

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang mutlak yang harus dipenuhi, sehingga untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam dunia pendidikan, perlu banyak pembenahan di segala bidang yang terkait. Dalam upaya pelaksanaan pendidikan tersebut dapat diimplementasikan dalam kurikulum yang disusun oleh pemerintah maupun satuan pendidikan yang bersangkutan. Menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 19, “ Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu” (Rahman, 2014).

Pendidikan sejatinya merupakan bagian terpenting dalam memajukan suatu bangsa dan negara. Pendidikan diharapkan menjadi bagian terpenting dan harus diperhatikan untuk mencetak generasi muda yang mampu mengembangkan potensi dirinya, serta mempunyai pola berfikir secara kritis dan sistematis, bertanggung jawab, berakhlak mulia, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pendidikan juga mampu meujudkan sumber daya manusia yang memiliki kompetensi yaitu sikap, pengetahuan dan keterampilan dalam dirinya.

Menurut (Supriadi, 2016) pada dasarnya pendidikan merupakan suatu penanggulangan dalam menciptakan sumber daya manusia yang maksimal. Hal ini dikarenakan pendidikan adalah aspek dasar dalam pencapaian sektor pembangunan baik pada sektor ekonomi, sektor politik, sektor hukum, sektor sosial budaya, dan perangkat sektor lainnya yang berkaitan dengan pembangunan kerakyatan dalam pelaksanaan pemerintahan kenegaraan. Dengan begitu pendidikan sangat jelas menjadi hal yang harus kita perjuangkan bersama.

Pendidikan merupakan suatu proses pengubahan sikap dan perilaku seseorang melalui pemberian pembelajaran pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sekelompok orang yang diberikan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pengajaran, pelatihan, atau penelitian. Seperti tercantum dalam (UU No. 2 Tahun 1989 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, 1989) pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi perannya di masa yang akan datang. Adanya pendidikan, maka akan timbul didalam diri seseorang untuk berlomba-lomba dan memotivasi diri untuk lebih baik dalam segala aspek kehidupan. Dalam hal ini salah satu pembelajaran yang bisa meningkatkan atau mengembangkan diri dari berbagai aspek yaitu pendidikan jasmani. Dalam konteks pendidikan jasmani, Kurikulum Merdeka Belajar memungkinkan siswa untuk mengembangkan diri secara fisik melalui berbagai kegiatan olahraga dan aktivitas kebugaran.

Pembelajaran dalam Kurikulum Merdeka Belajar adalah pendekatan baru dalam sistem pendidikan di Indonesia yang bertujuan untuk memberikan kebebasan kepada siswa dalam memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan minat, bakat, dan kebutuhan mereka. Kurikulum Merdeka Belajar mempromosikan pembelajaran yang lebih aktif, kolaboratif, dan relevan dengan dunia nyata. Beberapa poin penting tentang pembelajaran dalam kurikulum merdeka belajar, 1) Mandiri dalam Pembelajaran, siswa diberikan kebebasan untuk mengatur dan mengelola proses belajar mereka sendiri. Mereka dapat menentukan topik yang ingin dipelajari, metode pembelajaran yang mereka sukai, serta sumber daya yang mereka butuhkan. 2) Pembelajaran Kolaboratif, siswa didorong untuk bekerja sama dalam kelompok, berbagi pengetahuan, dan belajar bersama. Mereka dapat mengadakan diskusi, proyek kelompok, atau kegiatan kooperatif lainnya untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sosial mereka. 3) Fleksibilitas Kurikulum, kurikulum merdeka belajar memberikan fleksibilitas dalam pemilihan mata pelajaran dan metode pembelajaran.

Siswa dapat memilih mata pelajaran yang sesuai dengan minat dan tujuan mereka, serta menyesuaikan jadwal belajar mereka. 4) Pembelajaran

