

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini pendidikan sangat diperlukan dan teramat penting bagi anak-anak sampai dewasa. Semua orang dizaman modern seperti sekarang ini bisa memilikinya, baik laki-laki maupun perempuan bisa merasakan bangku pendidikan seluas-luasnya (Subakti and Prasetya, 2022).

Pendidikan tak sekadar memperoleh pengetahuan akademis; itu juga merangkul pembentukan karakter, pengembangan keterampilan, dan pemahaman yang mendalam tentang dunia di sekitar kita. Dengan akses yang merata ke pendidikan yang komprehensif, semua individu, tanpa memandang jenis kelamin, memiliki kesempatan yang setara untuk mengejar cita-cita mereka dan memberikan kontribusi yang berarti pada masyarakat.

Pendidikan jasmani adalah suatu alat untuk mencapai tujuan pendidikan, melalui proses adaptasi aktivitas jasmani seperti organ tubuh, neuromuscular, intelektual, sosial, kultur, emosional, dan etika (Iyakrus 2019), Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah salah satu komponen yang sangat penting bagi peserta didik dalam mencapai tujuan pendidikan nasional, yang bertujuan membentuk sikap, perilaku, disiplin, kejujuran, kerjasama, serta meningkatkan kesehatan fisik dan daya tahan tubuh terhadap berbagai penyakit. Mata pelajaran PJOK memiliki signifikansi yang besar dalam perkembangan siswa menuju gaya hidup yang sehat dan aktif, karena merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh (Cahyaningtias & Ridwan, 2022).

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya jasmani diharapkan banyak bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada anak penting untuk mengembangkan kemampuan dasar, kemampuan dan bahkan dapat menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapai proses belajar yang cepat pada tahap dewasa dalam merespon gerak olahraga (Iyakrus 2019). Pendidikan Jasmani adalah bagian integral dari kurikulum sekolah, khususnya di Sekolah Dasar (SD), dengan tujuan membantu siswa mengembangkan kesegaran jasmani dan kesehatan

melalui pengenalan dan pembentukan sikap positif, serta penguasaan berbagai keterampilan gerak dan aktivitas fisik.(Rozi et al., 2023), Dengan demikian pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat sehingga tercapai manusia Indonesia yang sehat (Yusdianto & Hartati, 2015).

Kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melaksanakan tugas dan pekerjaan sehari-hari dengan giat dan waspada tanpa mengalami kelelahan yang berarti, serta masih memiliki cadangan energi untuk mengisi waktu luang, baik dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah maupun dalam pencapaian prestasi di luar sekolah (Sari, 2020).

Kebugaran jasmani yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan tubuh dalam melaksanakan pekerjaan secara optimal dan efisien. Kebugaran jasmani erat hubungannya dengan manusia dalam melakukan pekerjaan dan bergerak. Seseorang akan mampu berfikir dengan optimal dan memiliki kinerja yang baik apabila mempunyai kebugaran jasmani yang baik, karena dengan kebugaran jasmani yang baik seseorang tidak akan mudah lelah pada saat beraktivitas (Abdurrahim and Hariadi, 2018).

Sekolah Dasar (SD) menjadi salah satu usaha pemerintah melalui pendidikan formal dalam rangka mewujudkan peningkatan kebugaran jasmani anak usia dini. Makadari itu pendidikan jasmani dilingkungan sekolah dasar harus benar-benar mendapat perhatian yang intensif. Sekolah dasar pada saat ini tersebar di seluruh indonesia, pembangunan sekolah dasar terus dilakukan pemerintah hingga daerah 3T (Tertinggal, terluar, terdalam). Hal tersebut dilakukan agar proses pendidikan dapat berjalan dengan lancar dan siswa usia sekolah dasar tidak lagi merasa kelelahan dalam mengikuti proses pembelajaran karena jauhnya sekolah dari tempat tinggal mereka (Eni, 2020).

