

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada jenjang Sekolah Dasar (SD) terdapat mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang dimana proses pendidikannya menggunakan aktivitas gerak untuk mencapai tujuan. Menurut (Kiswantoko & Wijaya, 2018) Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang menggunakan kegiatan jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan peserta didik secara organik, kognitif, serta emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Pendidikan secara umum mempengaruhi potensi siswa ditinjau dari komponen kognitif, afektif dan psikomotorik, oleh karena itu pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kegiatan pembelajaran umum lainnya.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah suatu proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk mencapai perubahan kualitas pada diri seseorang secara menyeluruh. Pendekatan ini melibatkan aspek fisik, mental dan emosional individu secara keseluruhan (Sari et al., 2024). Dalam konteks pendidikan jasmani, anak dipandang sebagai suatu kesatuan yang utuh dan menyeluruh, dimana pendidikan ini tidak hanya memperhatikan kualitas fisik dan mental yang berbeda-beda, melainkan memperlakukan anak sebagai satu kesatuan yang sangat diperlukan yang mencakup berbagai aspek kualitas dirinya

Dalam kegiatan belajar mengajar diperlukan upaya-upaya strategis khususnya agar guru pendidikan jasmani dapat membawa siswa secara maksimal dalam menangkap materi yang berlangsung selama proses pembelajaran. Untuk itu ada faktor yang harus diperhatikan yaitu persiapan siswa itu sendiri dalam menunjang proses belajar mengajar sesuai rencana dengan memperhatikan terlebih dahulu kesiapan belajar siswa tersebut. Menurut (Selviana, 2018) mengemukakan bahwa kesiapan belajar akan memudahkan siswa untuk belajar, karena siswa yang mempunyai kesiapan dalam belajar akan terdorong untuk memberikan respon yang positif dalam proses pembelajaran di mana keadaan tersebut akan mempengaruhi hasil belajar siswa yang lebih baik. Oleh karena itu,

siswa perlu memperhatikan persiapan pembelajarannya, karena dengan persiapan tersebut siswa dapat dengan mudah memahami materi yang disampaikan oleh guru, sehingga kondisi seperti itu akan mempengaruhi hasil belajarnya.

Mata pelajaran pendidikan jasmani sendiri mengharuskan tubuh siswa dalam kondisi terbaik dan siap melakukan gerakan-gerakan yang hakikatnya melibatkan pergerakan anggota tubuh manusia, agar hubungan antara kesehatan jasmani dengan kesiapan mental bersifat langsung dan dapat dicapai. Sehingga pembelajaran pendidikan jasmani menjadikan siswa senang berolahraga, pembelajaran interaktif, meningkatkan kesehatan jasmani setiap siswa, dan memberikan stimulan bagi tubuh untuk berkembang dengan baik sekaligus mempengaruhi sikap dan kepribadian siswa.

SDN 113 Banjarsari Kota Bandung merupakan salah satu dari sekolah favorit di Kota Bandung dan juga salah satu dari sekolah dengan kualitas terbaik. Anak-anak yang bersekolah di SDN 113 Banjarsari sebagian besar berasal dari keluarga menengah ke atas. Sekolah SDN 113 Banjarsari juga memberikan kualitas terbaik dari segi tenaga pendidik dan fasilitas kepada siswanya serta telah meraih banyak prestasi di berbagai bidang. Disini peneliti mencoba berupaya menelaah apa yang menjadi kendala bagi guru dilapangan dengan melihat permasalahan pada saat melakukan Program Penguatan Profesional Kependidikan (P3K).

Berdasarkan hasil observasi dalam melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani terutama dalam aktivitas pemanasan yang digunakan masih menggunakan metode general belum mengarah ke aktivitas utama, melihat peserta didik dalam melaksanakan pemanasan tersebut sangat kurang antusias dan kurang bersemangat bahkan masih ada peserta didik yang melakukannya tidak sungguh-sungguh seperti mengganggu temannya yang sedang melakukan pemanasan. Dengan begitu dikhawatirkan akan terjadinya cedera dan menurunnya prestasi peserta didik.