Kontekstual, pembelajaran dalam kurikulum merdeka belajar berfokus pada penerapan pengetahuan dalam situasi nyata. Siswa didorong untuk menghubungkan materi pembelajaran dengan kehidupan sehari-hari, mengidentifikasi masalah, dan mencari solusi yang inovatif. 5) Penggunaan Teknologi: Teknologi menjadi komponen penting dalam kurikulum merdeka belajar. Siswa dapat memanfaatkan perangkat teknologi, seperti komputer, internet, dan aplikasi pendidikan, untuk mendukung pembelajaran mereka. 6) Penilaian Alternatif, kurikulum merdeka belajar mendorong penggunaan penilaian alternatif yang lebih holistik dan komprehensif. Selain tes tulis, siswa dapat dinilai melalui proyek, presentasi, portofolio, atau bentuk penilaian lainnya yang mencerminkan kemampuan dan potensi mereka secara lebih luas. Materi materi dalam kurikulum merdeka adalah PAI, materi ini mencakup pembelajaran tentang nilai-nilai agama, etika, moral, dan perilaku baik. Bahasa Indonesia, materi ini meliputi keterampilan membaca, menulis, mendengarkan, berbicara, serta memahami dan menggunakan bahasa Indonesia dengan baik dan benar. Matematika, materi ini mencakup konsep matematika dasar, seperti angka dan operasi hitung, geometri, aljabar, statistik, dan peluang. Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), materi ini meliputi pengetahuan dan pemahaman tentang sains, termasuk fisika, kimia, biologi, dan lingkungan hidup. Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), materi ini mencakup pengetahuan dan pemahaman tentang geografi, sejarah, ekonomi, dan masyarakat. Seni Budaya, Materi ini mencakup seni musik, seni tari, seni drama, seni rupa, dan keterampilan kreatif lainnya. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan,

Materi ini mencakup aktivitas fisik, olahraga, permainan, kebugaran, dan pemahaman tentang kesehatan. Materi-materi dalam kurikulum merdeka belajar yang mencakup aktivitas fisik, olahraga, permainan, kebugaran, dan pemahaman tentang kesehatan dalam pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, keterampilan motorik, dan pemahaman tentang pentingnya gaya hidup sehat bagi siswa. Dalam kurikulum ini, siswa diberikan kebebasan untuk memilih jenis aktivitas fisik yang sesuai dengan minat dan bakat mereka. Mereka dapat terlibat dalam olahraga tradisional seperti sepak bola, bulu tangkis, bola basket, atau kegiatan rekreasi seperti berenang, hiking,

atau bersepeda. Selain itu, materi ini juga mencakup permainan yang dapat meningkatkan keterampilan koordinasi, kecepatan, kekuatan, dan ketangkasan siswa. Selain aspek fisik, kurikulum ini juga memberikan pemahaman tentang kesehatan yang meliputi pengetahuan tentang gizi, kebersihan diri, pola hidup sehat, dan pengelolaan stres. Siswa diajarkan tentang pentingnya menjaga kebugaran fisik dan kesehatan mental mereka. Dalam pendekatan kurikulum merdeka belajar, siswa juga didorong untuk bekerja sama dalam kelompok atau tim dalam melakukan aktivitas fisik. Kolaborasi ini membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, kemampuan berkomunikasi, dan pemecahan masalah melalui kerja sama tim. Materi-materi dalam pendidikan jasmani dalam kurikulum merdeka belajar bertujuan untuk memotivasi siswa agar lebih aktif, berpartisipasi secara penuh, dan memiliki pemahaman yang mendalam tentang pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental mereka.

Melalui Kurikulum Merdeka Belajar, diharapkan siswa dapat mengembangkan kemandirian, kreativitas, kemampuan berpikir kritis, serta mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan di dunia nyata. Pendekatan ini juga diharapkan dapat memotivasi siswa dalam proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar mereka. Ditahun 2022 indonesia khususnya di beberapa sekolah menengah sudah mulai menerapkan kurikulum medeka belajar, Program Merdeka Belajar menurut Mendikbud akan menjadi arah pembelajaran ke depan yang fokus pada meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Seperti yang diharapkan pada kurikulum merdeka belajar yang mengacu pada bakat dan minat siswa.. Merdeka belajar dalam Penjas memberikan kebebasan peserta didik, sehingga diperlukan kemampuan guru dalam proses pembelajaran sesuai dengan kaidah program pendidikan merdeka belajar I Made Yoga Prawata (2021: 222).

