

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada dasarnya setiap manusia menyenangi permainan, baik itu orang dewasa ataupun anak-anak. Permainan dianggap mampu menyenangkan bagi pelakunya. Permainan bagi orang dewasa merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengisi waktu luang. Lain lagi bagi anak-anak, permainan bukan kegiatan yang dilakukan untuk mengisi waktu luang, melainkan sudah menjadi kegiatannya sehari-hari.

Bila kita mengamati anak-anak usia sekolah dasar, mereka memiliki intensitas kegiatan yang tinggi dan sulit bagi mereka untuk duduk diam. Mereka terus menerus lari ke sana ke mari, memanjat, dan melakukan gerakan lainnya sesuka hati mereka. Tetapi sebenarnya setiap individu tidak memiliki motivasi yang sama untuk bermain. Tidak sedikit juga anak yang pasif dalam bermain, ada yang hanya duduk diam saja memperhatikan temannya yang aktif atau ada juga yang tidak peduli pada lingkungan sekitar. W.R Smith seorang psikolog (dalam Suparlan, dkk 2010, hlm. 5) menyatakan bahwa :“Bermain adalah dorongan langsung dari dalam diri setiap individu, yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan sedangkan bagi orang dewasa lebih dirasakan sebagai kegemaran.”

Bermain memiliki nilai-nilai yang penting untuk mengembangkan fisik, mental, dan nilai sosial anak. Bermain dapat mengembangkan fisik karena pada saat anak melakukan permainan seluruh tubuhnya bergerak sehingga mampu mengembangkan nilai fisiknya. Bermain juga dapat mengembangkan nilai mental anak karena dalam permainan anak akan bebas berekspresi tetapi setiap pelaku

**Resti Fauzi, 2015**

***Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3***

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

permainan harus mengikuti peraturan yang telah dibuat sebelumnya, dalam permainan juga dapat membangun kepercayaan terhadap teman kelompoknya dan mampu mengembangkan nilai kejujuran juga nilai-nilai mental lainnya. Selain fisik dan mental ada juga nilai sosial anak. Dengan bermain mampu mengembangkan nilai sosial anak karena pada saat permainan anak akan dituntut tanggung jawab, bekerjasama dengan kelompoknya, dan juga sikap menghargai lawan serta dapat menerima kekalahan setelah permainan usai tanpa adanya perselisihan.

Ahli sosiologi Amerika, Roger Callios (1961) menyatakan bahwa : “Bermain memiliki enam unsur, yaitu kebebasan (*free*), terpisah (*saparate*), tidak pasti (*uncertain*), tidak produktif (*unproductive*), dikendalikan oleh aturan (*govern by the rules*), dan memberikan keyakinan (*make believe*)”.

Seperti yang telah dikemukakan oleh Roger Callios di atas bahwa dalam bermain adanya unsur dikendalikan oleh aturan (*govern by the rules*), dalam permainan – permainan yang biasa dimainkan oleh anak-anak biasanya memakai peraturan yang dimodifikasi oleh pelaku permainan. Sebelum permainan dimulai biasanya mereka mengemukakan peraturannya yang harus disetujui oleh seluruh pelaku permainan atau anggotanya, setelah itu barulah mereka memainkan permainan dengan peraturan yang telah disetujui sebelumnya. Bila selama permainan berlangsung terdapat kesalahan dari salah satu atau beberapa pelaku permainan maka mereka harus kembali pada peraturan yang telah ditetapkan sebelumnya dan bersikap lebih jujur dan sportif.

Untuk memaksimalkan proses pendidikan yang lebih baik maka pendidikan jasmani merupakan wadah untuk mengembangkan nilai-nilai kognitif, afektif, dan psikomotor anak melalui permainan. Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran wajib

**Resti Fauzi, 2015**

***Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3***

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

di sekolah yang memiliki tujuan umumnya yaitu untuk meningkatkan taraf kesehatan anak. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Seperti yang dijelaskan oleh Mahendra (2010) bahwa:

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani memiliki arti mendidik anak tentang aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga yang dimaknai oleh berkembangnya anak secara fisik, motorik, kesadaran ruangnya, kesadaran taktisnya, pengetahuan tentang aturan, dsb. Mendidik anak melalui aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dimaknai bahwa ketiga bidang tersebut menjadi 'alat' untuk mendidik atau mendewasakan anak.

