

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan adalah suatu upaya yang terencana bertujuan mendewasakan manusia serta mengembangkan kemampuan dan seluruh potensi yang dimilikinya. Jika manusia belajar dan berlatih sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, maka pendidikan dapat meningkatkan kualitas hidupnya yang bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain di kehidupan sehari-hari. Secara logis apabila seseorang yang merasai pendidikan tinggi semestinya memiliki kemampuan, pengetahuan dan sikap di lingkungan masyarakat harus lebih baik, agar dapat dengan mudah menggapai cita-cita untuk dapat meningkatkan taraf kehidupannya serta keluarga, oleh karena itu pendidikan sangat perlu untuk di kembangkan dari berbagai ilmu pengetahuan sehingga pendidikan yang berkualitas sangat berguna bagi suatu bangsa.

Pendidikan diartikan sebagai proses pembelajaran bagi individu untuk mencapai pengetahuan dan pemahaman yang lebih tinggi mengenai obyek-obyek tertentu dan spesifik. Pengertian dan tujuan pendidikan dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 22 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suatu suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Tujuan pendidikan nasional dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 22 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dari pengertian di atas maka pendidikan mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan manusia di masa mendatang.

Pendidikan olahraga merupakan disiplin ilmu yang didominasi praktik pada aktivitas fisik dan sedikit teori. Tujuan tersebut merupakan pedoman bagi guru

pendidikan jasmani dalam melaksanakan tugasnya, tujuan tersebut harus bisa dicapai melalui kegiatan pembelajaran yang direncanakan secara matang, dengan berpedoman pada ilmu mendidik. dengan demikian, hal terpenting untuk disadari oleh guru pendidikan jasmani adalah bahwa ia harus menganggap dirinya sendiri sebagai pendidik, bukan hanya sebagai pelatih atau pengatur kegiatan.

Selama masa pandemi, seluruh siswa harus melaksanakan pembelajaran jarak jauh (PJJ) hingga kondisi kembali memungkinkan untuk beraktivitas seperti biasanya. PJJ dianggap baik karena siswa akan lebih aman dari paparan virus corona dan orang tua juga merasa lebih tenang karena bisa mengawasi anak secara langsung. Namun, PJJ menjadi tidak efektif karena kurangnya kesiapan sekolah (dalam hal kurikulum), kesiapan guru, siswa, orang tua, ketersediaan sumber belajar, serta fasilitas (Basar, 2021). Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa siswa merasa dipaksa untuk belajar jarak jauh tanpa adanya fasilitas yang memadai di rumah (Purwanto, et al., 2020). Beberapa permasalahan yang menghambat PJJ, yaitu keterbatasan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan siswa, sarana dan prasarana yang kurang memadai, akses internet yang terbatas, dan kurangnya penyediaan anggaran, misalnya, biaya untuk membeli kuota (Aji, 2020)

Permasalahan yang menyangkut Pendidikan sekarang yaitu adanya pandemic Covid-19 dengan adanya wabah virus tersebut pemerintah menerapkan *physical distancing* untuk seluruh aktivitas. dampak *social distancing* salah satunya pendidikan yang tidak dapat dilaksanakan secara tatap muka, melainkan harus dilaksanakan secara daring. berdasarkan surat edaran nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran virus, Mendikbud menghimbau agar semua lembaga pendidikan tidak melakukan proses belajar mengajar secara langsung atau tatap muka, melainkan harus dilakukan secara tidak langsung atau jarak jauh hal tersebut juga dirasakan dampaknya dalam sektor pendidikan yang menyebabkan penurunan kualitas belajar pada peserta didik. Terkait dampak penyebaran virus Covid-19 pada dunia pendidikan menuntut para pendidik dan peserta didik untuk mampu dengan cepat beradaptasi dengan perubahan yang ada. Pembelajaran yang semula berbasis pada tatap muka secara langsung di kelas, harus digantikan dengan sistem pembelajaran yang terintegrasi

melalui jaringan internet secara daring atau online. Pembelajaran online menghubungkan peserta didik dengan pendidik dan sumber belajarnya yang secara fisik terpisah atau berjauhan, namun dapat saling berkomunikasi, berinteraksi serta tetap bisa berkolaborasi.

