

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan baik dalam bidang ilmu pengetahuan maupun teknologi telah mentransformasi perkembangan bangsa. Mengingat bahwa tujuan pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Potensi manusia adalah benih yang berpotensi menjadi manusia seutuhnya melalui proses pengasuhan. Pendidikan adalah usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan pemerintah melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan, yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah sepanjang hayat untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat memainkan peranan dalam berbagai lingkungan hidup secara tepat dimasa yang akan datang (Oviyanti, 2016). Pendidikan Jasmani merupakan pengembangan kompetensi fisik dan pengetahuan siswa tentang gerakan dan keselamatan, serta kemampuan mereka untuk menggunakannya. Hal ini memudahkan berbagai kegiatan yang saling terkait dengan pengembangan gaya hidup aktif dan sehat. Dalam (Arifin, 2017).

Olahraga adalah sebuah rangkaian dengan secara sistematis dalam pelaksanaannya tertentu (Supriyadi, 2018). Dalam UU RI No 3 tahun 2005 Bab II pasal 4 sistem keolahragaan nasional yang menjelaskan tentang hal tersebut, yang intinya yaitu olahraga meningkatkan kebugaran dan kesehatan manusia dan menanamkan sikap yang mengangkat kehormatan nasional. Olahraga merupakan salah satu kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud memelihara dan menjaga kebugaran tubuh manusia (Moh arif Kusnadi & Dety Mulyanti, 2023). Pembelajaran olahraga di sekolah diharapkan dapat memberikan dampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga inovasi dan pengembangan harus terus dilakukan. Penggunaan model pembelajaran dan media pembelajaran yang menarik, bervariasi, aman serta mudah digunakan merupakan senjata utama yang harus dimiliki oleh setiap pengajar. Penguasaan gerak bukan satu-satunya tujuan yang harus dicapai pada proses pembelajaran olahraga di sekolah akan tetapi

kematangan emosional, psikis, sosial juga harus menjadi target dari hasil pembelajaran olahraga. Meskipun Dalam perkembangannya, dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Dapat disimpulkan bahwa olahraga mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran seseorang dan mampu meningkatkan dan memelihara organ-organ yang ada di dalam tubuh manusia sehingga seseorang tersebut memiliki kondisi fisik yang prima. (Luh & Ekayani, 2021) menjelaskan bahwa belajar merupakan suatu proses penting bagi perubahan perilaku setiap orang dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan oleh seseorang. Prinsip belajar menurut teori belajar tertentu, teori tingkah laku dan prinsip-prinsip pengajaran dalam implementasinya akan berintegrasi menjadi prinsip-prinsip pembelajaran. Menurut (Aladdin, 2019) menyatakan bahwa dalam kegiatan belajar pembelajaran di sekolah siswa dibekali berbagai macam hal mulai dari pembelajaran yang bersifat kognitif, afektif maupun psikomotor. Ketiga ranah tersebut menjadi indikator tercapainya tujuan pembelajaran. Seringkali dalam mencapai tujuan pembelajaran, guru mengemas materi pembelajaran dalam bentuk permainan, hal itu dikarenakan dengan anak cenderung senang bermain sambil belajar.

Maka dari itu, Proses pembelajaran dapat menentukan cara pandang siswa, karena sangat dipengaruhi lingkungan dan sumber belajar lainnya dalam rangka pencapaian capaian pembelajaran (Setiyono et al., 2017). Proses pembelajaran yang tepat dapat memberikan dampak yang besar bagi siswa antara lain mengembangkan kreativitas, berpikir kritis, analitis dan tepat dalam mengidentifikasi dan mengaplikasikan materi pembelajaran serta dapat meningkatkan kemampuan mengkonstruksi pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pembelajaran selain itu dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk memahami masalah klinis dan meningkatkan keterampilan komunikasi dan kerja sama tim (Indriati & Anggrianto, 2021). Proses tersebut dapat dicapai melalui penciptaan suasana pembelajaran yang kondusif sehingga berdampak ketercapaian tingkat kedewasaan baik secara fisik, psikologis, sosial, emosional, ekonomi, moral dan spiritual pada siswa. Penciptaan suasana pembelajaran yang kondusif akan membuat respon siswa terhadap interaksi yang dilakukan guru cukup positif, siswa juga menjadi lebih percaya diri dan termotivasi untuk aktif di kelas karena dorongan dan pujian dari guru (Sundari et al., 2017).

