

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses humanistik yang kemudian disebut humanisasi manusia. Oleh karena itu, kita harus bisa menghormati hak asasi setiap orang. Pelajar atau mahasiswa bukanlah mesin manusia yang dapat dikendalikan sesuka hati, namun merupakan generasi yang perlu kita bantu dan rawat dalam setiap reaksi kedewasaan, agar dapat tumbuh menjadi manusia yang mandiri, kritis, dan mempunyai sikap moral yang baik (Pristiwanti et al., 2022). Karena belajar mengajar merupakan bagian terpenting dalam pembangunan bangsa. Semakin baik kualitas pendidikan maka semakin maju suatu bangsa. Pasal 3 Undang-Undang Nomor 20 Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003 “membangun kesempatan bagi peserta didik untuk menjadi manusia demokratis, bertanggung jawab, setia dan berdedikasi”.

Semua program pendidikan termasuk pendidikan jasmani. Dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, peran pendidikan untuk mengembangkan kepribadian individu dapat dimaksimalkan. Pendidikan jasmani sangat penting untuk keseimbangan pendidikan di sekolah. Mengembangkan keterampilan (psikomotor) siswa adalah manfaat utama dari pendidikan jasmani. Siswa kurang aktif saat belajar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah. Ini mungkin karena guru melakukan pelajaran dengan cara yang monoton, tidak menarik, dan membosankan. Akibatnya, siswa tidak tertarik dan tidak termotivasi untuk belajar.

Perkembangan gerak merupakan suatu proses yang berurutan dan bergantung pada usia dimana gerak berkembang dari gerakan sederhana yang tidak terorganisir sampai pada pencapaian keterampilan gerak yang terorganisir dengan baik. Mengembangkan gerak merupakan bagian penting dalam kehidupan karena gerak merupakan hakikat kehidupan. Gerakan ini mengalami perubahan sejak lahir hingga dewasa. Dari gerak bebas menuju gerak terarah dan bermakna, dari gerak kasar hingga gerak halus (Kodu & Yanuarti, 2022). Agar lebih jelas menandakan keragaman aktivitas fisik, mulai sekarang kita akan menggunakan konsep budaya gerak, dan daripada berbicara tentang 'aktif secara fisik', kita akan merujuk pada partisipasi dalam budaya gerak. Budaya gerak adalah cara-cara di mana kelompok sosial menangani 'kebutuhan dan keinginan untuk bergerak di luar kerja atau mempertahankan hidup' (Barker, 2010).

Pedoman pemrograman bergeser sesuai untuk menekankan pentingnya memastikan bahwa anak-anak memiliki kesempatan yang cukup untuk aktif di sekolah dan keterampilan yang dibutuhkan untuk aktif di kemudian hari. Pedoman saat ini untuk remaja (Health Education Authority, 1998; National Association for Sport and Physical Education [NASPE], 2004b) meminta remaja untuk mengumpulkan 60 menit aktivitas fisik sehari dalam berbagai aktivitas yang sesuai usia. Pedoman menentukan minimal 60 menit (bukan 30 menit untuk orang dewasa) karena anak-anak memiliki kebutuhan aktivitas yang lebih besar, lebih banyak waktu yang tersedia, dan kesempatan yang lebih baik untuk mempelajari keterampilan motorik (Welk, 2008). Pendidikan jasmani secara khusus dipanggil untuk berkontribusi langsung pada aktivitas fisik sehari-hari anak-anak. Misalnya, menetapkan bahwa anak-anak harus aktif setidaknya 50% dari waktu kelas dalam pendidikan jasmani (Park, MJ, Brindis, CD, Chang, F., & Irwin, CE, 2008).

Dalam mempromosikan kesehatan anak-anak, lingkungan sekolah perlu dipertimbangkan sebagai tempat intervensi yang potensial. Sekolah adalah tempat yang jelas untuk membangun kebiasaan sehat dan mempromosikan perubahan (Welk, 2008). Faktanya, banyak sekolah telah mengambil tantangan kelebihan berat badan/obesitas dengan strategi yang biasanya mencakup peningkatan jumlah pendidikan jasmani yang ditawarkan, menyediakan pilihan makanan yang lebih sehat di kafeteria, dan mendorong berjalan kaki dan bersepeda dari sekolah.