Badan Standar Nasional Pendidikan berpendapat bahwa Kurikulum Merdeka Belajar adalah kurikulum pembelajaran dengan pendekatan bakat dan minat sebagai acuannya. Pada kurikulum merdeka, untuk memaksimalkan proses kegiatan pembelajaran guru dituntut untuk dapat membuat kegiatan belajar tidak monoton dan hanya sekedar menjelaskan saja. Melainkan seorang pendidik harus dapat memperhatikan ketentuan-ketentuan apa saja yang

mempengaruhi proses kegiatan pembelajaran terasa monoton. Upaya guru untuk mencapai suatu tujuan dalam pembelajaran membutuhkan tenaga, kerja keras, kreatifitas dan guru berperan aktif serta inovasi.

Apabila proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kurikulum merdeka dijalankan dengan disiplin, maka secara tidak langsung akan mengurangi tingkat kemalasan pada siswa. Penerapan kurikulum merdeka belajar pada mata pelajaran pendidikan jasmani tidak mudah untuk menyesuaikan di setiap pelaksanaan dalam proses mengajar, terlebih tidak semua sekolah dapat menjalankan kurikulum tersebut. Namun, tidak menutup kemungkinan bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan kurikulum merdeka belajar mampu memberikan kebebasan peserta didik untuk beraktivitas tanpa dibatasi dengan aturan serta menambah kesenangan pada siswa. Sehingga peningkatan kualitas, sikap pengetahuan, dan keterampilan gerak dapat dilaksanakan sesuai dengan kurikulum merdeka belajar.

Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani (penjas) pada Kurikulum Merdeka Belajar, terdapat beberapa prinsip dan pendekatan yang dapat diterapkan. Berikut adalah beberapa poin yang relevan. Fleksibilitas dalam Pemilihan Aktivitas, dalam Kurikulum Merdeka Belajar, siswa memiliki kebebasan dalam memilih aktivitas fisik yang mereka minati dan sesuai dengan minat mereka. Mereka dapat memilih dari berbagai macam olahraga, permainan, atau aktivitas fisik lainnya, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif dalam pembelajaran penjas. Peningkatan Aktivitas Fisik, kurikulum merdeka belajar memberikan penekanan pada peningkatan aktivitas fisik siswa. Selain mengikuti kegiatan penjas di sekolah, siswa juga didorong untuk aktif bergerak di luar jam pelajaran, seperti melalui kegiatan ekstrakurikuler, olahraga komunitas, atau aktivitas fisik di rumah. Pembelajaran Kontekstual, pembelajaran penjas dalam kurikulum merdeka belajar mendorong siswa untuk menghubungkan aktivitas fisik dengan konteks kehidupan sehari-hari. Mereka diajak untuk memahami pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. Kolaborasi dan Kompetisi Sehat pembelajaran penjas juga melibatkan kolaborasi antar

siswa dalam berbagai aktivitas fisik, seperti permainan kelompok, latihan tim, atau proyek kolaboratif. Selain itu, pendekatan kompetisi sehat dapat digunakan untuk membangun semangat sportivitas, kerjasama, dan kepemimpinan. Pemanfaatan Teknologi, teknologi juga dapat dimanfaatkan dalam pembelajaran penjas dalam kurikulum merdeka belajar. Siswa dapat menggunakan aplikasi atau perangkat teknologi untuk melacak aktivitas fisik, memantau kesehatan, atau mengakses sumber daya pembelajaran yang relevan. Penilaian komprehensif dalam kurikulum merdeka belajar, penilaian penjas dapat dilakukan secara komprehensif dan holistik. Selain penilaian prestasi fisik, aspek lain seperti pengetahuan tentang olahraga, sikap terhadap kebugaran, dan partisipasi aktif dalam aktivitas fisik dapat dinilai.

Pembelajaran penjas dalam kurikulum merdeka belajar bertujuan untuk mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya aktivitas fisik, kesehatan, dan keterampilan olahraga, serta memberikan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka dalam bidang ini.

Menurut (Hidayat, 2018) Penjas merupakan sebuah proses pendidikan yang menggunakan gerak jasmani sebagai alat atau media untuk mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangan yang lengkap, baik pada aspek fisik, sosial, dan emosional, maupun spiritual, dengan begitu pendidikan Jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan yang tidak terpisahkan. Pendidikan yang bermutu memberikan kesempatan kepada peserta didik dalam mengembangkan potensi dalam dirinya dan lingkungan belajar yang mendukung. Penjas sebagai salah satu subsistem pendidikan wajib diajarkan disekolah karena memiliki peranan yang penting dalam pembentukan manusia seutuhnya. Penjas juga memberi kesempatan untuk terlibat langsung dalam proses belajar dimana siswa mendapatkan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Penjas tentu mempunyai tujuan dan manfaat yang harus dibersamai dengan kontribusi dari tenaga pendidik yang mumpuni dan juga siswa atau peserta didik yang kontributif dan interaktif untuk mencapai tujuan hasil belajar.

