

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

PJOK (pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan) merupakan suatu cabang ilmu yang mempelajari tentang aktivitas gerak melalui media olahraga, sedangkan menurut Syarifuddin dalam (Muhyi.2020) PJOK merupakan aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta pembentukan karakter dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. PJOK sebagai suatu cabang ilmu yang paling substansi dalam mengembangkan wawasan keolahragaan di sektor pendidikan formal memiliki peran dalam menjalankan nilai-nilai olahraga. Salah satu cara untuk menjalankan nilai-nilai olahraga yaitu melalui literasi. Studi terbaru menunjukkan bahwa kurikulum PJOK harus melibatkan pendekatan literasi fisik serta keterampilan gerakan dasar. Jadi melek fisik adalah tujuan yang sangat penting dari pendidikan jasmani. Pemahaman terhadap literasi fisik dapat memudahkan siswa dalam proses pembelajaran PJOK (Basoglu, 2018). Melek fisik disini mempunyai arti mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan pengetahuan literasi fisik. Pengetahuan literasi fisik salah satunya didapat dari kemampuan memperoleh informasi dari media digital. Oleh karena itu, kemampuan dalam literasi digital sangat diperlukan, karena arus informasi yang semakin berkembang terutama di sektor pendidikan formal. Datangnya era keterbukaan informasi dan media yang semakin berkembang secara otomatis akan mengubah perilaku dalam berinteraksi.

Penjas atau biasa dikenal juga dengan sebutan PJOK merupakan satu diantara banyak mata pelajaran yang ada dalam kurikulum pendidikan formal di Indonesia. Hal tersebut dikarenakan dalam pembelajaran PJOK memiliki banyak dampak positif pada perkembangan fisik maupun psikis siswa apabila tujuan dari pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Secara khusus, dalam kurikulum telah dijelaskan bahwa tujuan PJOK untuk: yang pertama adalah untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam menjaga sekaligus mengembangkan kebugaran jasmani dan menjalankan pola hidup sehat. yang kedua adalah untuk meningkatkan pertumbuhan dan mengembangkan pola pikir siswa menjadi lebih baik. Ketiga

untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan lokomotor siswa. Keempat adalah menstimulus karakter dan moral yang baik melalui proses pembelajaran PJOK. Kelima adalah untuk mengembangkan perilaku sportif, jujur, bertanggung jawab, dapat bekerja sama, demokratis, disiplin, dan juga mampu menumbuhkan rasa percaya diri pada diri siswa. Keenam untuk megembangkan kemampuan siswa dalam menjalankan pola hidup sehat pada dirinya sendiri maupun di masyarakat. Dan ketujuh adalah untuk memberikan pemahaman terhadap konsep aktivitas jasmani dan olahraga di masyarakat baik sebagai sumber ilmu dalam lingkungan agar data tercapai pertumbuhan informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang baik, terbiasa hidup sehat, bugar, dan memiliki sifat yang positif dalam kehidupan bermasyarakat. (Depdiknas 2006:1).

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap - mental - emosional - sportivitas - spiritual - sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Menurut Wuest dan Bucher (1995, hlm.6) physical education is an educational process that has its aim the improvemen of human performance and enhancement of human development through the medium of physical activities selected to realize this outcome. Maksudnya, pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang mengandung tujuan untuk meningkatkan performa manusia dan meningkatkan perkembangan manusia melalui media aktivitas jasmani yang terpilih (disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak) untuk mewujudkan hasil yang terbaik.

PJOK merupakan bagian integral dari program pendidikan nasional, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui pembekalan pengalaman belajar menggunakan aktivitas jasmani terpilih dan dilakukan secara sistematis yang dilandasi nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa (Kemendikbud, 2016: 1). Menurut (Suryobroto,2004) pendidikan jasmani suatu proses pembelajaran yang didesain

untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Menurut (Yudanto, 2016) pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. (Tourism, 1996) memaparkan bahwa pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran di sekolah dengan kegiatan pendidikannya mempunyai tujuan untuk pertumbuhan dan perkembangan unsur jasmani, rohani, sosial, emosional dan intelektual. Kesimpulan dari beberapa pendapat di atas bahwa Penjasorkes atau PJOK adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktifitas jasmani yang memanfaatkan aktivitas fisik dengan tujuan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor guna meningkatkan kebugaran jasmani menuju manusia seutuhnya.

Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani menjadi hal yang penting untuk diketahui oleh para guru pendidikan jasmani di setiap jenjang pendidikan, yang dimulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Diharapkan dengan guru penjas dapat menjelaskan mengenai konsep dan pengertian modifikasi, menyebutkan apa yang dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi maka pembelajaran dapat berjalan dengan lebih aktif, efektif dan efisien. Dalam pelaksanaan program pendidikan jasmani di sekolah hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu mengedepankan prinsip "*Developmentally Appropriate Practice*" (DAP). DAP Artinya bahwa tugas ajar/gerak yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian maka dalam belajar gerak atau belajar melalui gerakan harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak/peserta didik. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya. Berdasarkan inti dari pembelajaran pendidikan jasmani yang berfokus pada prinsip DAP maka, dalam pelaksanaan proram pembelajaran penjas perlu adanya modifikasi pembelajaran. Modifikasi pembelajaran bertujuan untuk mempermudah siswa belajar menguasai keterampilan gerak, membuat siswa merasa senang selama mengikuti pembelajaran dan membantu mencapai tujuan belajar

yang telah ditetapkan oleh guru. Modifikasi pembelajaran yang dapat dilakukan oleh guru meliputi modifikasi materi pembelajaran, modifikasi peralatan pembelajaran, modifikasi sarana pembelajaran, modifikasi aturan pembelajaran dan sebagainya.

Program pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan kepada siswa hendaknya memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan kemampuan siswa, sehingga pembelajaran efektif dan pengalaman sukses dapat diperoleh oleh siswa (Budi, 2015). Mengenai hal tersebut Suherman (2000) menjelaskan bahwa: Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hakekatnya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu: "*Developmentaly Appropriate Practice*" (DAP), artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajarnya. Pembelajaran penjas yang diarahkan dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan kemampuan siswa akan memberikan hasil positif bagi siswa, baik dalam perkembangan kemampuan motorik maupun kepribadian siswa (Kusnandar, 2019; Listiandi, 2020; Setiawan, 2020). Selain itu pembelajaran penjas yang didukung dengan inovasi dan modifikasi pembelajaran yang tepat, terutama dengan memodifikasi olahraga permainan dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap proses pembelajaran.

Menurut Bahagia dan Adang (2000:1) esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang tadinya lebih rendah menjadi memiliki tingkat yang lebih tinggi.

Modifikasi secara umum dapat diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik tanpa menghilangkan unsur-unsur pokok dari apa yang dimodifikasi.

Bahagia & Suherman (2000) menjelaskan bahwa Modifikasi juga tidak terfokus pada satu arah saja, tetapi ada modifikasi modifikasi tujuan pembelajaran,

modifikasi materi pembelajaran, modifikasi kondisi lingkungan pembelajaran dan modifikasi evaluasi pembelajaran. Oleh karena itu dalam melakukan modifikasi pembelajaran penjas, guru harus memperhatikan prinsip modifikasi, sehingga proses pembelajaran tetap dapat diikuti siswa karena sesuai dengan perkembangan kemampuan motorik siswa. Mengenai hal tersebut, (Bahagia & Suherman, 2000) menjelaskan bahwa: Untuk mempermudah melakukan pengembangan dan modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes, kita mengenal aspek psikomotor yang harus dikembangkannya (misalnya kesegaran jasmani dan skill). Dalam pembelajaran kesegaran kita kenal komponennya (misalnya kekuatan dan fleksibilitas). Dalam pembelajaran skill kita kenal klasifikasinya (misalnya open dan close skill). Dalam pembelajaran konsep gerak kita kenal klasifikasinya (misalnya prinsip dan kualitas gerak).