Tingkat perkembangan sekolah di indonesia sangat banyak mencapai puluhan juta dari mulai Sabang sampai Merouke tersebar luas dari Perkotaan hingga Pedasaan dan fasilitas pendidikan di setiap wilayah dapat bervariasi. Siswa sekolah dasar di daerah perkotaan pola makan dan kandungan gizi lebih diperhatikan oleh orang tua dan guru, dan juga Sekolah di perkotaan memiliki fasillitias yang lengkap untuk menunjang kegiatan pembelajaran. Namun pesatnya kemajuan ilmu

pengetahuan dan teknologi juga membawa dampak negatif bagi anak-anak di daerah perkotaan, mereka lebih akrab dengan teknologi canggih, aneka permainan modern telah menggantikan permainan tradisional yang sebenarnya lebih melibatkan fisik, hal ini dapat menimbulkan menurunnya tingkat kebugaran jasmani siswa. Hal tersebut berbeda dengan keadaan anak-anak di daerah pedesaan. Mereka lebih bebas bergerak karena luasnya ruang dan keadaan alam yang mendukung, dalam bermain mereka masih menggunakan permainan-permainan tradisional karena kurangnya fasilitas olahraga yang memadai. Anak-anak pedesaan juga masih familiar dengan rutinitas sehari-hari yang berhubungan dengan aktivitas fisik seperti jalan kaki untuk berangkat sekolah, dan masih banyak aktivitas fisik yang menuntut mereka untuk aktif bergerak.

Kondisi sekarang tingkat kebugaran jasmani di lingkungan Pendidikan di sekolah adanya penurunan aktivitas gerak yang mengakibatkan siswa rentan mengalami obesitas dan tidak memiliki semangat dalam melakukan aktifitas pembelajaran karena tidak mempunyai tenaga untuk melakukan aktifitas fisik yang berat. (Kapti and Winarno 2022). Aktivitas fisik yang berkurang akan menyebabkan menurunnya kebugaran jasmani.. Hal yang serupa terjadi dalam sektor pendidikan. Saat ini, kemajuan teknologi dan industri telah mencapai ranah pendidikan. Akibatnya, anak-anak cenderung lebih banyak berinteraksi dengan bantuan teknologi dan industri daripada menggunakan fisik mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari.(Ferdian, Hardiansyah, and Maifitri 2022). Kesegaran jasmani yang menurun juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti pengaruh televisi, permainan video, akses internet, dan penggunaan remote control. Alat-alat otomatis seperti eskalator elektronik dan remote control membuat individu cenderung kurang berpartisipasi dalam aktivitas fisik.(Prianto et al. 2022).

Berdasarkan permasalahan tersebut, dampak Kurangnya aktivitas fisik dapat mengakibatkan siswa lebih rentan mengalami kelelahan selama berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, peningkatan berat badan atau obesitas dapat mengakibatkan ketidakseimbangan fisik, dan kurangnya stamina saat menghadapi aktivitas fisik yang menuntut. (Gunarsa and Wibowo 2021). Maka dari itu, seorang guru harus mengetahui tingkat kebugaran jasmani masing-masing siswanya sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya

mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.(Erfan 2017).

Sudah banyak peneliti yang mengungkapkan tentang kebugaran jasmani siswa, namun belum pernah dilakukan di pendalaman mengenai tingkat kebugaran jasmani di Kabupaten Sumedang dan Kabupaten Sukabumi yang memiliki letak geografis yang berbeda. Oleh karena itu, berdasarkan uraian diatas dalam penelitian ini penulis tertarik untuk membuat suatu penelitian, yaitu dengan membandingkan tingkat kebugaran Siswa sekolah dasar yang berada di daerah perkotaan dengan tingkat kebugaran jasmani Siswa sekolah dasar di daerah pedesaan. Penulis ingin mengetahui apakah perbedaan letak geografis mengakibatkan tingkat kebugaran jasmani yang berbeda, karena idealnya mereka memiliki tingkat kebugaran jasmani yang sama, selain mereka dari jenjang usia yang sama di sekolah mereka juga telah diajarkan pendidikan jasmani sebagai salah satu usaha untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa tersebut. Sehingga penulis mengangkat judul sesuai penjelasan tersebut yaitu “Perbandingan Kebugaran siswa sekolah Dasar Di kota dan desa”.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di kota?
2. Bagaimana gambaran kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di desa?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkah kebugaran jasmanis siswa sekolah dasar di kota
2. Untuk mengetahui tingkah kebugaran jasmanis siswa sekolah dasar di desa

