

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan nasional yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik melalui aktivitas fisik terencana. Sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah, pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani semata, tetapi juga membentuk karakter siswa seperti disiplin, kerja sama tim, serta kemampuan sosial dan emosional (Lubans et al., 2016). Kegiatan pendidikan jasmani biasanya dilaksanakan secara rutin setiap minggu selama jam pelajaran sesuai dengan struktur kurikulum yang berlaku, baik pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah (Prasetyo & Sutarni, 2022). Pelaksanaannya umumnya berlangsung di lingkungan sekolah seperti lapangan olahraga, aula, maupun ruang kelas untuk pembelajaran teori. Tujuan utama pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kualitas hidup siswa melalui pengembangan keterampilan gerak, pengetahuan tentang tubuh, serta kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Sejalan dengan itu, Rosdiani (2015) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan, motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral, pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Dapat disimpulkan bahwa aktivitas fisik biasa mencakup terhadap aktivitas jasmani, dalam kata lain aktivitas jasmani merupakan subkategori dari aktivitas fisik biasa yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan manfaat terhadap kesehatan yang lebih spesifik. Ketika siswa memiliki pengetahuan *physical literacy* yang baik, maka siswa akan memiliki kemampuan gerak dan keterampilan fisik yang baik, motivasi yang kuat, kepercayaan diri yang kuat, dan semangat untuk terlibat secara aktif dalam aktivitas fisik. Mereka juga

secara teratur dan tekun melakukan aktivitas fisik setiap hari. Namun, *physical literacy* merupakan konsep yang relatif baru dalam dunia pendidikan dan terus berkembang.

Menurut Nasrullah (2024), literasi tidak hanya terbatas pada kegiatan membaca dan menulis. Seperti yang dikemukakan oleh Cairney et al. (2019) bahwa hampir semua definisi *physical literacy* mencakup kompetensi gerakan, pengaruh positif, motivasi, dan pengetahuan tentang gerakan sebagai aspek penting dari pengalaman manusia. *Physical literacy* merupakan konsep holistik yang mencakup kemampuan individu untuk bergerak secara kompeten, percaya diri, serta sadar akan pentingnya aktivitas fisik sepanjang hayat (Whitehead, 2020). Menurut International *Physical Literacy Association* (IPLA), *physical literacy* terdiri dari empat komponen utama, yaitu pertama kompetensi motorik, melibatkan keterampilan gerak dasar seperti lari, lompat, lempar, dan tangkap. Kedua kebugaran fisik, yang mencakup daya tahan jantung, kekuatan otot, kelenturan, dan komposisi tubuh. Ketiga pengetahuan dan pemahaman, yaitu kesadaran tentang manfaat aktivitas fisik dan cara menjaga gaya hidup sehat. Keempat sikap dan keyakinan diri (*confidence*), yang berkaitan dengan motivasi dan minat untuk terus aktif secara fisik (Lubans et al., 2020). Di Indonesia, beberapa peneliti seperti Prasetyo & Sutarni (2022) juga menambahkan bahwa *physical literacy* mencakup aspek emosional dan sosial, karena proses pembelajarannya tidak hanya melibatkan tubuh, tetapi juga pengembangan karakter dan interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pengembangan *physical literacy* harus dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutan agar mampu membentuk generasi yang aktif, sehat, dan memiliki kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik seumur hidup. Maka dapat disimpulkan bahwa dalam konteks *physical literacy*, hal ini berperan penting dalam kehidupan manusia dengan membantu individu menyadari potensi mereka untuk meningkatkan kualitas hidup.

Pada awalnya, literasi hanya berkaitan dengan kegiatan membaca dan menulis saja. Namun, seiring berjalannya waktu, makna dan ruang lingkup literasi menjadi lebih luas. Pada awal abad ke-21, muncul istilah "*physical literacy*" yang diperkenalkan oleh Whitehead et al. (2018), seorang tokoh penting dalam bidang

ini. beberapa negara, terutama Inggris dan Kanada, dalam beberapa tahun terakhir telah mengangkat isu tentang *physical literacy* sebagai fokus utama dalam pendidikan jasmani di negara-negara tersebut *physical literacy* juga dikenal sebagai *physical literacy*, adalah konsep penting dalam pendidikan jasmani dan kesehatan yang mencakup kemampuan seseorang untuk bergerak dengan percaya diri dan dengan kemampuan dalam berbagai situasi fisik. Dalam konteks ini, menekankan bahwa *physical literacy* mencakup motivasi, rasa percaya diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman yang hilang, serta keterampilan motorik yang diperlukan. *Physical literacy* juga berkontribusi pada gaya hidup yang lebih sehat, penurunan risiko penyakit jangka panjang, dan peningkatan kualitas hidup seseorang (Cairney et al., 2019; Whitehead, 2010).

Usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan fase kritis dalam perkembangan individu, di mana terjadi perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial. Pada masa transisi ini, pengembangan *physical literacy* menjadi sangat penting karena menjadi dasar bagi gaya hidup aktif sepanjang hayat serta membantu siswa beradaptasi secara positif terhadap perubahan tubuh dan lingkungan sosialnya (Lubans et al., 2019). Keterampilan motorik dasar seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap yang telah diperkenalkan sejak jenjang SD harus terus dikembangkan menjadi keterampilan yang lebih kompleks agar mampu menghadapi tantangan fisik yang lebih tinggi dan meningkatkan partisipasi dalam aktivitas olahraga maupun rekreasi (Morgan et al., 2020). Selain itu, pada masa remaja awal, siswa mulai membentuk kebiasaan hidup sehat dan persepsi terhadap tubuh mereka sendiri, sehingga intervensi *physical literacy* yang tepat dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan minat terhadap aktivitas fisik (Whitehead, 2021). Penelitian Prasetyo & Sutarni (2022) menunjukkan bahwa siswa SMP yang memiliki *physical literacy* yang baik cenderung lebih aktif secara fisik, memiliki tingkat kebugaran lebih tinggi, serta lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh. Oleh karena itu, pembinaan *physical literacy* pada usia SMP tidak hanya mendukung pengembangan kemampuan gerak, tetapi juga berkontribusi besar terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup siswa secara keseluruhan.

Physical literacy tidak lepas dari gender karena *physical literacy* anak-anak dan remaja dapat mempengaruhi kehidupan sehari – hari (Barnett et al., 2023). Anak laki-laki lebih banyak terlibat dalam aktivitas fisik dan olahraga dibandingkan dengan anak perempuan. Hal ini disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk norma sosial, persepsi gender tentang peran fisik, dan persepsi masyarakat tentang bagaimana anak laki-laki dan perempuan harus berpartisipasi dalam olahraga dan aktivitas fisik (Bélanger et al., 2019). Namun kenyataannya dalam kehidupan masyarakat lebih banyak kasus yang mendorong anak laki-laki untuk lebih aktif secara fisik dan berpartisipasi dalam olahraga kompetitif, sementara anak perempuan biasanya diarahkan ke aktivitas yang lebih santai dan tidak kompetitif.

Perbedaan dalam motivasi untuk partisipasi fisik antara laki-laki dan perempuan juga sangat penting. Studi menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih tertarik pada pencapaian fisik dan kompetisi, sementara anak perempuan lebih tertarik pada interaksi sosial dan perasaan kesejahteraan (Barnett et al., 2016). Hal ini dapat berdampak pada partisipasi fisik mereka dalam berbagai aktivitas, yang pada gilirannya berdampak pada tingkat *physical literacy* mereka. *Physical literacy* sangat berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk kesehatan fisik, mental, dan sosial. Anak-anak dengan *physical literacy* yang baik cenderung lebih aktif secara fisik dan terlibat dalam berbagai aktivitas fisik, yang pada gilirannya berkontribusi pada kesehatan jangka panjang mereka (Cairney et al., 2019). Selain itu, anak-anak dengan *physical literacy* yang rendah cenderung menjalani gaya hidup yang lebih pasif, yang pada gilirannya berkontribusi pada kesehatan jangka Panjang.

Hal ini sejalan dengan pernyataan konsensus *physical literacy* Kanada 2015 dalam *International Physical Literacy Association* pada tahun 2014 menyatakan bahwa *physical literacy* adalah motivasi, kepercayaan diri, pengetahuan, dan pemahaman untuk menghargai serta bertanggung jawab atas keterlibatan dalam melaksanakan aktivitas fisik seumur hidup. Motivasi dalam konteks ini merupakan dorongan, minat, dan keinginan untuk melakukan aktivitas fisik. Jika seseorang telah termotivasi dalam melakukannya maka secara tidak langsung kepercayaan dirinya akan meningkat. *Physical literacy* juga dikaitkan dengan pertumbuhan

