fungsinya sehingga apa yang diharapkan dapat berhasil secara menyeluruh.

Pada proses belajar mengajar (PBM) di sekolah banyak terdapat pengaruh yang menyebabkan keberhasilan peserta didik. Sehingga, peserta didik dapat berpartisipasi secara optimal dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor murid, guru, media, materi, metode, sarana, prasarana, dan strategi dalam mengajarnya. Selain itu, pada saat ini pandangan penjas telah mengalami perubahan dan telah berkembang ke arah yang lebih baik lagi. Ini dapat dilihat dari segi proses dan pengemasannya, menjadi lebih menarik ketika pembelajaran penjas sedang berlangsung sehingga peserta didik lebih aktif berpartisipasi bahkan lebih menyenangi penjas. Ini dibuktikan dengan kompetensi guru penjas yang semakin membaik yang salah satunya ditandai dengan digunakannya model, metode dan pendekatan-pendekatan yang bervariasi dan inovatif dalam proses belajar mengajar.

Disamping pandangan penjas telah mengalami perkembangan, masih banyak guru penjas yang melaksanakan proses pembelajarannya dengan cara tradisional atau cara seperti melatih yang menuntut anak untuk selalu bisa suatu kecabangan olahraga yang menitik beratkan pada peningkatan teknik tanpa memperhatikan siapa yang menjadi peserta didik serta dampaknya pada peserta didik. Sehingga, peserta didik terlihat merasakan kelelahan dan menjadi cepat

bosan akan pembelajaran penjas karena tidak mendapatkan rasa senang dalam dirinya dan tingkat partisipasi pun menjadi menurun atau peserta didik tidak begitu berpartisipasi dalam PBM. Ketika penulis melakukan pengamatan sepintas itu pun terjadi disekolah-sekolah pada umumnya. Dimulai dari kegiatan awal atau *warming up* sampai kegiatan akhir pembelajaran penjas.

Pada PBM penjas selalu diawali dengan *warming up*. Menurut Irwansyah (2006:56) menyatakan bahwa:

Pemanasan (*warming-up*) adalah aktivitas yang berisi gerakan-gerakan yang mendukung aktivitas inti dari olahraga yang akan dilakukan berikutnya dan diharapkan akan memberikan penyesuaian pada tubuh dari keadaan istirahat sebelum melakukan aktivitas olahraga.

Dari pernyataan tadi, aktivitas awal pembelajaran atau pemanasan dimaksudkan untuk mempersiapkan peserta didik menerima proses pembelajaran selanjutnya. Agar standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana maka guru pendidikan jasmani sedemikian rupa membuat pembelajaran yang efektif dan inovatif namun tetap menyenangkan. Salah satunya dengan menggunakan aktivitas permainan tradisional di awal pembelajaran. Menurut Mahendra (2003) mengungkapkan bahwa:

Permainan tradisional adalah bentuk kegiatan permainan dan atau olahraga yang berkembang dari suatu kebiasaan masyarakat tertentu. Pada perkembangan selanjutnya permainan tradisional sering dijadikan sebagai jenis permainan yang memiliki ciri kedaerahan asli serta disesuaikan dengan tradisi budaya setempat.

Berdasarkan pendapat diatas, permainan tradisional merupakan unsur-unsur kebudayaan yang tidak dapat dianggap remeh, karena permainan tradisional sudah ada di lingkungan peserta didik dan permainan tradisional memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan kejiwaan, sifat, dan kehidupan sosial anak di kemudian hari. Sukiman (2008:19) mengemukakan bahwa “Permainan tradisional disini adalah permainan anak-anak dari bahan sederhana sesuai aspek budaya dalam kehidupan masyarakat”. Dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional merupakan permainan rakyat yang telah dimainkan oleh anak-anak pada suatu daerah tradisi. Tradisi disini ialah permainan itu telah diwariskan dari generasi ke

generasi berikutnya. Jadi permainan tersebut telah dimainkan oleh anak-anak dari jaman ke jaman.

Penggunaan permainan tradisional dalam aktivitas *warming up* diharapkan dapat mengatasi berbagai masalah yang timbul dalam pelaksanaan pembelajaran penjas karena hal ini sangat berkaitan dengan kesiapan siswa itu sendiri dalam menghadapi materi inti dalam proses belajar selanjutnya untuk menopang keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Sehingga ketika proses *warming up* berlangsung siswa dapat meningkatkan partisipasi dalam mengikuti pembelajaran penjas dan merupakan sebuah kegiatan rekreatif. Selain itu, permainan tradisional juga sering diterapkan para siswa ketika bermain sehari-hari dilingkungannya masing-masing, jadi ketika sebuah pemanasan atau *warming up* menggunakan permainan tradisional, siswa tidak menjadi tidak asing dengan permainan tersebut.