Menurut Barker (2010) Menyatakan bahwa terdapat kesepakatan implisit di antara guru sekolah yang telah menghasilkan ketentuan Pendidikan Jasmani yang dibangun di sekitar 'Model Olahraga. Fitur yang bertahan dan menyatukan kesepakatan ini adalah praktik pedagogis yang sama dengan pembelajaran berulang, teknik yang terkait dengan kurikulum inti Olahragadan didominasi oleh permainan tradisional yang tidak mencerminkan kebutuhan siswa atau budaya gerak siswa yang lebih luas di luar sekolah. Para guru bertindak dengan tujuan dan motivasi yang berbeda untuk mencapai realisasi ini, sehingga berbagai jenis budaya gerak dapat diciptakan (Ward & Quennerstedt, 2015).

Sementara perhatian dalam pendidikan jasmani semakin terfokus pada promosi aktivitas fisik, sebagian besar program pendidikan jasmani terus menekankan tes kebugaran jasmani sebagai bentuk penilaian utama. Tes kebugaran dapat digunakan secara efektif untuk mengajari anak-anak tentang kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan, untuk memberikan informasi, dan untuk memotivasi anak agar lebih aktif. Keterbatasan pengujian

kebugaran adalah bahwa hal itu memusatkan perhatian pada hasil atau produk daripada perilaku mendasar yang sedang dipromosikan (aktivitas fisik) (Welk, 2008).

Aktivitas fisik yang teratur memiliki banyak manfaat, termasuk mencegah kesehatan yang buruk, mengendalikan berat badan, dan mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik. Manfaat itu akan diperoleh tidak peduli usia, jenis kelamin, atau kemampuan fisik seseorang. Olahraga adalah salah satu dari banyak kategori aktivitas fisik.

Kebugaran jasmani merupakan suatu keadaan yang diinginkan setiap orang. Dengan kebugaran jasmani maka masyarakat dapat tampil lebih dinamis/antusias dan produktivitas kerja akan muncul. Masyarakat kini sudah sadar akan manfaat kebugaran jasmani, terbukti dengan berkembangnya pusat kebugaran dan maraknya kegiatan olahraga. Semua ini disebabkan oleh keinginan untuk kebugaran fisik (Darmawan, 2019). Namun pada kenyataannya tingkat kebugaran jasmani di sekolah masih buruk. Hal ini disebabkan oleh siswa yang tidak aktif, sehingga siswa mudah merasa lelah saat berolahraga dan mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. membuat mereka lemah secara fisik dan kurang kuat tenaganya untuk taktivitas fisik yang cukup berat.

Lingkungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam membentuk kebiasaan perilaku budaya gerak. Beberapa dugaan atau faktor lingkungan sosial yang dapat mempengaruhi pembentukan kebiasaan perilaku budaya gerak melibatkan interaksi antara individu dan masyarakat disekitarnya (Glass, 2000). Fiske (2010) Kebiasaan perilaku budaya gerak dapat sangat bervariasi dari satu kelompok masyarakat ke kelompok masyarakat lainnya, mencerminkan keragaman dan kreativitas manusia dalam menjalani kehidupan sehari-hari mereka.

Orang-orang bertindak dengan tujuan dan motivasi yang berbeda untuk mencapai realisasi ini, sehingga berbagai jenis budaya gerakan dapat diciptakan. Kebersamaan budaya antara olahraga dan pendidikan jasmani ini juga ditekankan oleh Bank (1993) yang menarik perhatian kita pada mediasi pengalaman pendidikan jasmani melalui pengalaman pribadi siswa tentang olahraga dan aktivitas fisik. Dia berpendapat ini dikembangkan melalui partisipasi mereka dalam budaya gerak baik didalam maupun diluar sekolah. Dari perspektif ini, budaya gerak pendidikan jasmani terbentuk melalui peristiwa yang berlangsung antara guru dengan murid. Berdasarkan pandangan tersebut, pendidikan tidak dapat dipisahkan menjadi bagian-bagian yang terpisah, tetapi harus dilihat sebagai aspek dimensi individu, sosial dan budaya dari budaya gerak olahraga, di mana satu aspek tidak dapat didiskusikan tanpa hubungan dengan yang lain.

Diana Safitri, 2024

STUDI DESKRIPTIF TENTANG PERBEDAAN BUDAYA GERAK SISWA ANTARA SMAN 1 GEGESIK DENGAN SMAN 5 KOTA CIREBON

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Meskipun aktivitas fisik dan kebugaran memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan dan kesejahteraan, seringkali ada sejumlah masalah budaya gerak di masyarakat yang dapat menghambat partisipasi dalam aktivitas fisik. Penyelesaian masalah budaya gerak membutuhkan pendekatan holistik yang melibatkan perubahan norma budaya, pendidikan, perbaikan infrastruktur, serta promosi gaya hidup aktif di berbagai tingkat masyarakat. Peningkatan kesadaran, pengadaan fasilitas olahraga yang memadai, dan dukungan dari pemerintah serta komunitas dapat membantu mengatasi masalah budaya gerak di masyarakat.

