

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Peningkatan kesehatan jasmani dapat dilakukan dengan cara berolahraga. Pengertian olahraga adalah kegiatan fisik yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik, dan meningkatkan kinerja otak. Seperti yang dikatakan Pane (2015) olahraga merupakan gerakan olah tubuh yang memberikan efek pada tubuh secara keseluruhan. Olahraga sendiri dapat menjadi sarana kesehatan, prestasi, rekreasi, dan pendidikan. Olahraga menjadi sarana untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani. Dalam hal ini dari berbagai bidang seperti dokter, dan tenaga ahli olahraga dapat berkordinasi terkait dengan masalah kesehatan yang dialami oleh seorang pasien. Olahraga juga menjadi sarana membangun prestasi. Dalam hal ini terdapat suatu pembinaan dan pengembangan olahraga, memupukan rasa disiplin, sportifitas dan tentunya pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan sifat nasionalisme seseorang. Kegiatan olahraga sebagai sarana rekreasi yaitu olahraga yang dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang atau senggang, dan dilakukan dengan penuh kegembiraan. Jadi segalanya dilakukan dengan santai dan tidak formal, baik itu tempat, sarana, maupun peraturannya. Kegiatan olahraga sebagai sarana pendidikan dilakukan dilembaga pendidikan atau sekolah, dan tujuannya sangat jelas guna memenuhi sasaran pendidikan nasional melalui kegiatan olahraga yang telah disusun melalui kurikulum tertentu. Mata pelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga) adalah proses pembelajaran disekolah yang menggunakan aktivitas olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan kinerja otak, kecerdasan emosi, mengembangkan keterampilan motorik. Selain mata pelajaran PJOK, kegiatan olahraga juga dilakukan di sekolah dalam bentuk ekstrakurikuler. Seperti yang dikatakan Halim & Indriarsa (2013, hlm.261) olahraga dapat digunakan di dalam lingkungan pendidikan atau sekolah sebagai kegiatan ekstrakurikuler, atau sebagai sarana pembelajaran olahraga yang dilakukan di luar jam mata pelajaran.

Ekstrakurikuler adalah sarana kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran untuk mengembangkan minat dan bakat siswa. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan, tujuan kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan adalah untuk mengembangkan potensi, minat, bakat, kepribadian, kemampuan, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara maksimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah menjelaskan jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dibagi menjadi dua jenis: kegiatan ekstrakurikuler wajib dan kegiatan ekstrakurikuler pilihan. Yang dimaksud dengan kegiatan ekstrakurikuler wajib adalah kegiatan ekstrakurikuler yang wajib diselenggarakan oleh lembaga pendidikan atau sekolah dan wajib diikuti oleh seluruh peserta didik yang berbentuk pendidikan kepramukaan. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler pilihan adalah kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan oleh lembaga pendidikan atau sekolah sesuai minat dan bakat peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler pilihan dapat berbentuk latihan olah bakat dan latihan olah minat. Kegiatan ekstrakurikuler pilihan dapat berupa kegiatan olahraga, jurnalistik, seni budaya, keagamaan, ilmiah dan bentuk kegiatan lainnya. Olahraga adalah salah satu kegiatan ekstrakurikuler pilihan yang cukup banyak diminati oleh peserta didik. Salah satunya di SMP Negeri 15 Bandung terdapat beberapa cabang olahraga yang dapat dipilih untuk dijadikan kegiatan ekstrakurikuler salah satunya adalah futsal. Olahraga futsal sendiri banyak diminati oleh siswa untuk dijadikan ekstrakurikuler pilihan di sekolah. Artinya siswa yang memilih olahraga futsal sebagai ekstrakurikuler pilihan memiliki minat pada ekstrakurikuler futsal itu sendiri. Hal ini selaras dengan pendapat yang disampaikan oleh Lawhorn (2008, hlm.17) “bahwa alasan peserta didik menjadi bagian dari sebuah kegiatan adalah minat”. Menurut

Sudarsana (2014, hlm 6) “seseorang yang memiliki minat terhadap hal atau obyek tertentu cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih dan senang terhadap obyek tersebut, sebaliknya jika obyek tersebut tidak menimbulkan rasa senang maka ia tidak akan memiliki minat pada obyek tersebut”.

