

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani bertujuan untuk mewujudkan seluruh potensi aktivitas manusia, termasuk sikap, tindakan dan upaya yang ditujukan untuk pengembangan diri sejalan dengan cita-cita manusia. Adapun tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah untuk meningkatkan aspek kondisi fisik, keterampilan gerak, kemampuan, sosial, kesetabilan emosi, penalaran, pola hidup sehat sebagai pengenalan lingkungan yang bersih dan mampu berpikir kritis, dan yang terpenting, hal ini dilakukan secara sistematis demi tercapainya tujuan pendidikan nasional itu sendiri (Nova dkk., 2021).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berperan penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik (Pineiro-Cossio dkk., 2021). Peserta didik lebih menyukai pelajaran keterampilan dibandingkan pengetahuan (Rakhman Arie dkk., 2023). Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib serta termasuk bagian integral pendidikan umum yang merupakan disiplin ilmu terhadap pengembangan keterampilan yang bertujuan untuk memperoleh keterampilan fisik dan pengetahuan diri dalam menjaga kualitas hidup dan kesehatan (Razouki dkk., 2022). Pendidikan Jasmani dilaksanakan dengan kompetensi yang searah dengan mencapai tiga aspek yaitu psikomotorik, kognitif, dan afektif (Rahmadi dkk., 2021). Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan dominan pada aktivitas gerak peserta didik (Indah dkk., 2024).

Berdasarkan kutipan-kutipan di atas bahwa memang pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan individu secara utuh. Tujuan pendidikan jasmani dan mengimplementasikannya dalam praktik pembelajaran, kita dapat membantu peserta didik mencapai potensi penuh dalam mengembangkan aspek holistik peserta didik, baik dari segi fisik, kognitif, maupun emosional yang dimana peserta didik yang memiliki kebugaran yang baik akan cenderung memiliki tingkat konsentrasi yang baik dalam pembelajaran yang

membuat pembelajaran lebih efektif dan efisien dalam mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri.

Kebugaran jasmani merupakan faktor penting untuk menunjang produktivitas belajar, manfaat kebugaran jasmani yang baik salah satunya yaitu siswa dapat berkonsentrasi lebih lama dalam mengikuti proses pembelajaran berlangsung, dalam mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tentunya dibutuhkan konsentrasi yang baik dimana konsentrasi yang baik siswa lebih mudah menyerap dan mencerna pembelajaran dengan baik. Menurut Putra dkk. (2023) siswa yang memiliki kebugaran jasmani dan tingkat konsentrasi belajar yang baik cenderung akan mengikuti proses belajar di kelas dan di luar kelas dengan baik dan menghasilkan hasil belajar yang maksimal, begitu juga sebaliknya peserta didik yang memiliki kebugaran dan tingkat konsentrasi belajar yang tidak baik cenderung hasil belajar yang kurang baik. Kebugaran jasmani dan tingkat konsentrasi yang tidak baik ditandai dengan, mudah timbulnya lelah pada siswa saat melakukan kegiatan olahraga, mudah mengalami cedera saat berolahraga, menunjukkan sikap yang tidak serius, mudah mengalami tidak fokus saat menerima pelajaran, main-main dan kurangnya rasa ingin berlatih terhadap materi pembelajaran yang diajarkan, yang kedua, mereka cenderung mencapai hasil belajar yang tidak memuaskan, dan yang ketiga, mereka cenderung belajar dan berlatih apabila akan menghadapi ujian. Untuk itu kebugaran jasmani dan tingkat konsentrasi yang tinggi berhubungan erat dengan hasil belajar yang akan dicapai.