Tujuan dari aktivitas fisik yaitu untuk pulih, bebas dari rasa sakit, untuk mendapatkan kembali kehidupan sehari-hari yang berfungsi dengan baik, dan untuk bertahan hidup. Namun, ketika hasil positif ini tercapai, orang dapat kembali melakukan aktivitas fisik seminimal mungkin. Menurut Angel (2018) Jika orang tidak melakukan yang terbaik untuk kesehatan dan kelangsungan hidup mereka, masalah ini terus menjadi masalah kesehatan yang membutuhkan bantuan.

Dengan mempertimbangkan masalah-masalah yang terkait dengan budaya gerak siswa yang telah dibahas di atas, penulis ingin melakukan penelitian atau studi deskriptif tentang budaya gerak siswa antara sekolah A dan sekolah B. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberi siswa pemahaman yang lebih baik tentang budaya gerak dalam kehidupan sehari-hari mereka dan untuk menjadi referensi untuk lebih banyak inisiatif gerak di Indonesia. Penelitian ini sendiri diberi judul “STUDI DESKRIPTIF TENTANG PERBEDAAN BUDAYA GERAK SISWA SMAN 1 GEGESIK DENGAN SMAN 5 KOTA CIREBON”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan temuan penelitian pendekatan sejenis, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran budaya gerak siswa SMAN 1 Gegesik?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran budaya gerak siswa SMAN 5 Kota Cirebon?
- 1.2.3 Apakah ada perbedaan budaya gerak siswa SMAN 1 Gegesik dengan siswa SMAN 5 Kota Cirebon?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang ada di atas, maka tujuan dari penelitian ini antara lain:

- 1.3.1 Untuk mengetahui gambaran budaya gerak siswa SMAN 1 Gegesik
- 1.3.2 Untuk mengetahui gambaran budaya gerak siswa SMAN 5 Kota Cirebon

- 1.3.3 Untuk mengetahui perbedaan budaya gerak siswa SMAN 1 Gegecik dan siswa SMAN 5 Kota Cirebon

1.4 Manfaat Penelitian

Setelah melakukan penelitian diharapkan mempunyai manfaat, berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian diatas, manfaat penelitian antara lain:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, budaya gerak siswa membantu mereka sekarang dan di masa depan, jadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan penelitian tentang bagaimana budaya gerak.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, manfaat penelitian ini adalah untuk menambah wawasan mengenai budaya gerak siswa dan dapat dijadikan acuan guru PJOK untuk memberikan informasi tentang budaya gerak siswa agar para siswa lebih aktif bergerak lagi.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti meneliti tahapan-tahapan berikut secara singkat:

1. Bab I PENDAHULUAN : memberikan penjelasan tentang latar belakang masalah yang dibahas dalam penelitian ini sehingga penulis dapat menjelaskan beberapa rumusan masalah, tujuan penelitian, keuntungan dari penelitian, dan struktur organisasi. Penjelasan ini disajikan dalam urutan berikut:
 - 1.1 Latar Belakang Masalah
 - 1.2 Rumusan Masalah
 - 1.3 Tujuan Penelitian
 - 1.4 Manfaat Penelitian
 - 1.5 Stuktur Organisasi Skripsi
2. Bab II KAJIAN PUSTAKA Bab ini membahas teori yang relevan dengan judul penelitian dan penelitian sebelumnya. Urutan penyajiannya adalah sebagai berikut:
 - 2.1 Teori Kesehatan
 - 2.2 Budaya Gerak
 - 2.3 Aksi Reaksi
 - 2.4 Social Kognitif Learning
 - 2.5 Penelitian Terdahulu Yang Relevan
3. Bab III METODOLOGI PENELITIAN : Bab ini memberikan penjelasan tentang metode penelitian yang digunakan dalam skripsi, dan berisi:

- 3.1 Metode Penelitian
- 3.2 Desain Penelitian
- 3.3 Tempat Penelitian
- 3.4 Populasi dan Sampel
- 3.5 Instrumen Penelitian
- 3.6 Teknis Analisis data
- 4. Bab IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN : Menjelaskan hasil pengolahan dan analisis data, dan berbicara tentang penemuan. Bagian ini mencakup:
 - 4.1 Temuan
 - 4.2 Pembahasan
- 5. Bab V KESIMPULAN, SARAN dan IMPLIKASI