Namun proses pembelajaran akan terhambat apabila interaksi antar siswa tidak terjalin dengan baik (Megasari, 2014), kurangnya interaksi sosial di antara siswa atau antara siswa dan guru dapat menjadi indikasi terhadap kurangnya pembentukan karakter peduli sosial. Karakter tersebut dianggap sebagai suatu kewajiban yang perlu dibentuk oleh orang tua dan guru di lingkungan sekolah. Perilaku suka menyendiri, ketidakmampuan dalam mengendalikan

tindakan dan perasaan, ketidakmauan untuk bekerja sama, tidak bersedia berbagi, serta menunjukkan emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan, dapat menjadi gambaran dari kekurangan pembentukan karakter sosial pada siswa (Litania et al., 2022). Pentingnya karakter peduli sosial sebagai aspek yang menciptakan interaksi positif di lingkungan sekolah menekankan tanggung jawab orang tua dan guru dalam membentuk perilaku sosial anak-anak. Pembinaan karakter tersebut bukan hanya tentang berinteraksi dengan sesama siswa atau guru, tetapi mencakup aspek emosional dan kemampuan untuk mengelola perasaan. Melalui upaya bersama antara orang tua dan guru, dapat dibangun lingkungan yang mendukung pertumbuhan siswa dalam hal interaksi sosial yang sehat, kolaboratif, dan penuh kepedulian (Retnaningtyas & Zulkarnaen, 2023) Interaksi sosial merupakan salah satu aspek kunci dalam perkembangan sosial dan emosional siswa.

Seperti yang terjadi di SDN Cikadu tempat penelitian dilakukan, ketika saya melakukan pembelajaran pada kelas rendah dan kelas atas, disana saya mengalami kendala ketika mengajar pada kelas atas. Hambatan yang dihadapi adalah ketika melakukan pembelajaran pada kelas atas khususnya pada kelas IV dan kelas V, yaitu kurangnya interaksi sosial. Seperti ketika saya sedang melakukan pembelajaran siswa dan siswi kelas IV dan kelas V sulit untuk berdiskusi dengan teman-temannya, dalam sesi bertanya dan menjawab. Hal tersebut sangat menghambat sekali proses pembelajaran dan tujuan pembelajaran sulit untuk tercapai.

Di era modern ini, di mana teknologi seringkali menggantikan interaksi langsung, penting bagi siswa untuk terlibat dalam kegiatan fisik yang memungkinkan mereka berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya (Safitr et al., 2023). Salah satu faktor yang dapat memengaruhi interaksi sosial siswa adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik tidak hanya terbatas pada gerakan tubuh semata, melainkan merupakan bagian dari proses kompleks yang mencakup pengembangan, pembelajaran, dan asimilasi berbagai aspek. Hal tersebut melibatkan tidak hanya aspek fisik, tetapi juga pengembangan keterampilan, nilai-nilai, norma, serta pembentukan persepsi diri dan identitas individu (Riyanto & Mudian, 2019).

Aktivitas fisik dapat diartikan sebagai semua bentuk energi yang dikeluarkan melalui gerakan tubuh. Dengan kata lain, mobilitas tubuh disebabkan oleh kontraksi otot rangka yang menghasilkan sejumlah besar pengeluaran energi, berbeda dengan kondisi tubuh saat beristirahat (Arvidsson et al., 2019). Aktivitas fisik mencakup segala pergerakan tubuh yang melibatkan kerja otot rangka dan menghasilkan pengeluaran energi, seperti saat bekerja, bermain, melakukan tugas rumah tangga, perjalanan, dan kegiatan rekreasi (Hamilton, 2018). Oleh karena itu, aktivitas fisik dapat didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang dipicu oleh kontraksi otot rangka, yang pada gilirannya menghasilkan energi atau tenaga. Penting untuk

dicatat bahwa aktivitas fisik tidak terbatas pada kegiatan olahraga saja, melainkan juga mencakup rutinitas sehari-hari seperti pergi bekerja, pergi ke sekolah, atau kegiatan lain yang melibatkan gerakan tubuh (Kolokoltsev & Jagiello, 2020).

Aktivitas fisik memiliki pengaruh penting bagi kesehatan manusia. Kurangnya aktivitas fisik dapat menjadi salah satu penyebab utama penyakit tidak menular seperti diabetes, obesitas, hipertensi dan penyakit lainnya yang berkaitan. Masalah yang berkaitan dengan aktivitas fisik rendah juga dapat berdampak negatif pada kesehatan mental (Arslan et al., 2023). Topik penelitian ini meneliti dampak positif yang mungkin ditimbulkan oleh adanya aktivitas fisik terhadap interaksi sosial siswa pada SD Negeri Cikadu.