Pada bola voli ada gerakan dasar yang harus diketahui oleh pemain atau siswa harus dikuasai seperti pasing bawah, pasing atas, servis blok dan smash, pada permainan ini kemampuan seperti daya ledak otot ataupun power, kelincahan, kecepatan dan kelentukan termasuk khusus cabang olahraga. Pasing merupakan gerakan dasar bola voli yang berfungsi untuk memainkan bola dengan teman regunya dalam lapangan permainan sendiri. Teknik dasar permainan bola voli harus benar - benar menguasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan untuk pertandingan yang lancar dan teratur (Literat & Indonesia, 2020). Pada Dasarnya permainan bola voli dapat meningkatkan partisipasi pada pembelajaran diharapkan dapat menambah keterampilan siswa dalam pembelajaran bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu permainan beregu yang dimainkan oleh enam pemain di lapangan dan enam pemain cadangan. Permainan bola voli juga adalah jenis olahraga merakyat yang menyenangkan, menarik, dan tidak membutuhkan biaya besar dalam memainkannya. Permainan bola voli dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan. Bola Voli adalah suatu bentuk permainan yang termasuk dalam cabang olahraga permainan, voli artinya pukulan langsung atau memukul bola langsung di udara sebelum bola jatuh ke tanah (Rukmana et al, 2021). Olahraga ini dimainkan dengan memantulkan bola dari tangan ke tangan, selanjutnya bola tersebut dijatuhkan ke daerah lawan. Tim lawan yang tidak bisa mengembalikan bola dianggap kalah dalam permainan (Teguh Susanto, 2016). Bola voli sangat

terkenal di masyarakat, dimulai dari kalangan atas sampai kalangan bawah sudah tidak asing lagi dengan nama permainan bola voli. Sering dijumpai di daerah - daerah tertentu permainan bola voli ini dimainkan oleh banyak orang, baik itu anak – anak maupun orang dewasa. Modifikasi dapat memudahkan guru penjas agar bisa mengefektifkan pembelajaran yang dimana alat dan tempat terbatas. Modifikasi permainan merupakan suatu usaha penyampaian materi dengan menyederhanakan alat dan peraturan yang disesuaikan dengan karakter peserta didik, proses belajar mengajar menyampaikan materi secara kreatif dan inovatif, serta membuat peserta didik lebih senang saat proses belajar khususnya permainan bola voli (Ghufron Is Cahyanto 2016).

Permainan bola besar merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola berukuran besar sebagai objek dan anggota tubuh sebagai penggerakannya. Biasanya, cabang olahraga ini dimainkan secara berkelompok yang dimainkan di sebuah lapangan sebagai medianya. Untuk memainkannya, pemain harus menggunakan bola besar yang memiliki diameter lebih dari 50 cm berbeda dengan bola kecil dan alat pemukul sebagai penggerakannya. Sejarah menurut Sendang Sri (2019:5) bahwa “Permainan bola besar adalah salah satu cabang olahraga yang dilakukan secara berkelompok atau beregu dengan bantuan alat utama berupa bola berdiameter lebih dari 50 cm.” Permainan bola besar memiliki beberapa tujuan dan fungsi bagi para pemainnya, diantaranya adalah untuk membantu membentuk stamina dalam tubuh sehingga tidak mudah lelah ketika beraktivitas serta membangun kepribadian diri menjadi lebih baik, mental yang kuat dan kedisiplinan.

Permainan olahraga bola besar sekarang ini telah menjadi bagian penting dalam perkembangan olahraga secara umum banyak olahraga populer yang dikenal diseluruh dunia termasuk pada permainan olahraga besar. Banyak jenis olahraga dalam permainan bola besar yang menarik untuk dimainkan, baik darisegi peraturan, teknik dan strategi yang melibatkan banyak orang. Dalam memainkannya permainan olahraga yang tergolong dan menggunakan sarana bola besar biasanya diisi oleh sejumlah pemain (permainan berkelompok) dengan peran dan cara bermain (role playing) yang berbeda-beda pada setiap pemain atau posisi yang diisi itu membuat permainan olahraga bola besar memiliki banyak variasi dalam memainkannya.