Dengan begitu seorang guru harus bisa memancing antusias dari siswa untuk berperan aktif mengikuti pembelajaran. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga, dalam undang-undang Republik Indonesia No 20 tahun 2003 Bab X tentang kurikulum pasal 37 diterangkan bahwa kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat salah satunya yakni Penjasorkes, artinya bahwa diseluruh satuan pendidikan tingkat dasar dan menengah harus ada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Didalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis

Penjas adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan pembentukan watak (Pinrang & Badaru, 2019). Pendidikan karakter yang diajarkan sangat beragam dan penting untuk kepribadian siswa, salah satunya adalah sikap kemandirian yang harus dimiliki siswa. Mandiri adalah mampu memenuhi kehidupan diri sendiri dan tidak bergantung pada orang lain dan orang yang mandiri mampu mempertimbangkan pilihan dan membuat keputusan sendiri. Untuk siswa mulai ditanamkan sikap kemandirian terhadap dirinya, misalnya anak mulai diajarkan tentang perannya sebagai siswa adalah belajar, maka anak mulai di didik sejak dini untuk mau belajar dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, tidak mudah untuk mengandalkan kemampuan orang lain dan berani menghadapi resiko atas keputusan yang nanti akan di ambilnya.

Pembelajaran penjas yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik. Untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani,

olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani yang diutamakan adalah partisipasi dari siswa yaitu siswa harus banyak bergerak dan berkarya dan seorang guru harus sedikit bicara dan banyak bekerja. Pelaksanaan adalah proses, cara, perbuatan melaksanakan suatu rancangan, keputusan dan sebagainya (KBBI, 1998:627). Salah satu prinsip penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah partisipasi siswa secara penuh dan merata, karena pendidikan jasmani harus memperhatikan secara penuh dan merata, karena dalam pembelajaran pendidikan jasmani harus memperhatikan kepentingan siswa dengan memperhatikan perbedaan kemampuan. Apabila ada anak yang lemah kemampuannya harus memperoleh layanan yang sebaik-baiknya. Agar guru dapat melaksanakan tugas mengajar dengan baik diperlukan seperangkat kemampuan yang harus dikuasainya. Seperangkat kemampuan itu antara lain kemampuan profesional yang disebut dengan kompetensi profesional.

Kompetensi adalah usaha untuk menggambarkan apa yang diharapkan, dikehendaki, didambakan, diantisipasi, dilatih dan sebagainya. Komponen berada dalam diri seseorang berupa kemampuan dan kecakapan untuk melakukan dan berkaitan dengan pola-pola perilaku yang dapat diamati. Adapun tugas, peran dan tanggung jawab seorang guru adalah sebagai berikut: Planner (perencana) adalah proses pengambilan keputusan hasil berpikir secara rasional tentang sasaran dan tujuan pembelajaran tertentu, yakni perubahan perilaku serta rangkaian kegiatan yang harus dilaksanakan sebagai upaya pencapaian tujuan tersebut dengan memanfaatkan segala potensi dan sumber belajar yang ada. Organizer (pelaksana) Menurut Harsanto (2007), advance organizer adalah model pembelajaran yang digunakan untuk menguatkan struktur kognitif siswa sehingga tercipta kebermaknaan dalam belajar yang bertujuan untuk memberi siswa informasi yang mereka butuhkan untuk mempelajari pelajaran atau membantu mereka dalam mengingat dan menerapkan pengetahuan yang telah mereka miliki.