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang memanfaatkan teknologi multimedia, video, kelas virtual, teks online animasi, pesan suara, email, telepon konferensi, dan video streaming online. Pembelajaran dapat dilakukan secara masif dengan jumlah peserta yang tidak terbatas, bisa dilakukan secara gratis maupun berbayar (Bilfaqih & Qomarudin, 2015). Pembelajaran daring adalah implementasi pendidikan jarak jauh yang bertujuan untuk meningkatkan pemerataan akses terhadap pembelajaran melalui jaringan (Rumengan dkk., 2019, hlm. 303)

Pembelajaran daring pada dasarnya merupakan pembelajaran yang dilakukan secara virtual melalui aplikasi virtual yang tersedia, walaupun demikian, pembelajaran daring harus tetap memperhatikan kompetensi yang akan diajarkan, pembelajaran daring bukan sekedar materi yang dipindah melalui media internet, bukan juga sekedar tugas dan soal-soal yang dikirimkan melalui aplikasi sosial media. Pembelajaran daring harus direncanakan, dilaksanakan, serta dievaluasi sama halnya dengan pembelajaran yang terjadi di kelas (Rumengan dkk., 2019, hlm. 303).

Keadaan ini apabila seorang guru tidak mampu menciptakan suasana belajar daring yang baik tentu akan mempengaruhi kualitas hidup siswa dalam belajar khususnya pada masa pandemi, Secara awam, kualitas hidup berkaitan dengan pencapaian kehidupan manusia yang ideal atau sesuai dengan yang diinginkan (Diener dan Suh, dalam Nofitri, 2009). kualitas hidup (*Quality of Life*) berarti, merupakan derajat pengukuran pencapaian kehidupan manusia yang ideal atau sesuai dengan yang diinginkan. Menurut Goodinson dan Singleton dalam (O'Connor, 1993) definisi dari kualitas hidup menjelaskan bahwa kualitas hidup merupakan “Perasaan subjektif seseorang mengenai kesejahteraan dirinya, berdasarkan pengalaman hidupnya saat ini secara keseluruhan”

Berdasarkan pengertian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kualitas hidup merupakan perasaan subjektif seseorang mengenai kesejahteraan dirinya,

berdasarkan pengalaman hidupnya saat ini secara keseluruhan, kualitas hidup menggambarkan pencapaian kehidupan manusia yang ideal atau sesuai dengan yang diinginkan.

Kondisi kegiatan pengajaran yang tiba-tiba berubah drastis ini menjadi tantangan bagi guru khususnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK), agar sasaran dan tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat tercapai melalui surat edaran Mendikbud no 4 Tahun 2020 terkait pelaksanaan kebijakan pendidikan mengharuskan guru untuk tidak membebani peserta didik melalui tuntutan capaian kurikulum sebagai syarat kenaikan kelas. Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah mata pelajaran yang sangat penting untuk dipelajari siswa dimasa sekarang ini, karna dengan pengetahuan mengenai kesehatan dan praktek olahraga siswa dapat membentengi diri salah satunya dengan meningkatkan daya tahan tubuh (imunitas) untuk mencegah corona virus dengan olahraga teratur menjadi salah satu cara untuk menjaga kesehatan, namun pola pembelajaran dirumah pastinya memiliki tantangan tersendiri terutama untuk guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK), pembelajaran yang dilaksanakan dari rumah tentunya harus mampu untuk meningkatkan tarap kualitas hidup siswa, keterampilan motorik dan nilai-nilai yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial, sehingga materi pelajaran harus disusun ulang secara seksama agar pengalaman belajar pendidikan jasmani didapatkan oleh siswa/siswi, namun disesuaikan dengan kemampuan melaksanakan pembelajaran siswa di rumah.

SMAN 27 JAKARTA adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMA di Johar Baru, Kec. Johar Baru, Kota Jakarta Pusat, Dki Jakarta. Dalam menjalankan kegiatannya, SMAN 27 JAKARTA berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dipilihnya penelitian ini karena peneliti tertarik dengan gaya belajar yang diterapkan selama pandemic berlangsung yang dimana guru sangat kreatif dalam pembelajaran olahraga. Hal ini sependapat dengan Ramdani (2021) menjelaskan bahwa keadaan dilapangan proses pengajaran dalam pembelajaran jarak jauh yang telah dilaksanakan selama ini, pembelajaran daring sangatlah menyulitkan siswa untuk melaksanakan pembelajaran diantaranya

kesulitan pemahaman materi yang disampaikan apalagi pendidikan jasmani seharusnya dilaksanakan dalam ruang terbuka di lapangan.