Berdasarkan hasil observasi terlihat bahwa kelas V SDN Jatiningor ini menunjukkan tingkat kebugaran dan konsentrasi yang kurang. Hal ini terlihat saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), dimana siswanya cenderung tidak memberikan perhatian yang cukup saat guru menjelaskan, masih ada siswa yang main-main, ada siswa yang kurang aktif bahkan jarang bicara, dan ketika melaksanakan praktek terlihat bahwa siswa kelas V ini mudah kelelahan sehingga kurang fokus dalam melaksanakan aktivitas jasmani. Ditambah dengan permasalahan pada situasi guru pendidikan jasmani yang sangat jarang sekali diberikan pembaharuan pada model pembelajaran yang efektif (Purnama Indah dkk., 2022). Untuk mencapai tingkat konsentrasi yang

optimal, kebugaran jasmani yang baik menjadi salah satu alternatif untuk melatih siswa belajar secara efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran dengan maksimal.

Menurut khoerunnisa dkk. (2020), pembelajaran yaitu suatu proses interaksi guru dan siswa secara langsung maupun tidak langsung dengan menggunakan media. Selain media dalam proses pembelajaran juga siswa memerlukan keefektifan dan pemahaman terhadap materi yang diajarkan oleh guru. Penyajian materipun harus tersusun secara sistematis, dimulai dari yang mudah dipahami hingga yang kompleks, baik dalam pelaksanaan rencana pembelajaran yang tepat maupun yang keliru. Faktor penentu keefektifan pembelajaran ini adalah model pembelajaran yang dipilih. Model pembelajaran merupakan suatu bentuk penerapan oleh guru secara khas dari awal sampai akhir dari pembelajaran (Hasbillah Muhammad dkk., 2022). Dalam proses pembelajaran guru harus mampu menggunakan model pembelajaran agar lebih terencana pada saat pembelajaran (Maesara dkk., 2023). Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah menyediakan model pembelajaran yang bisa membuat anak aktif dan bugar dalam proses pembelajaran penjas sehingga bisa lebih berkonsentrasi dalam pembelajaran. Jadi pentingnya memilih model pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran karena model pembelajaran yang baik tidak hanya membuat siswa aktif dan bugar, tetapi juga membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Model *kooperatif* learning adalah model pembelajaran yang membentuk suatu kelompok kecil untuk bertukar pikiran dan saling bekerja sama dalam proses pembelajaran (Yulia dkk., 2020). Model pembelajaran *kooperatif* mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik secara konsisten baik untuk peserta didik yang memiliki kemampuan tinggi, sedang dan rendah dalam pemahaman materi pembelajaran (Kesuma dkk., 2021). Pembelajaran *kooperatif* ditingkat internasional, menunjukkan bahwa model pembelajaran ini sangat berdampak positif, hal ini mencerminkan bahwa model pembelajaran kooperatif adalah model global dimana ranah kognitif, afektif, relasional, dan sosial sangat terkait pada aspek yang mengatur aktivitas fisik semua diseluruh dunia (Bores-Garcia dkk., 2021). Jadi model *kooperatif* merupakan pendekatan yang sangat menjanjikan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Dengan melibatkan peserta didik

secara aktif dalam proses belajar, model ini tidak hanya membantu mereka mencapai tujuan akademik, tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting untuk kehidupan mereka.

Maka dari itu salah satu yang bisa meningkatkan kebugaran jasmani dan konsentrasi siswa yaitu model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* dimana siswa akan cenderung terus bergerak tidak diam atau pasif selama pembelajaran, karna dalam model pembelajaran jigsaw ini siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil yang terdiri dari empat sampai enam orang yang dimana masing-masing siswa mendapatkan satu materi sehingga siswa akan berkonsentrasi penuh dalam pembelajaran ini karna siswa dituntut untuk menguasai satu materi yang mereka dapatkan sehingga anak akan terus fokus selama pembelajaran berlangsung.