Mengembangkan minat belajar gerak peserta didik pada dasarnya merupakan usaha guru untuk menarik perhatian peserta didik terhadap suatu hal yang baru agar peserta didik mau mempelajarinya tanpa ada paksaan yang berlebih namun tetap menyenangkan. Perkembangan minat belajar tersebut diharapkan menunjang peserta didik, artinya minat belajar tidak hanya pada awal pembelajaran saja akan tetapi minat belajar tersebut dapat terjaga sampai dengan PBM penjas selesai. Hal ini selaras dengan Slameto (2003:58) berpendapat bahwa “Minat tidak dibawa sejak lahir melainkan diperoleh kemudian, terutama dalam belajar gerak”.

Pada hakekatnya proses belajar mengajar yaitu proses komunikasi yang berjalan selaras dan bertujuan untuk mencapai tujuan pengajaran. Namun hal yang harus diperhatikan oleh guru penjas adalah mengemas pembelajaran semenarik mungkin dimulai dari aktivitas *warming up* itu sendiri sampai dengan proses belajar mengajar selesai sehingga hasil dan dampak yang ditimbulkannya pun dapat bermanfaat secara optimal bagi peserta didik terutama untuk menunjang pendidikan secara individu. Hal demikian pun penulis temukan dilingkungan SMP Negeri 2 Cijambe Subang. Penerapan suatu aktivitas pemanasan atau *warming up*

yang diaplikasikan pada peserta didik terlihat jelas pengaruhnya terhadap apa yang dirasakan peserta didik SMP Negeri 2 Cijambe.

Menurut pengamatan penulis di SMP Negeri 2 penggunaan aktivitas *warming up* menggunakan permainan konvensional biasanya menggunakan *Warming up* statis dan *warming up* dinamis. *Warming up* statis ini dilakukan mulai dari bagian tubuh atas menuju kebawah (dari kepala sampai kaki) atau sebaliknya. Setelah melakukan *warming up* statis biasanya dilanjutkan dengan kegiatan *Warming up* dinamis, terlihat yang penulis rasakan pengaruhnya yaitu peserta didik merasa bosan dan jenuh serta terkesan peserta didik kurang berminat dalam mengikuti PBM penjas. Dampak dari penggunaan metode *warming up* yang kurang menarik pada saat PBM penjas terlihat dirasakan peserta didik ketika memasuki kegiatan inti, karena pada saat *warming up* atau pemanasan peserta didik cenderung sudah malas dan mengalami kebosanan. Hal ini disebabkan tidak adanya minat dalam diri peserta didik itu sendiri untuk mengikuti pembelajaran penjas.

Akan tetapi, aktivitas *warming up* yang menggunakan permainan tradisional terkesan pengaruhnya yaitu peserta didik merasakan lebih ceria, senang dan ikut aktif dalam PBM penjas serta peserta didik lebih berminat dalam mengikuti pembelajaran penjas. Artinya minat terhadap pembelajaran penjas yang dipelajari cenderung mempengaruhi belajar selanjutnya serta mempengaruhi minat baru terhadap yang akan dipelajarinya. Mengembangkan minat terhadap suatu pembelajaran pada dasarnya adalah membantu siswa untuk melihat bagaimana hubungan antara materi yang akan dipelajarinya dengan dirinya sebagai individu. Proses ini menunjukkan bahwa belajar merupakan suatu alat yang membawa kemajuan pada dirinya sendiri, kemudian kemungkinan besar dia akan berminat untuk mempelajarinya termasuk minat dalam pembelajaran penjas.

Sesuai pemaparan di atas mengenai berbagai permasalahan yang timbul pada saat aktivitas *warming up* dalam PBM penjas sehingga minat belajar peserta didik dalam mengikuti penjas menurun. Tantangan yang harus dicapai dalam penelitian ini adalah memodifikasi suatu pembelajaran agar berdampak positif terhadap mata pelajaran penjas harus dilakukan, maka berdasarkan penjelasan

tersebut diatas penulis tertarik untuk mengetahui penerapan permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up* terhadap minat belajar pendidikan jasmani.

## **B. Rumusan Masalah**

Pembelajaran penjas di SMP Negeri 2 Cijambe taraf minat belajar dan partisipasi peserta didik sangatlah kurang dalam mengikuti PBM. Terlihat dengan sedikitnya peserta didik yang mengikuti pembelajaran penjas dengan sungguh-sungguh, semangat, dan ceria. Akan tetapi, sisanya mengikuti pembelajaran penjas dengan keterpaksaan diakibatkan karena pada saat PBM kurang menarik sehingga mengakibatkan minat mereka menurun.

Hal ini disebabkan karena kurangnya minat peserta didik itu sendiri untuk mengikuti pembelajaran penjas. Dari beberapa kendala yang penulis temukan di SMP Negeri 2 Cijambe, minimnya fasilitas pembelajaran penjas sehingga guru harus pintar mensiasati PBM semenarik mungkin dengan menggunakan metode ataupun pendekatan yang sesuai dengan situasi dan kondisi dilapangan. Salah satu permasalahan dalam pembelajaran penjas beranggapan bahwa semua peserta didik dalam melaksanakan aktivitas *warming up* dapat diberikan dengan metode pemanasan atau *warming up* statis dan dinamis agar memberikan kesesuaian pada tubuh ketika memasuki pembelajaran inti peserta didik benar-benar siap untuk menerima materi selanjutnya. Pendekatan atau metode *warming up* tersebut adalah pendekatan tradisional yang cenderung menyebabkan peserta didik menjadi bosan dengan aktivitas *warming up* tersebut dan minat belajar penjas pada kegiatan selanjutnya menjadi menurun.