Olahraga futsal merupakan permainan yang memiliki ciri khas tersendiri yaitu tingginya intensitas permainan dan dengan waktu relatif pendek, serta tidak adanya batas pergantian pemain. Selain itu didalam permainan futsal tidak ada pemberhentian permainan itu sendiri disaat adanya pergantian pemain, sehingga banyak terjadinya perubahan permainan disetiap menitnya. Intensitas yang tinggi mengharuskan setiap pemain futsal mempunyai fisik, teknik yang baik serta skill atau keterampilan, dan komunikasi antar pemain yang akan dibutuhkan disetiap permainan. Selaras dengan yang dikatakan Kacem dkk (2016) “setiap pemain harus memiliki kemampuan fisik yang baik, keterampilan menembak, mengontrol bola, koordinasi yang baik untuk membangun dan melakukan pola permainan yang di inginkan”. Dengan ukuran lapangan yang relatif kecil, seorang pemain memiliki kecepatan dalam berfikir dan bertindak untuk dapat mengambil keputusan dengan cepat selama permainan berlangsung.

Berdasarkan pengamatan peneliti, siswa SMP Negeri 15 Bandung yang mengikuti ekstrakurikuler futsal sering mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan tidak serius. Hal ini menunjukkan bahwa ada masalah minat siswa terhadap ekstrakurikuler futsal. Hal ini selaras dengan pendapat menurut Afriansyah (2017, hlm.3) “kegiatan tidak berjalan dengan efisien karena tidak mendapatkan kepuasan dan tidak adanya perasaan senang didalam dirinya, sehingga berdampak pada menurunnya tingkat partisipasi siswa dalam belajar dan minat siswa dalam belajar menjadi rendah”. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 103 tahun 2014 tentang Pembelajaran pada Pendidikan Dasar dan Menengah pasal 2 ayat (1) menyatakan bahwa pembelajaran dilaksanakan berbasis aktivitas dengan karakteristik: (a) interaktif dan inspiratif; (b) menyenangkan, menantang, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif; (c) kontekstual dan kolaboratif; (d) memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian peserta

didik; dan (e) sesuai dengan bakat, minat, kemampuan, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. Untuk itu pelatih harus mampu menghasilkan suasana latihan jadi lebih menyenangkan dan menarik pada kegiatan ekstrakurikuler futsal agar siswa mengikuti setiap kegiatan ekstrakurikuler dengan baik. Menurut Afriansyah, (2017 hlm.5) permainan tradisional dapat diterapkan pada *warming up* atau pemanasan karena hal ini dapat menumbuhkan rasa senang karena adanya interaksi antar siswa untuk memenangkan permainan maka siswa dituntut untuk terus bergerak sehingga dapat meningkatkan denyut nadi, serta suhu tubuh. Selaras dengan yang dikatakan Tawakal (2014, hlm. 4) penggunaan permainan tradisional dalam aktivitas pemanasan diharapkan dapat mengatasi berbagai masalah yang timbul dalam pelaksanaan pembelajaran penjas maupun kegiatan diluar jam pelajaran, hal ini sangat berkaitan dengan kesiapan siswa itu sendiri dalam menghadapi kegiatan tersebut.

Pemanasan perlu dilakukan dengan serius dan benar, selain memaksimalkan performa tubuh kita pada saat latihan pemanasan juga memperkecil terjadinya resiko cedera pada saat bermain. Pemanasan juga membantu pemain untuk lebih berkonsentrasi, meregangkan otot agar tidak kaku, meningkatkan suhu tubuh, menghindari cedera, melancarkan peredaran oksigen pada tubuh, dan melenturkan gerakan tubuh. Pemanasan umumnya digunakan dalam rangkaian latihan fisik atau olahraga. Salah satunya pemanasan dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Bentuk pemanasan yang diberikan pelatih didalam kegiatan ekstrakurikuler umumnya adalah statis dan dinamis. Seperti yang diberikan oleh pelatih ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 15 Bandung, seperti lari mengelilingi lapangan, dan melakukan bentuk pemanasan dinamis lainnya. Tujuan dari pemanasan akan tercapai jika pemain melakukan bentuk pemanasan dengan baik dan benar.