Jumlah waktu aktif belajar (JWAB) menurut Lutan dan Suherman (2000:45-46) adalah Jumlah waktu aktif belajar merupakan ciri pembelajaran yang efektif. Perencanaan jumlah waktu aktif belajar akan terkait langsung dengan waktu yang diperlukan untuk aspek lain, misal: pemanasan, penjelasan, demonstrasi, termasuk strategi atau style yang digunakan. Oleh karena itu akan lebih baik apabila dari sejak awal guru merencanakan pemanfaatan waktu untuk masing-masing aspek dengan curahan waktu terbanyak ditekankan pada waktu aktif belajar. Berdasarkan uraian di atas Jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa sangat berperan penting dalam pencapaian tujuan pendidikan, sehingga seorang guru pendidikan jasmani sejatinya harus bisa memanfaatkan waktu sebaik mungkin. Oleh karena itu aktivitas siswa harus lebih banyak ditekankan untuk belajar, bukan untuk menunggu menggunakan alat. Dari gambaran tersebut penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang modifikasi alat pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan kurangnya alat pembelajaran yang ada, penulis akan mencoba memodifikasi alat yang akan digunakan pada setiap pembelajaran, sehingga diharapkan bisa meningkatkan jumlah waktu aktif belajar (JWAB) siswa.

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: Apakah modifikasi permainan bola voli memberikan pengaruh yang signifikan terhadap jumlah waktu aktif belajar?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis merumuskan tujuan penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut: Untuk mengetahui pengaruh modifikasi permainan bola voli terhadap jumlah waktu aktif belajar yang signifikan.

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 modifikasi pembelajaran aktivitas permainan bola voli untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar di sekolah negeri dan swasta, memberikan informasi yang berkaitan dengan pembelajaran Penjas pada siswa.

2. Secara praktis

a) Bagi peneliti

Bagi guru bahwa Hasil Penelitian ini merupakan pedoman untuk memberikan informasi tentang modifikasi pembelajaran aktivitas permainan bola voli untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar

b) Bagi guru

bahwa Hasil Penelitian ini merupakan pedoman untuk memberikan informasi tentang modifikasi pembelajaran aktivitas permainan bola voli untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar

c) Bagi siswa

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

1.5 Struktur Organisasi

Gambaran lebih jelas tentang isi dari keseluruhan proposal disajikan dalam struktur organisasi proposal dengan disusun sebagai berikut:

1. **BAB I Pendahuluan**, bab ini menguraikan latar belakang masalah berkaitan dengan Hubungan tingkat kesulitan belajar penjas pada masa pandemi covid 19 dalam pembelajaran penjas secara daring, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi proposal.
2. **BAB II mengenai Kajian Pustaka**, dalam bab ini berisi tentang kajian pustaka yang menjadi dasar penelitian. Bagian ini memiliki peran yang sangat penting mengenai teori yang sedang dikaji.
3. **BAB III Metode Penelitian**, dalam bab ini berisi tentang desain Penelitian, Partisipan, Populasi dan Sampel, Istrumen Penelitian, Prosedur Penelitian, Analisis data.

4. **BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**, bab ini berisi Eksplorasi, Komunikasi, Kalkulasi, Penyimpanan, Dekorasi. Disini penulis menekankan prinsip-prinsip penting terkait data yang disajikan agar dapat memudahkan pembaca memahami hasil penelitian yang telah dilakukan.
5. **BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi**. Pada bab ini membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, implikasi membahas tentang dampak langsung setelah dilakukannya penelitian, dan rekomendasi yang membangun sebagai acuan terhadap penelitian selanjutnya