Oleh karena itu guru penjas harus bisa mengemas aktivitas *warming up* dalam suasana yang menyenangkan agar peseta didik aktif dalam partisipasinya di saat PBM, namun tetap merujuk pada menyiapkan peserta didik dalam menghadapi materi inti. Jika peserta didik merasakan suatu perasaan senang dan ikut aktif dalam aktivitas *warming up* maka dapat diduga bahwa minat belajar peserta didik pada kegiatan selanjutnya akan meningkat sampai akhir pembelajaran penjas. Salah satu cara atau modifikasi pembelajaran yang dapat

dilakukan yaitu menerapkan permainan tradisional yang menitik beratkan pada aktivitas permainan dalam aktivitas *warming up* yang membawa pada suasana senang, ceria dan gembira pada saat *warming up* berlangsung sehingga minat belajar peserta didik dapat meningkat dalam PBM penjas. Sehingga dengan kata lain untuk meningkatkan minat terhadap pembelajaran penjas, maka harus memodifikasi dan mengembangkan aktivitas awal pembelajaran yaitu *warming up* atau pemanasan. Slameto (2003:180) berpendapat bahwa “Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat”.

Berdasarkan penjelasan yang telah di uraikan sebelumnya maka penulis benar-benar merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada perbedaan antara permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up* terhadap minat belajar pendidikan jasmani.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up* terhadap minat belajar pendidikan jasmani.

### **D. Manfaat Penelitian**

Jika tujuan penulisan ini tercapai, maka manfaat yang dapat dirasakan dari penulisan ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis, penulisan ini dapat dijadikan sumbangan pikiran dan bahan informasi serta memberikan gambaran mengenai penerapan permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up* terhadap peningkatan minat belajar penjas.

2. Secara praktis, hasil penulisan ini dapat dijadikan acuan dan bahan masukan bagi guru-guru penjas dalam mengemas aktivitas *warming up* melalui permainan tradisional dan permainan konvensional yang sesuai serta memahami dampaknya terhadap minat belajar penjas.

#### **E. Batasan Penelitian**

Berpedoman dari latar belakang di atas, serta untuk menghindari penafsiran yang terlalu luas dan untuk memperoleh gambaran yang jelas, maka batasan masalah dalam penulisan ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya difokuskan pada penerapan permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up* terhadap minat belajar penjas.
2. Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah metode eksperimen. Variabel bebas dalam penulisan ini adalah permainan tradisional dan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up*, sedangkan variabel terikat dalam penulisan ini adalah minat belajar penjas.
3. Pada kegiatan inti baik sampel A atau sampel B menggunakan strategi pembelajaran *game-drill-game*.
4. Jenis permainan tradisional yang digunakan yaitu kucing-kucingan dan bebentengan, sedangkan untuk permainan konvensional yaitu metode pemanasan statis dan dinamis.
5. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Cijambe, sedangkan yang menjadi sampel adalah siswa kelas VII A dan VII B SMP Negeri 2 Cijambe dengan jumlah masing-masing 23 orang.
6. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner atau angket dan observasi. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup, angket tertutup yaitu kuesioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban lengkap, sehingga pengisi hanya tinggal memberi tanda pada jawaban yang dipilih. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala likert, Skala ini



menilai sikap atau tingkah laku yang diinginkan oleh para penulis dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden.

## F. Batasan Istilah Penelitian

Agar tidak terjadi salah dalam penafsiran maka penulis membatasi dalam batasan istilah yaitu:

1. Penerapan adalah bisa berarti pemakaian suatu cara atau metode atau suatu teori atau sistem.  
(<http://id.answer.yahoo.com/question/index?qid=20111118181316AAUOHb1>) (diakses 15 juli 2013).
2. Permainan tradisional adalah permainan anak-anak dari bahan sederhana sesuai aspek budaya dalam kehidupan masyarakat (Sukiman D, 2008:19)
3. *Warming up* atau pemanasan adalah kegiatan persiapan tubuh untuk meningkatkan frekuensi jantung dan penguluran otot yang bertujuan mempersiapkan emosional, fisiologis, dan fisiologis untuk melakukan berbagai macam latihan.  
(<http://gustopobayu.blogspot.com/2012/03/makalah-pemanasan-olahraga.html>). (diakses 8 febuari 2013).
4. Minat adalah kecenderangan jiwa yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas atau kegiatan.  
(<http://www.scribd.com/hanik%20i/d/21249216-MINAT-BELAJAR>).(diakses 8 febuari 2012).
5. Belajar adalah proses perubahan perilaku berkat pengalaman dan latihan. (Djamarah dan Zain 2002:11).
6. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. (Mahendra, 2008:3).