psikososial yang sehat. Anak-anak yang memiliki *physical literacy* yang baik memiliki kepercayaan diri, harga diri, dan keterampilan sosial yang lebih baik (Robinson et al., 2015). Anak-anak mendapatkan banyak manfaat dari berpartisipasi dalam aktivitas fisik, seperti belajar kerja tim, keterampilan kepemimpinan, dan kemampuan mengatasi stres. Semua ini penting untuk kesehatan mental mereka. Perbedaan gender dalam partisipasi fisik dan perkembangan *physical literacy* dapat menyebabkan ketidaksamaan dalam kesempatan untuk memperoleh keuntungan ini. Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki bagaimana *physical literacy* berkembang pada anak laki-laki dan perempuan dan mencari cara untuk mengatasi perbedaan ini untuk memastikan bahwa semua anak, terlepas dari gender mereka, memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan *physical literacy* yang kuat.

Di negara-negara Barat, sejumlah besar penelitian telah dilakukan untuk menyelidiki perbedaan gender dalam *physical literacy*, tetapi tidak banyak penelitian yang secara khusus menyelidiki masalah ini di Indonesia. Di sekolah di Indonesia, pendidikan jasmani sering dianggap kurang penting dibandingkan dengan mata pelajaran akademik lainnya, seperti matematika dan bahasa. Akibatnya, *physical literacy* siswa sering diabaikan, dan perbedaan gender dalam partisipasi fisik jarang diperhatikan dengan baik.

Survei yang dilakukan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020) menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih banyak terlibat dalam olahraga sekolah daripada anak perempuan. Hal ini menunjukkan adanya ketimpangan gender dalam partisipasi fisik, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi *physical literacy* siswa. Kurangnya perhatian terhadap *physical literacy*, terutama di kalangan siswa perempuan, dapat berdampak pada kesehatan fisik dan kesejahteraan mereka dalam jangka panjang. Kurangnya familiaritas terhadap konsep *physical literacy* di lingkungan pendidikan, terutama di tingkat Sekolah Menengah Pertama di Indonesia, dan manfaatnya bagi kemajuan pendidikan serta pengembangan kemampuan siswa di bidang Pendidikan jasmani menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian tentang peran *physical literacy*.

Dari uraian mengenai *physical literacy* dan pendidikan jasmani kita sudah bisa memahami *physical literacy* dan Pendidikan jasmani sangat erat kaitanya. Tetapi dari uraian tersebut kita belum bisa menentukan sejauh mana *physical literacy* siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMP Negeri 37 Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, dengan ini penulis dapat menentukan rumusan masalah sebagai bahan penelitian yaitu, bagaimana perbandingan *physical literacy* pada siswa SMP Negeri 37 Bandung berdasarkan gender?

1.3 Tujuan Penelitian

Segala bentuk kegiatan, tujuan menjadi dasar hal pemikiran utama, tanpa adanya tujuan suatu kegiatan tidak akan berjalan dengan lancar. Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini yaitu, untuk mengetahui seberapa signifikan perbandingan *physical literacy* pada siswa SMP Negeri 37 Bandung berdasarkan gender.

1.4 Manfaat Penelitian

Setelah melakukan penelitian diharapkan mempunyai manfaat, berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian diatas, manfaat penelitian antara lain :

1. Manfaat Teoritis
 - a) Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dari teori-teori penjasorkes.
 - b) Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber pustaka bagi penelitian lain.
2. Manfaat Praktis
 - a) Sebagai dasar untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang profil *physical literacy* pada siswa SMP.
 - b) Guru Penjas dapat mengembangkan pembelajaran yang cocok dan dapat mengetahui bagaimana *physical literacy* yang dimiliki oleh siswa.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Agar penulisan penelitian ini terstruktur sesuai dengan sistematika penelitian, maka berdasarkan pedoman penulisan karya tulis ilmiah Universitas

Pendidikan Indonesia (2024) struktur penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. BAB I Pendahuluan yang berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi.
2. BAB II Kajian Teori yang berisikan kajian pustaka, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.
3. BAB III Metode Penelitian yang berisikan desain penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, tempat dan waktu penelitian, dan analisis data.
4. BAB IV menjelaskan mengenai hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pengolahan hasil dari penelitian yang telah dilakukan peneliti.
5. BAB V berisikan kesimpulan dan saran terhadap hasil analisis dari temuan penelitian serta kurangnya penelitian.