Melalui kegiatan fisik, siswa dapat mengembangkan keterampilan komunikasi, kerjasama, serta rasa percaya diri yang dibentuk dari kegiatan fisik yang siswa lakukan. Interaksi yang terjadi selama kegiatan berlangsung dapat membentuk hubungan interpersonal yang kuat, yang dapat berdampak positif pada kualitas hubungan sosial siswa (Lambert et al., 2014). Ketika siswa dapat mengembangkan keterampilan komunikasi, kerjasama, serta rasa percaya diri yang baik melalui kegiatan fisik, yang dimana kegiatan fisik itu mengharuskan siswa berinteraksi secara langsung dengan teman sebayanya yang nantinya akan memudahkan siswa untuk mengembangkan atau meningkatkan interaksi sosial di Sekolah Dasar melalui aktivitas fisik.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang meneliti terkait fenomena interaksi sosial pada siswa. Penelitian pertama dilakukan oleh (Sudrazat & Rustiawan, 2020) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan keterampilan sosial. Metode penelitian yang digunakan adalah korelasional. Partisipan yang digunakan adalah 36 siswa putra dan putri SMP Negeri 1 Cisaga Kabupaten Ciamis. Hasil penelitian menyatakan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan keterampilan sosial, walaupun terdapat hubungan namun tidak signifikan. Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan keterampilan sosial di luar jam pelajaran sekolah.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh (Cendra & Gazali, 2019) dengan tujuan untuk mengetahui hubungan intensitas olahraga terhadap perilaku sosial dalam olahraga pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau. Metode penelitian menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk membuat deskripsi atau gambaran mengenai hubungan antara intensitas olahraga (variabel bebas) dan perilaku sosial (variabel terikat). Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan sangat kuat antara intensitas olahraga terhadap perilaku sosial dalam berolahraga.

Penelitian ketiga dilakukan oleh (Budiwati et al., 2022) dengan tujuan untuk mengkaji sejauh mana kemampuan interaksi sosial siswa sekolah dasar dapat dipengaruhi oleh teknologi. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa penggunaan gadget berpengaruh pada pola pikir dan perilaku orang dewasa, termasuk dampaknya terhadap anak-anak. Gadget memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan anak di tingkat sekolah dasar serta memengaruhi interaksi sosial mereka. Ketergantungan anak pada teknologi ini terutama disebabkan oleh penggunaan perangkat yang berlangsung dalam waktu yang lama dan diulang setiap hari, yang dapat mengakibatkan anak menjadi cenderung bersifat antisosial.

Berdasarkan beberapa informasi mengenai penelitian sebelumnya, terdapat *gap theory* atau perbedaan hasil penelitian sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan aktivitas fisik terhadap interaksi sosial pada siswa. Penelitian ini perlu dilakukan karena dapat memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana aktivitas fisik dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial dan membangun hubungan yang positif di kalangan siswa. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan pandangan baru kepada pendidik dan orang tua tentang hubungan pelaksanaan aktivitas fisik untuk memfasilitasi interaksi sosial di tengah tantangan modern yang dihadapi oleh siswa saat ini. Dari penjelasan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti akan melakukan suatu penelitian dengan judul "Hubungan Physical Activity dengan Interaksi Sosial Siswa Sekolah Dasar".

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian terkait dengan pengaruh aktivitas fisik yang berhubungan dengan pergaulan para siswa dilihat dari faktor komunikasi, mendapatkan informasi, pemecahan suatu masalah ketika bergaul dengan teman sekolah, saling menghargai, dan mampu bekerjasama dengan orang lain terhadap interaksi sosial siswa pada SD Negeri Cikadu. Dari latar belakang yang dipaparkan maka didapatkan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah aktivitas fisik memiliki hubungan dengan kemampuan interaksi sosial siswa pada SD Negeri Cikadu?
2. Seberapa besar hubungan aktivitas fisik dengan interaksi sosial siswa pada SD Negeri Cikadu?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Secara umum, tujuan dari penelitian ini untuk memberikan gambaran besar tentang Hubungan *Physical Activity* dengan Interaksi Sosial Siswa Sekolah Dasar SD Negeri Cikadu. Dengan tujuan-tujuan secara umum tersebut, maka didapatkan juga tujuan khusus diantaranya

:

1. Untuk mengetahui aktivitas fisik dengan interaksi sosial siswa Sekolah Dasar
2. Untuk menilai hubungan antara aktivitas fisik dengan interaksi sosial siswa Sekolah Dasar.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Dengan tujuan tersebut, diharapkan mampu memberikan manfaat-manfaat yang baik bagi seluruh pihak yang terkait dalam penelitian ini. Manfaat-manfaat tersebut diantaranya:

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Dapat memberikan inspirasi untuk penelitian lebih lanjut, penelitian selanjutnya dapat menggunakan topik yang mirip dan dikembangkan untuk penelitian selanjutnya.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan interaksi sosial siswa di Sekolah Dasar, dan dapat diharapkan juga guru dan para tenaga pendidik bisa lebih menggunakan metode pembelajaran yang lebih efektif dalam peningkatan interaksi sosial siswa di Sekolah Dasar.

##### **1.4.3 Manfaat Sosial**

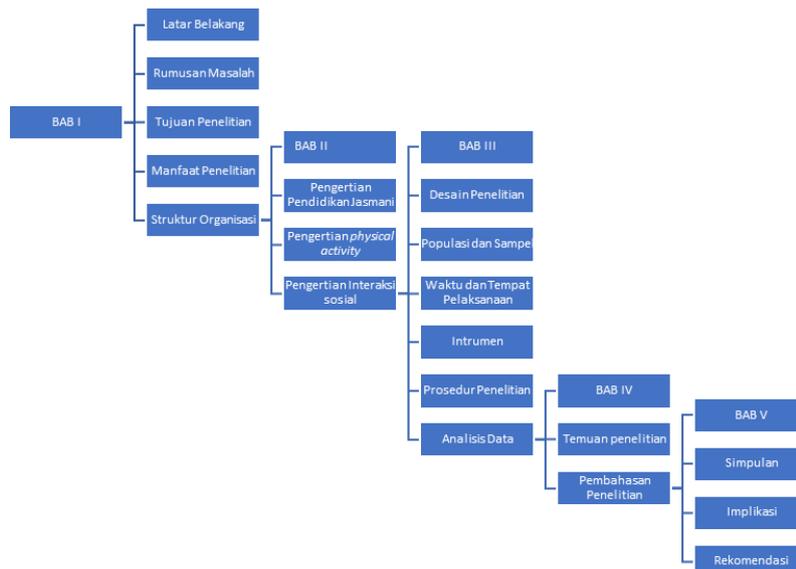
Pengembangan keterampilan sosial dan interaksi sosial, siswa belajar dan meningkatkan keterampilan sosial seperti berdiskusi dengan teman, percaya diri, dan bekerja sama, *physical activity* adalah bagian penting bagi siswa dan merupakan cara untuk membangun citra diri yang positif. Mengetahui bahwa mereka sangat percaya pada *physical activity* dapat membantu mereka dalam pengembangan interaksi sosial dan keterampilan sosial.

##### **1.4.4 Manfaat Kebijakan**

Peningkatan interaksi sosial melalui aktivitas fisik pada siswa, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai cara/metode pembelajaran pada siswa dalam meningkatkan interaksi antar siswa. Pengembangan kurikulum pendidikan, penelitian ini dapat memberikan masukan berharga untuk pengembangan kurikulum pendidikan, khususnya dalam peningkatan interaksi sosial antar siswa.

#### **1.5 Struktur Organisasi**

Dalam penelitian ini memiliki struktur-struktur yang mampu menunjang dan membantu dalam penulisan skripsi, diantaranya:



**Gambar 1.1 Struktur Organisasi**

Bab I, merupakan sebuah awalan dalam melakukan penelitian. Dalam bab I terdapat bagian-bagian, seperti latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi.

Bab II, merupakan bagian dari penelitian yang berisikan pembahasan dan teori-teori yang menunjang dalam penelitian. Bab II mencakup beberapa poin diantaranya pendidikan jasmani, *physical activity*, dan interaksi sosial.

Bab III, merupakan bagian yang menjelaskan dan menjabarkan metode penelitian yang akan dipakai dalam penelitian ini. Pada Bab III berisikan desain penelitian, populasi dan sampel, waktu dan tempat pelaksanaan, instrumen serta prosedur dan analisis data.

Bab IV, merupakan bagian yang menjelaskan dan menjabarkan temuan dan pembahasan penelitian. Pada Bab IV berisikan temuan penelitian dan pembahasan penelitian.

Bab V, merupakan bagian dari penelitian yang berisikan simpulan, implikasi, dan rekomendasi