Permainan tradisional adalah permainan yang tidak memiliki aturan baku, dilakukan menggunakan alat maupun tidak, serta umumnya dilakukan lebih dari satu orang atau berkelompok. Selain itu, berdasarkan Mendikbud nomor 10 tahun 2014 Bab III tentang pelestarian tradisi, pelaksanaan permainan tradisional di sekolah dapat melestarikan budaya Bangsa Indonesia. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Siska Afriansyah (2017) pada siswa SMA Negeri 1 Margaasih dengan judul “Implementasi

Aktivitas *Warming Up* Menggunakan Permainan Tradisional Terhadap Pengembangan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas” menyatakan bahwa implementasi aktivitas *warming up* menggunakan permainan tradisional dapat mengembangkan minat belajar siswa dalam pelajaran penjas. Melalui penerapan permainan tradisional didalam pemanasan pada ekstrakurikuler futsal diharapkan dapat meningkatkan minat siswa untuk belajar dan berlatih futsal, tanpa menghilangkan bentuk pemanasan yang sudah ditetapkan oleh pelatih sehingga tujuan pemanasan untuk menyiapkan tubuh menuju latihan inti tetap ada.

Berdasarkan uraian diatas peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Permainan Tradisional Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dari peneliti ini adalah “

1.2.1 Apakah terdapat pengaruh pemberian permainan tradisional dalam pemanasan terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal?

1.2.2 Apakah terdapat pengaruh pemanasan tanpa diberikan permainan tradisional terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal?

1.2.3 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara pemberian permainan tradisional dalam pemanasan dengan pemanasan tanpa diberikan permainan tradisional terhadap minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal?

Tujuan Penelitian

Sejalan dengan masalah penelitian yang akan diungkap dan dirumuskan oleh penulis, maka dalam penelitian ini tujuan yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1.3.1 Untuk mengetahui pengaruh pemberian permainan tradisional dalam pemanasan terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal

1.3.2 Untuk mengetahui pengaruh pemanasan tanpa diberikan permainan tradisional terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal.

1.3.3 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara pemberian permainan tradisional dalam pemanasan dengan pemanasan tanpa diberikan permainan tradisional terhadap minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal.

Manfaat penelitian

Manfaat penelitian adalah uraian dan harapan yang dihasilkan dari penelitian. Sehingga berdasarkan masalah yang diteliti, diharapkan penelitian ini dapat menghasilkan manfaat sebagai berikut:

Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam ekstrakurikuler, serta diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis.

Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam mengimplementasikan pengetahuan penulis tentang aktivitas fisik.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler.
- c. Bagi guru dan pelatih, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan media ajar yang sesuai dengan minat siswa.
- d. Bagi peserta didik, dapat memacu agar lebih aktif dan termotivasi dalam kegiatan pembelajaran.
- e. Bagi sekolah, meningkatkan kualitas pembelajaran dengan memanfaatkan permainan tradisional sebagai media sebelum memulai pembelajaran. Terutama didalam pembelajaran Penjas, dan kegiatan ekstrakurikuler.

Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi adanya masalah yang harus diteliti adalah pengaruh pemanasan statis, dinamis dengan ditambahkan permainan tradisional terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler

futsal. Sehingga dari uraian diatas dapat teridentifikasi berbagai masalah yang akan timbul dalam penelitian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1.5.1 Belum diketahui pengaruh pemanasan statis, dinamis dengan ditambahkan permainan tradisional terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal.

1.5.2 Kurangnya minat dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal.

Batasan Masalah

Pembatasan masalah ini bertujuan untuk memfokuskan perhatian pada penelitian dengan memperoleh kesimpulan yang benar dan mendalam pada aspek yang diteliti. Batasan masalah pada penelitian ini adalah pengaruh pemanasan statis, dinamis dengan ditambahkan permainan tradisional terhadap minat siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal.

Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penelitian ini, struktur organisasi penelitian memiliki rincian sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan dalam bab ini diuraikan mengenai penelitian terkait cabang olahraga bulutangkis dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, identifikasi masalah, batasan masalah dan struktur organisasi penelitian.

BAB II Kajian Pustaka pada bab ini diuraikan teori - teori yang berkaitan dan mendukung penelitian penulis tentang cabang olahraga futsal yaitu permainan futsal, teknik dasar futsal, ukuran lapangan futsal, pengertian minat, ekstrakurikuler, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

BAB III Metode penelitian pada bab ini penulis memaparkan tentang pendekatan, metode penelitian, penentuan subjek dan objek penelitian, instrumen penelitian dan prosedur penelitian.

BAB IV Pembahasan mengenai hasil data yang diproses melalui analisis, pengolahan, perhitungan dan pembahasan hasil.

BAB V Menjelaskan mengenai kesimpulan, implikasi dan saran terkait hasil penelitian.