Evaluator (penilai) adalah guru berperan untuk mengumpulkan data atau informasi tentang keberhasilan pembelajaran yang telah dilakukan., dan Teacher conselor (pembimbing) adalah orang yang digugu tentang ucapannya

dan ditiru tentang perbuatannya. Oleh karena itu, guru konselor harus menjadi teladan yang baik pada siswa. Tidak mungkin guru konselor dapat diikuti oleh siswa apabila tingkah laku, perbuatan, dan ucapannya tidak baik. Pembelajaran penjas dapat meningkatkan potensi yang ada pada diri peserta didik, dan dapat meningkatkan minat dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani sehingga peserta didik dapat menyalurkan bakat yang ada pada dirinya melalui aktivitas olahraga dengan pelaksanaan pembelajaran harus sesuai dengan tujuan pembelajaran penjas yang ingin dicapai (Ariana, 2016), agar tujuan pembelajaran penjas bisa tercapai, maka diperlukan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran dengan penuh semangat dan senang hati. Minat yang tinggi akan membuat peserta didik berusaha dengan keras dalam kegiatan olahraga, sedangkan minat yang rendah akan menyebabkan menurunnya keginginan peserta didik dalam melakukan kegiatan olahraga, sehingga akan membuat terhambatnya sumber daya manusia yang berkualitas sebagaimana yang tercantum dalam tujuan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani.

Efektivitas pembelajaran merupakan salah satu standar mutu pendidikan dan sering kali diukur dengan tercapainya tujuan, atau dapat juga diartikan sebagai ketepatan dalam mengelola suatu situasi. Efektif berasal dari bahasa Inggris yaitu kata "*effective*" yang dapat diartikan mempunyai efek (akibat, pengaruh, kesan) atau dapat pula diartikan membawa hasil, berhasil guna. Selain itu, efektif tidak hanya diorientasikan pada hasil tetapi juga proses yang ada dalam mencapai tujuan (Ihsana, 2017). Pembelajaran dianggap efektif apabila skor yang dicapai siswa memenuhi batas minimal kompetensi yang telah dirumuskan. Rumusan kompetensi ini bukan saja dalam tataran teoritis, tetapi harus terimplikasi dalam kehidupannya. Menurut Supardi, (2014) pembelajaran efektif adalah kombinasi yang tersusun meliputi manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur diarahkan untuk mengubah perilaku siswa ke arah yang positif dan lebih baik sesuai dengan potensi dan perbedaan yang dimiliki siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Hamalik (2001) menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri atau

melakukan aktivitas seluas-luasnya kepada siswa untuk belajar. Penyediaan kesempatan belajar sendiri dan beraktivitas seluas-luasnya diharapkan dapat membantu siswa dalam memahami konsep yang sedang di pelajari.

Efektivitas pembelajaran adalah ukuran keberhasilan dari suatu proses interaksi antar siswa maupun antara siswa dengan guru dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Efektivitas pembelajaran dapat dilihat dari aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung, respon siswa terhadap pembelajaran dan penguasaan konsep siswa. Untuk mencapai suatu konsep pembelajaran yang efektif dan efisien perlu adanya hubungan timbal balik antara siswa dan guru untuk mencapai suatu tujuan secara bersama, selain itu juga harus disesuaikan dengan kondisi lingkungan sekolah, sarana dan prasarana, serta media pembelajaran yang dibutuhkan untuk membantu tercapainya seluruh aspek perkembangan siswa. John Carroll (Supardi,2013) yang termasyhur dalam bidang pendidikan psikologi, dan dalam bukunya yang berjudul "*A Model of School Learning*", menyatakan bahwa *Instructional Effectiveness* tergantung pada lima faktor yaitu, 1) *Attitude*, 2) *Ability to Understand Instruction*, 3) *Perseverance*, 4) *Opportunity*, 5) *Quality of Instruction*. Dengan mengetahui beberapa indikator tersebut menunjukkan bahwa suatu pembelajaran dapat berjalan efektif apabila terdapat sikap dan kemauan dalam diri anak untuk belajar, kesiapan diri anak dan guru dalam kegiatan pembelajaran, serta mutu dari materi yang disampaikan. Apabila kelima indikator tersebut tidak ada maka kegiatan belajar mengajar anak tidak akan berjalan dengan baik. Kegiatan pembelajaran yang efektif sangat dibutuhkan anak untuk membantu mengembangkan daya pikir anak dengan tanpa mengesampingkan tingkat pemahaman anak sesuai dengan usia perkembangannya. Efektivitas pembelajaran merupakan suatu ukuran keberhasilan dari proses interaksi dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dalam hal ini efektivitas pembelajaran penjas sangat berpengaruh besar pada masa pertumbuhan siswa. Efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjas) melibatkan pemahaman mengenai pentingnya pendidikan penjas dalam mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan fisik, dan kesejahteraan siswa. Penjas merupakan bagian