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Memberi sumbangsi ilmiah dalam ilmu pendidikan jasmani yang berhubungan dengan pembelajaran.

- b. Sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kebugaran jasmani sekolah dasar.
- c. Setelah penelitian selesai semoga bisa menjadi bahan evaluasi atau suatu penilaian untuk sekolah terkait kebugaran jasmani siswa yang di teliti

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi siswa

- a. Menambah pengetahuan terhadap siswa pentingnya aktifitas fisik
- b. Siswa dapat mengetahui tingkat kebugaran jasmaninya masing-masing
- c. Siswa dapat pemahaman tentang kesehatan dan kebugaran jasmani
- d. Siswa dapat mengetahui tes dalam mengukur tingkat kebugaran jasmani
- e. Siswa di harapkan melakukan aktifitas kebugaran jasmani secara teratur
- f. Siswa dapat mengetahui pentingnya melakukan kebugaran jasmani

1.4.2.2 Bagi Guru

- a. Mempunyai data siswa sepolah dasar yang bugar dan tidak
- b. Meningkatkan efektifitas hasil pembelajaran siswa sekolah dasar
- c. Guru di harapkan mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa

1.4.2.3 Bagi Sekolah Dasar (SD)

Studi ini sebagai salah satu penilaian sekolah akan kebugaran jasmani siswanya dan bisa mempengaruhi hasil pembelajaran pendidikan jasmani. Dan sebagai evaluasi sekolah terkait ketersediaan fasillitas olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

1.4.2.4 Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang

- a. Menejemen sumber daya kelembagaan akan mendapatkan manfaat dari temuan studi
- b. Sebgai bahan mentah untuk di gunakan dalam membuat konten khusus lembaga pendidikan dengan tujuan meningkatkan kerja pekerja dan mengembangkan sumber daya yang tersedia.

1.4.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Dapat dijadikan sebagai arsip sekolah dan bisa untuk sebagai referensi pembelajaran

- b. Berguna untuk di jadikan referensi oleh peneliti selanjutnya.
- c. Sebagai bahan mentah atau bahan penelitian selanjutnya yang lebih mendalam terkait kebugaran jasmani

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

- a. BAB I Pendahuluan, meliputi Latar Belakang Penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, dan Struktur Organisasi Skripsi.
- b. BAB II Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran, dan Hipotesis Penelitian. Kajian Pustaka berisi konsep-konsep/teori-teori/dalil-dalil/hukum-hukum/model-model/rumus-rumus utama dan turunannya dalam bidang yang dikaji, penelitian terdahulu yang relevan. Kerangka Pemikiran merupakan tahapan yang harus ditempuh untuk merumuskan hipotesis dengan mengkaji hubungan teoritis antar variabel penelitian. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah yang dirumuskan dalam penelitian.
- c. BAB III Metode Penelitian, berisi Desain Penelitian, Partisipan, populasi dan sampel, Instrumen Penelitian, Prosedur Penelitian, dan Analisis Data.
- d. BAB IV Temuan dan Pembahasan, membahas mengenai hasil yang diperoleh setelah melakukan penelitian yang berkaitan dengan masalah penelitian.
- e. BAB V Simpulan dan Saran, berisi penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian.