

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mens sana in corpore sano: jiwa yang sehat dalam tubuh yang kuat. Semboyan berbahasa Latin ini tampaknya sudah lama kita kenal terutama dalam konteks olahraga dan pendidikan. Mulanya, frase yang diambil dari sajak epik *Saturae X* karangan pujangga Romawi bernama Decimus Junius Juvenalis (lebih dikenal dengan nama Juvenal) ini digunakan sebagai moto Liverpool Athletics Club oleh John Hulley pada 1861. Belakangan, semboyan ini menjadi sangat populer setelah keberhasilan John Hulley melakukan pengembangan dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Pada 1864, Wenlock Olympian Society menganugerahinya medali atas jasa terhadap pendidikan jasmani. Hulley wafat di Liverpool pada 1875 pada usia 42 tahun, kemudian dimakamkan di Hugh Stoweel Brown Cemetery.

Setelah hampir 150 tahun kematiannya, tujuan pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga semakin beragam. Bahkan, tak jarang pendidikan jasmani juga dilakukan untuk perkembangan watak dan kepribadian individu (Mutohir dalam Surahni, 2017). Pendidikan jasmani dan olahraga pada dasarnya merupakan proses pendidikan lewat aktivitas fisik untuk membangkitkan minat individu dalam proses belajar-mengajarnya. Dalam konteks dunia pendidikan, minat sangat berpengaruh dalam kegiatan belajar-mengajar. Minat belajar siswa dalam pendidikan jasmani dan olahraga dibangkitkan dari berbagai macam aktivitas olahraga, permainan, maupun aktivitas jasmani lainnya yang dirancang sedemikian rupa sesuai dengan tahapan perkembangan siswa dengan mengacu pada kurikulum sehingga akan membuat siswa merasa senang dan dapat belajar dengan antusias.

Penelitian yang sebelumnya sudah dilakukan oleh Imansyah (2018) dinyatakan Ada pengaruh minat belajar siswa pada pelajaran Penjas Orkes terhadap hasil belajar Penjas Orkes siswa sebesar 39,1%. Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran: 1) Untuk mendapatkan hasil belajar yang tinggi siswa perlu menumbuhkan minatnya pada pelajaran Penjas Orkes terutama ketekunannya dalam belajar Penjas Orkes dengan sungguh-sungguh, 2) Bagi

peneliti lain yang hendak mengadakan penelitian sejenis dapat menjadikan sebagai bahan referensi serta dapat mengambil faktor-faktor lain seperti kondisi fisik siswa.

Berdasarkan hasil dan saran yang dikemukakan oleh peneliti sebelumnya, maka penulis ingin mengetahui apakah dengan implementasi permainan tradisional bebentengan dapat meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Menurut Skinner (dalam Kusumah dan Dwitagama, 2012), terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi minat belajar siswa. Pertama, materi yang diajarkan harus menarik dan memunculkan suasana baru, seperti permainan. Kedua, materi pelajaran menjadi lebih menarik jika siswa mengetahui tujuan dari pembelajaran tersebut. Ketiga, variasi metode yang digunakan. Keempat, siswa mengetahui manfaat dan kegunaan dari pembelajaran yang dilakukan.

Salah satu cara yang merangkum 4 (empat) faktor tersebut untuk meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, yakni dengan pendekatan permainan olahraga tradisional. Permainan tradisional diharapkan mampu mengembangkan anak didik sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Di samping itu, permainan tradisional juga merupakan bagian bentuk dari permainan sederhana sebagai bahan pelajaran.

Kurikulum pendidikan dan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, kesehatan, bisa saja ditambahkan sesuai dengan keadaan lingkungan sekolah yang bersangkutan, misalnya permainan tradisional (Savara., et al, 2020). Terlebih, dengan dilakukannya Kurikulum 2013 dalam pendidikan nasional, penggunaan permainan tradisional memiliki ruang yang besar untuk diimplementasikan dalam proses belajar-mengajar. Permainan tradisional memiliki beragam unsur, seperti melempar, berlari, melompat, dan sebagainya yang diharapkan mampu meningkatkan minat serta aktivitas siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, banyak pembelajaran bisa diambil dari permainan tradisional, yaitu dapat membuat siswa lebih aktif, kreatif, disiplin, menjaga kekompakan, serta menyenangkan. Pada akhirnya, tujuan pembelajaran pendidikan jasmani pun akan berjalan dengan baik dan tercapai.

Sebelumnya, sudah ada yang melakukan penelitian terhadap permainan tradisional yang salah satunya dilakukan oleh Lutfi (2018) yang mendapatkan hasil adanya pengaruh yang signifikan permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa SMP 1 Ciasem. Salah satu permainan tradisionalnya yaitu permainan bebentengan atau rereboan merupakan salah satu permainan tradisional yang berasal dari Jawa Barat. Permainan ini biasanya dimainkan untuk mengisi waktu libur anak-anak (Khamdani, 2010: 15). Permainan tradisional ini memerlukan keterampilan, ketangkasan, kecepatan berlari, serta strategi agar bisa menjebol pertahanan lawan.

Ada pula penelitian yang sudah dilakukan oleh Dwi Tranggono (2018) yang mendapatkan hasil adanya peningkatan kebugaran jasmani melalui bermain bebentengan bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 24/1 Batanghari. Juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Arisman (2019) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa permainan bebentengan sangat efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu tersebut maka dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional bebentengan ini sangat efektif digunakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Iqbal Yulianto Eka (2020) yang mendapatkan hasil bahwa permainan tradisional bebentengan ini sangat layak digunakan sebagai media pembelajaran pada materi pembelajaran kebugaran jasmani pada siswa kelas VII SMPN 2 Satap Biluhu. Berdasarkan penelitian tersebut maka penulis ingin mengimplementasikan permainan tradisional bebentengan untuk meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Perbedaan penelitian terdahulu dan yang akan penulis lakukan yaitu terletak pada metode penelitian yang digunakan, penulis menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas karena penulis ingin mengetahui apakah permainan tradisional bebentengan ini dapat dimasukkan ke dalam salah satu media pembelajaran dan dapat mencaai tujuan pembelajaran sesuai dengan kurikulum 2013.

Berdasarkan Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) Keterampilan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada Kurikulum 2013, salah

satunya terdapat muatan pembelajaran kebugaran jasmani, yakni mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincuhan, keseimbangan, dan koordinasi) serta pengukuran hasilnya. KIKD merupakan komponen dari Kurikulum 2013 yang membutuhkan pengembangan sesuai tuntutan kebutuhan pendidikan.

Kebugaran jasmani terdiri dari beberapa komponen yang terkait dengan kesehatan maupun yang terkait dengan keterampilan. Menurut Welis & Sazeli (2013, hal. 3-11) komponen kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan meliputi daya tahan kardiorespirasi, daya tahan otot, kekuatan otot, dan komposisi tubuh. Sedangkan komponen kesegaran jasmani yang berkaitan dengan keterampilan meliputi kecepatan, ketangkasan/ kelincuhan, keseimbangan, kecepatan reaksi, kelenturan, dan koordinasi. Berdasarkan ilmu faal (fisiologi), kesegaran jasmani merupakan kesanggupan dan kemampuan tubuh dalam melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepada individu tanpa mengalami kelelahan (Moeloek, 1984).

Seorang Guru diuntut untuk kreatif dalam membuat strategi Pembelajaran yang baik akan membuat pembelajaran menjadi lebih menarik sehingga siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan baik dan tujuan pembelajaran itu sendiri tercapai. Sebaliknya jika strategi pembelajarannya tidak menarik atau membosankan siswa tidak akan mengikuti pembelajaran dengan baik, maka melalui pembekalan pengalaman belajar melalui permainan tradisional ini diarahkan untuk menumbuhkan minat peserta didik, khususnya siswa kelas VIII-E Sekolah Menengah Pertama Pasundan Rancaekek, Bandung, dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjas Orkes). Melalui proses pembelajaran yang dilakukan, diharapkan siswa terampil dalam berolahraga. Terampil berolahraga bukan berarti peserta didik dituntut untuk menguasai cabang olahraga dan permainan tertentu, melainkan mengutamakan proses perkembangan gerak siswa dari waktu ke waktu. Dalam aktivitas pendidikan penjas orkes melalui permainan tradisional bebentengan ini, peserta didik akan dibawa dalam suasana gembira, sehingga dapat bereksplorasi dan menemukan minat secara tidak langsung.

Berdasarkan kerangka pikir itulah penelitian ini dilakukan, terutama untuk melihat implementasi permainan tradisional *bebentengan* untuk meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan diatas, maka masalah yang akan diteliti adalah:

- a. Apakah implementasi permainan tradisional *bebentengan* dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani?
- b. Apakah implementasi permainan tradisional *bebentengan* dapat meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani?

1.3. Tujuan Penelitian

Sesuai rumusan masalah yang telah dipaparkan oleh penulis, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Meningkatkan kebugaran jasmani siswa setelah implementasi permainan tradisional *bebentengan*.
- b. Meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui implementasi permainan tradisional *bebentengan* pada siswa kelas 8 E SMP Pasundan Rancaekek”.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat menjadi satu pedoman dalam menyusun kurikulum pendidikan jasmani;
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat dijadikan rujukan pengembangan nilai-nilai dalam pendidikan jasmani melalui permainan olahraga tradisional.

1.4.2 Praktis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi guru dalam kaitannya dengan pelaksanaan pembelajaran, sehingga membantu dalam proses

- pembelajaran sehingga terciptanya suasana belajar yang menyenangkan dan kondusif;
- b. Bagi Siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan siswa untuk dapat memahami minatnya terhadap pelajaran pendidikan jasmani, dan menjadi salah satu pendorong semangat dalam mengikuti pembelajaran Penjas Orkes.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur penulisan pada skripsi ini terdiri dari lima bab yaitu terdiri dari;

Bab satu Pendahuluan yang meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Pada bab ini penulis menjelaskan mengenai latar belakang mengapa penulis mengambil judul penelitian tersebut.

Bab dua Kajian Pustaka, memberikan konteks yang jelas terhadap topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Pada bab dua ini memaparkan tentang teori yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu mengenai kebugaran jasmani dan minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui implementasi permainan tradisional.

Bab tiga Metode Penelitian yang meliputi desain penelitian, partisipan dan tempat penelitian, pengumpulan data, dan analisis data. Pada bab tiga merupakan pemaparan tentang rancangan alur penelitian dari mulai desain penelitian, instrumen yang digunakan, tahapan pengumpulan data yang dilakukan dan menjelaskan metode penelitian yang digunakan hingga langkah analisis data.

Bab empat Temuan dan Pembahasan. Pada bab ini peneliti menjelaskan hasil penelitian yang telah dilakukan. Dengan menyampaikan temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan pada Bab satu.

Bab lima Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi. Pada bab ini peneliti menyimpulkan hasil analisis temuan penelitian dan memberikan rekomendasi kepada pihak yang memiliki kebijakan.