integral dari kurikulum sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran fisik siswa, serta mempromosikan gaya hidup aktif. Beberapa poin yang dapat menjadi latar belakang mengenai efektivitas pembelajaran Penjas. Pengembangan Keterampilan Motorik, pembelajaran penjas memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan keterampilan motorik dasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan berenang. Keterampilan motorik yang baik penting bagi perkembangan fisik dan kemampuan berpartisipasi dalam aktivitas fisik sepanjang hidup. Peningkatan Kesehatan Fisik, pembelajaran penjas mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang bervariasi, seperti olahraga, permainan, senam, dan aktivitas rekreasi. Aktivitas fisik teratur memiliki manfaat besar bagi kesehatan fisik, termasuk meningkatkan kebugaran kardiorespirasi, kekuatan otot, fleksibilitas, dan mengontrol berat badan.

Pembelajaran Penjas membantu siswa memahami pentingnya gaya hidup aktif dan memberikan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik di luar lingkungan sekolah. Gaya hidup aktif dikaitkan dengan peningkatan kesehatan mental, peningkatan konsentrasi, dan peningkatan prestasi akademik. Pembelajaran Holistik, pembelajaran penjas tidak hanya fokus pada aspek fisik, tetapi juga melibatkan aspek sosial, emosional, dan kognitif. Melalui kerjasama tim, komunikasi, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah dalam konteks aktivitas fisik, siswa dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kepemimpinan yang penting. Pendidikan Kesehatan: Pembelajaran Penjas juga melibatkan aspek pendidikan kesehatan, seperti pengetahuan tentang nutrisi, kebugaran, kesehatan reproduksi, dan kebiasaan hidup sehat. Dengan memperoleh pemahaman yang baik tentang pentingnya pola makan seimbang dan perilaku hidup sehat, siswa dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memperhatikan latar belakang ini, pembelajaran Penjas yang efektif dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan siswa secara menyeluruh, termasuk dalam hal keterampilan motorik, kesehatan fisik, kesejahteraan, dan pengetahuan tentang gaya hidup sehat.

Peneliti melakukan observasi kelapangan untuk melihat bagaimana pembelajaran yang dilaksanakan di SMAN 9 Bandung dapat digambarkan bahwa efektivitas pembelajaran penjas sekarang mengalami penurunan dimana para siswa dahulu selalu menanti akan pembelajaran penjas, namun sekarang mereka cenderung malas untuk melakukan pembelajaran penjas dan sering kali mencari alasan agar tidak mengikuti pembelajaran penjas. Maka dari itu penelitian ini diperlukan untuk untuk memperlihatkan bahwa pembelajaran penjas sangat penting terhadap perkembangan karakter bagi siswa, maka peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian tentang efektivitas pembelajaran penjas dalam persepektif siswa kelas X di SMAN 9 Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis merumuskan permasalahan penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut: Bagaimana efektivitas pembelajaran penjas dalam perspektif siswa kelas X di SMAN 9 Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui efektivitas pembelajaran penjas dalam perspektif siswa di SMAN 9 Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Setelah peneliti mengetahui dan menemukan hasil penelitian, maka diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk

1. Secara teoritis

Sebagai bahan referensi dan informasi tentang efektivitas pembelajaran penjas di SMAN 9 Bandung, memberikan informasi yang berkaitan dengan efektivitas pembelajaran Penjas.

2. Secara praktis

- a. Bagi peneliti

Bagi penulis diharapkan penelitian ini menjadi sebuah informasi dan memberikan wawasan tentang efektivitas pembelajaran penjas di SMAN 9 Bandung.

- b. Bagi guru

Bagi guru bahwa Hasil Penelitian ini merupakan pedoman untuk memberikan informasi tentang efektivitas pembelajaran penjas di SMAN 9 Bandung.

c. Bagi siswa

Memberi motivasi tentang hal yang diteliti serta diharapkan para siswa motivasi dalam pembelajaran penjas sehingga dapat meningkatkan hasil belajarnya.