Keadaan ini tentu mempengaruhi kualitas hidup siswa khususnya pada masa pandemi, serta kompetensi sumberdaya manusia dalam hal ini adalah orangtua yang sangat berperan dalam menunjang pelaksanaan pembelajaran daring tersebut, orangtua banyak mengeluh dengan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru dalam setiap mata pelajarannya sehingga kesulitan dalam membagi waktu untuk memenuhi tugas tersebut; Fasilitas media mengajar elektronika (komputer, laptop, hp android) ini tidak semua siswa memiliki, juga tidak semua siswa mampu mengakses internet (tidak memiliki paket data). Sehingga sejauh ini guru penjas juga kebingungan memilih dan memanfaatkan platform teknologi atau online *learning* yang dapat memenuhi pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Kualitas hidup yang buruk atau baik memiliki dampak dalam kehidupan seseorang. Dampak dari kualitas hidup yang buruk itu dapat berupa frustrasi, kecemasan, ketakutan, kesal, dan khawatir yang panjang sehingga membuat seseorang untuk menyerah atau hilangnya antusiasme untuk masa depan. Berbeda dengan seseorang yang memiliki kualitas hidup yang baik dimana seseorang akan lebih percaya diri, bahagia, dan syukur atas dirinya dan tentu saja antusiasme untuk masa depannya lebih tinggi. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh *Depression Alliance* pada tahun 2008 dimana energi yang rendah, kecemasan, kehilangan minat, kesedihan, konsentrasi yang buruk, dan tidur yang buruk memiliki dampak yang sangat parah pada kualitas hidup

Kualitas hidup menjadi istilah yang umum untuk menyatakan status kesehatan, kendati istilah ini juga memiliki makna khusus yang memungkinkan penentuan ranking penduduk menurut aspek objektif maupun subjektif pada status kesehatan. Pentingnya informasi tentang kualitas hidup, maka banyak yang mencoba untuk mengukur kualitas hidup dari berbagai aspek kehidupan, banyak peneliti yang mencoba untuk meneliti kualitas hidup dari berbagai aspek. Salah satunya untuk mengukur *Quality Of Life*, yaitu kesehatan fisik (*physical health*), psikologis (*psychological*), hubungan sosial (*social relationship*), dan lingkungan

(*environment*) (WHO, 1996). Aspek kesehatan fisik mencakup hal-hal yang dapat mempengaruhi kondisi fisik individu, misalnya rasa sakit dan tidak nyaman, durasi tidur dan istirahat, energi, aktivitas, dan ketergantungan individu terhadap obat-obatan maupun bantuan medis. Aspek psikologis adalah hal-hal yang dapat memengaruhi mental seseorang, misalnya perasaan positif atau negatif, self-esteem, citra tubuh, dan spiritualitas atau agama. Aspek hubungan sosial adalah interaksi individu baik dengan dirinya sendiri maupun individu lainnya, misalnya hubungan pribadi, dukungan sosial, dan aktivitas seksual. Sedangkan, aspek lingkungan mencakup keadaan sekitar individu, misalnya lingkungan rumah, sumber finansial, dan perawatan kesehatan. *Quality of life* merupakan kebutuhan individu yang harus terus ditingkatkan dan diperkuat karena merupakan salah satu indikator penting dalam kemajuan masyarakat (Moudjahid & Abdarazzak, 2019).

Penelitian terhadap siswa SMA mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memicu kecemasan berkaitan dengan proses belajar selama masa pandemi (Oktawirawan, 2020). Faktor-faktor tersebut adalah siswa merasa kurang memahami materi, adanya deadline tugas yang menumpuk, jaringan internet yang tidak stabil, sulitnya mengerjakan tugas, terbatasnya kuota internet, kendala teknis, penurunan nilai, terlambat mengikuti kelas online, dan siswa merasa tidak siap untuk melanjutkan jenjang berikutnya, seperti kuliah atau bekerja, timbul pula kekhawatiran akan kesenjangan pendidikan di masa pandemi yang dapat menyebabkan adanya potensi siswa putus sekolah dan harus terpaksa bekerja (Purnamasari & Meiliana, 2020). Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang membutuhkan fasilitas dan biaya yang tidak sedikit, juga menjadi salah satu faktor penyebab menurunnya kualitas pendidikan, karena tidak semua orang tua siswa dapat memenuhi fasilitas dan biaya tersebut, selama masa pandemi, kegiatan pembelajaran cenderung dilakukan dalam jaringan (*daring*). Metode *daring* dinilai tidak mampu untuk membangun motivasi belajar mandiri siswa karena komunikasi yang terbatas dan tidak efektif antara siswa, guru, maupun teman-temannya (Hidayat & Noeraida, 2020)

Penemuan lainnya sehubungan dengan ujian tertulis, seperti siswa yang merasa mereka akan melakukannya dengan baik memiliki persepsi yang lebih tinggi

sehubungan dengan *quality of life* dan motivasi belajar. Sedangkan, siswa yang merasa bahwa mereka akan melakukannya dengan kurang baik cenderung mengalami lebih banyak masalah terkait dengan *quality of life* yaitu diantaranya masalah komponen subyektif, obyektif, domain psikologis, kesehatan fisik, lingkungan, dan kebebasan dalam berhubungan sosial serta motivasi belajar. Berdasarkan uraian di atas, kondisi pandemi menimbulkan kecemasan bagi seluruh individu dan diduga menurunkan *quality of life* individu, termasuk siswa SMA/Sederajat. Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan mengangkat sebuah judul yaitu “**Dampak Pembelajaran PJOK Secara Daring Terhadap *Quality Of Life* Siswa SMA Negeri 27 Jakarta**”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut maka dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran PJOK Secara Daring Siswa SMA Negeri 27 Jakarta
2. Kualitas hidup Siswa SMA Negeri 27 Jakarta

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana dampak pembelajaran PJOK secara daring terhadap *quality of life* siswa SMA Negeri 27 Jakarta”.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan dari penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui dampak pembelajaran PJOK secara daring terhadap *quality of life* siswa SMA Negeri 27 Jakarta”.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Secara Praktis

1. Memberi masukan kepada guru pendidikan jasmani untuk dapat meningkatkan kreatifitasnya dalam menyampaikan pembelajaran sehingga *quality of life* siswa khususnya dimasa pandemi COVID 19 dapat terpelihara bahkan meningkat tanpa menghilangkan aspek kesenangan yang terdapat dalam pendidikan

jasmani.

2. Menjadi pedoman bagi para siswa untuk meningkatkan *quality of life* siswa sehingga saat proses pembelajaran siswa dapat berkonsentrasi dan dapat mengurangi rasa cemas ketika akan menghadapi ujian.
3. Dapat dijadikan pernyataan p

1.5.2 Dilihat dari Segi Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat melengkapi penelitian sebelumnya serta dapat memberikan informasi terkait dengan dampak pembelajaran PJOK secara daring terhadap *quality of life* dimasa pandemi COVID 19 di SMA Negeri 27 Jakarta sebagai bahan referensi kepada pihak yang berkepentingan dalam mengembangkan keilmuan pendidikan jasmani dan olahraga seperti guru pendidikan jasmani, guru atau pelatih ekstrakurikuler, atau lembaga lainnya sebagai rujukan untuk dilakukan penelitian lebih jauh model pembelajaran.

1.5.3 Dilihat dari Segi Kebijakan

1. Guru
 - a. Memperbaiki pembelajaran yang dikelolanya
 - b. Mengembangkan kemampuan secara profesional
 - c. Memaksimalkan upaya peningkatan pembelajaran PJOK secara daring agar berdampak pada *quality of life* yang baik yang dibutuhkan oleh siswa SMA Negeri 27 Jakarta
2. Siswa

Agar peserta didik memiliki kualitas hidup dalam proses pembelajaran dengan diterapkannya

1.5.4 Dilihat dari Segi Praktis

Diharapkan penelitian ini bisa membantu kesulitan belajar anak saat pembelajaran daring. Sekaligus bisa membantu untuk membuat anak tidak bosan belajar dirumah.

1.5.5 Dilihat dari Isu serta Aksi Sosial

Bagi masyarakat, sebagai tambahan referensi pengetahuan tentang dampak pembelajaran PJOK secara daring terhadap *quality of life* siswa SMA Negeri 27 Jakarta. Dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian yang akan datang.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Agar penyusunan skripsi bisa berjalan dengan sistematis. Maka penulis akan membuat sistematika penelitian/struktur organisasi. Struktur organisasi akan disusun sebagai berikut ::

1 BAB I Pendahuluan

Bab ini berisi tentang menguraikan latar belakang penelitian berkaitan dengan fenomena yang diamati sesuai fakta dan permasalahan di lapangan, mencari gagasan tentang topik penelitian yang akan dilakukan, menentukan tujuan dan harapan yang dari hasil penelitian

2 BAB II Kajian Pustaka

Bab ini Memberikan konteks yang jelas terhadap topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Kajian pustaka yang berisikan teori-teori, adapun kerangka berpikir dan hipotesis

3 BAB III Metode Penelitian

Bab ini berisi tentang mengarahkan pembaca untuk mengetahui bagaimana peneliti merancang alur penelitiannya dari mulai pendekatan penelitian yang diterapkan, instrumen yang digunakan, tahapan pengumpulan data yang dilakukan, populasi dan sampel, lalu prosedur penelitian, variabel penelitian hingga langkah-langkah analisis data dan teknik pengumpulan data yang dijalankan.

4 BAB IV Temuan dan Pembahasan

Bab ini berisi tentang hasil penelitian yang telah dicapai meliputi pengolahan data serta analisis temuan dan pembahasannya

5 BAB V Kesimpulan dan Saran

Bab ini berisi tentang kesimpulan terhadap hasil analisis temuan dari penelitian dan saran peneliti sebagai bentuk pemaknaan terhadap hasil temuan peneliti.