Melihat keadaan seperti ini muncul ide bagi peneliti untuk membandingkan pemanasan statis-dinamis dengan *instan activity* karena pada saat observasi langsung dilapangan perlu adanya inovasi atau pembaruan pada pemanasan yang dilakukan di sekolah dasar, kemudian diantara pemanasan

tersebut mana yang lebih efektif dan efisien, dan dengan pemanasan tersebut apakah dapat menarik minat belajar peserta didik yang nantinya berpengaruh juga terhadap hasil belajarnya. Harapannya setelah membandingkan pemanasan tersebut guru ataupun tenaga pendidik dapat mengetahui pemanasan mana yang lebih berkualitas dan efektif untuk menunjang pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) untuk melakukan perbandingan pemanasan statis-dinamis dengan *instan activity* dalam hal melihat peningkatan kesiapan belajar dan hasil belajar siswa sekolah dasar. Dengan demikian perlu adanya penelitian untuk membuktikan dari kedua macam pemanasan tersebut mana yang dapat mempengaruhi kesiapan belajar dan hasil belajar siswa sekolah dasar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas, maka Rumusan masalah yang akan dipecahkan melalui penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh pemanasan statis-dinamis terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar?
2. Apakah terdapat pengaruh pemanasan *instant activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk memperoleh pengetahuan atau penemuan baru, sebagai pembuktian atau pengujian tentang kebenaran dari pengetahuan yang sudah ada. Terkait pengaruh pemanasan statis-dinamis dan *instan activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar, begitupun dapat mengembangkan pengetahuan suatu bidang keilmuan yang sudah ada.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui apakah adanya pengaruh pemanasan statis-dinamis terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar?
2. Mengetahui apakah adanya pengaruh pemanasan *instant activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar?

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu:

1. Memberikan wawasan dan pengetahuan pembaharuan mengenai konsep atau metode pemanasan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.
2. Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengaruh pemanasan statis-dinamis dan *instan activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.
3. Dapat dijadikan rujukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang pemanasan statis-dinamis dan *instan activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Bagi penulis
Dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang pengaruh pemanasan statis-dinamis dan *instan activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.
2. Bagi pendidik dan calon pendidik
Dapat menambah pengetahuan dan sumbangan pemikiran tentang cara menerapkan pemanasan statis-dinamis dan *instan activity* terhadap kesiapan belajar dan hasil belajar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

3. Bagi anak didik

Anak didik sebagai subjek penelitian, diharapkan dapat memperoleh pengalaman langsung mengenai pembelajaran secara aktif, kreatif, dan menyenangkan melalui pemanasan statis-dinamis dan *instant activity*. Dan juga dapat tertarik dalam melakukan pemanasan tersebut sehingga mengurangi terjadinya cedera pada anak.

4. Bagi sekolah

Sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program pembelajaran serta menentukan metode dan media pemanasan yang tepat untuk pembelajaran pendidikan jasmani.

1.5 Struktur Organisasi Penulisan Proposal

Struktur organisasi proposal skripsi ini menyajikan urutan bab dalam penyusunan skripsi yang terdiri dari tiga bab. Adapun urutan dari masing-masing bab adalah sebagai berikut :

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini mencakup latar belakang penelitian berkaitan dengan fenomena yang diamati sesuai dengan fakta dan permasalahan di lapangan, mencari gagasan tentang penelitian yang akan dilakukan, menentukan tujuan harapan dan manfaat hasil penelitian.

2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini mencakup tentang kajian-kajian teori yang terdiri dari kajian pustaka, penelitian yang relevan, dan kerangka berpikir.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini mencakup tentang deskripsi metode penelitian, subjek dan lokasi penelitian, teknik pengumpulan data.

4. BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini mencakup hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan meliputi pembahasan dan pengolahan data.

5. BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Bab ini mencakup kesimpulan dan saran terhadap hasil dari penelitian.