Dari permasalahan tersebut, maka peneliti memilih menggunakan model pembelajaran yang tepat. Penggunaan model pembelajaran yang tepat akan memberikan dorongan pada guru dalam menyampaikan pembelajaran lebih efektif, lebih menyenangkan sehingga siswa lebih termotivasi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, peneliti menekankan upaya untuk melihat hasil penerapan model pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk berperan dikelompoknya dalam kegiatan kebugaran jasmani, menerima dan menghargai pendapat dan masukan dari anggota kelompok-nya, mengambil giliran dan berbagi tugas, mengundang orang lain untuk berbicara, mendengarkan dengan aktif, bertanya, berada pada tugas dan memeriksa ketepatan, sehingga masing-masing siswa bisa lebih fokus dalam belajarnya (Widana, 2020). Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu melakukan penelitian eksperimen dengan menerapkan model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan level konsentrasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah yang penulis ajukan yaitu: “apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari implementasi model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* terhadap peningkatan kebugaran jasmani dan level konsentrasi siswa Sekolah Dasar?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: ” Untuk mengetahui pengaruh yang signifikan dari implementasi model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* terhadap peningkatan kebugaran jasmani dan level konsentrasi siswa Sekolah Dasar.”

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik. Manfaat-manfaat tersebut di antaranya :

1) Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan acuan dan informasi dalam pembahasan mengenai model-model pembelajaran. Khususnya model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* dalam peningkatan kebugaran jasmani dan level konsentrasi pada siswa sekolah dasar.

2) Manfaat dari Segi Kebijakan

Memberikan arahan kebijakan untuk pengembangan ilmu yang baik dan efektif. Terutama yang berkaitan dengan implementasi model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan level konsentrasi pada siswa sekolah dasar.

3) Manfaat Praktis

a. Bagi pribadi

Dapat menambah wawasan dan diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti lain dengan tema yang sama dengan variabel berbeda.

b. Bagi siswa

Diharapkan dengan menerapkan model pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* ini siswa dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan konsentrasi sehingga bisa lebih berkonsentrasi dalam pembelajaran.

c. Bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan level konsentrasi siswa sekolah dasar.

4) Manfaat dari Isu Serta Aksi Sosial

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang “implementasi model pembelajaran *kooperatif*

Siti Nurazizah, 2024

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW TERHADAP PENINGKATAN
KEBUGARAN JASMANI DAN LEVEL KONSENTRASI SISWA SEKOLAH DASAR

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

tipe jigsaw yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan level konsentrasi pada siswa sekolah dasar.

1.5 Sistematika Penulisan Skripsi

Penulisan skripsi ini, peneliti berpedoman pada sistematika penulisan karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia tahun 2021 dengan penjelasan sebagai berikut:

- 1) Bagian awal berisi judul skripsi, lembar pengesahan, lembar pernyataan, ucapan terima kasih, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar dan daftar lampiran.
- 2) Bagian isi skripsi, meliputi:
 - Bab 1 : Latar belakang penelitian, dalam bab ini membahas mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dari segi teoritis, kebijakan, praktis, isu serta aksi sosial, dan batasan penelitian.
 - Bab 2 : Kajian pustaka, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian. Dalam bab ini mengemukakan konsep atau teori yang relevan dengan judul penelitian serta diuraikan mengenai kerangka pemikiran penelitian dan hipotesis penelitian.
 - Bab 3 : Metode penelitian, dalam bab ini mengemukakan mengenai metodologi penelitian yang digunakan penulis yang meliputi: metode penelitian, populasi dan sampel, pengumpulan data, dan analisis data.
 - Bab 4 : Hasil Penelitian dan Pembahasan. Dalam bab ini mengemukakan mengenai deskripsi dari hasil penelitian yang meliputi gambaran umum objek penelitian, gambaran variabel yang diamati, analisis data, dan pengujian hipotesis serta pembahasannya.
 - Bab 5 : Berisi tentang kesimpulan dan saran.
- 3) Bagian akhir skripsi berisi daftar pustaka, dan lampiran-lampiran yang memuat tentang deskripsi mengenai perencanaan, pelaksanaan, hingga pelaporan penelitian.

Siti Nurazizah, 2024

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW TERHADAP PENINGKATAN KEBUGARAN JASMANI DAN LEVEL KONSENTRASI SISWA SEKOLAH DASAR

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