Mahendra (2010, hlm. 10) memaparkan bahwa secara sederhana, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.

**Resti Fauzi, 2015**

***Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3***

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

- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- f. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Agar tubuh dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dengan baik dan tanpa kelelahan yang berarti, maka perlu adanya peningkatan kebugaran jasmani yang dapat dilakukan melalui kegiatan bermain anak atau permainan – permainan yang dapat anak terima dengan senang hati tanpa adanya beban dalam melaksanakannya. Suparlan, dkk (2010, hlm. 18) mengemukakan bahwa:

Didalam memilih permainan untuk anak harus memenuhi kriteria tertentu yaitu (1) permainan harus menyenangkan; (2) permainan memberikan aktivitas maksimum untuk semua anak; (3) permainan dapat meningkatkan pengembangan keterampilan gerak tertentu dan/atau mengembangkan dan menjaga kesegaran jasmani anak; untuk melakukan aktivitas ini, aktivitas maksimum sangat penting, dan (4) meningkatkan inklusi dan bukan mengemulsi (ekslusi).

Berdasarkan pemaparan di atas, selain permainan dapat menyenangkan juga dapat meningkatkan atau mengembangkan kebugaran jasmani siswa. Giriwijoyo dan Komariah (2010, hlm. 23) menjelaskan bahwa:

Kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya.

**Resti Fauzi, 2015**

***Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3***

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

Untuk anak usia sekolah dasar sudah diperkenalkan permainan bola kecil saat mereka duduk di kelas 4 sesuai dengan (KIKD). Meskipun mulanya hanya pada gerak dasar kemudian semakin lama akan semakin kompleks gerakannya, yang mulanya hanya lempar tangkap bola dan berlari selanjutnya dikombinasikan dengan memukul bola menggunakan alat. Contoh permainan bola kecil yang biasanya dilakukan untuk anak SD adalah permainan kasti, rounders, dan bola bakar. Dalam permainan tersebut mengandung banyak nilai-nilai yang dapat diambil sebagai pendidikan. Salah satunya permainan bola bakar, dalam permainan ini anak harus mampu menangkap bola, melempar, dan memukul bola dengan cukup baik untuk kelancaran permainan. Dalam permainan ini juga anak dituntut memiliki nilai kerjasama yang baik dengan teman kelompoknya karena keberhasilan teamnya tergantung pada kebersamaan kelompok dan dapat memenangkan permainan. Selain itu yang paling penting adalah setiap pelaku permainan mengetahui dan memahami peraturan permainan bola bakar guna kelancaran selama permainan berlangsung, baik saat regu sebagai penyerang maupun penjaga.

Melalui permainan bola bakar, tanpa disadari anak terlibat dalam proses pendidikan yang akan bermanfaat bagi nilai kognitif, afektif, psikomotor, dan pengembangan kebugaran jasmani anak bila dilakukan secara berkala. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti “Pengaruh Pembelajaran Bola Kecil (Permainan Bola Bakar) Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SD Negeri Cikancung 3”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahannya yaitu, bagaimana pengaruh permainan bola bakar terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri Cikancung 3?

**Resti Fauzi, 2015**

***Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3***

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

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan bola bakar terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri Cikancung 3.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari hasil penelitian yaitu:

1. Diharapkan dapat lebih memahami dan mengembangkan ilmu tentang pendidikan jasmani dan olahraga.
2. Sebagai informasi atau masukan bagi lembaga formal (sekolah) untuk memperhatikan kebugaran jasmani siswa sebagai salah satu tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani untuk memasukkan permainan bola bakar ke dalam materi pembelajaran pendidikan jasmani agar siswa tidak bosan dengan materi yang selalu sama pada setiap pertemuannya.

### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi skripsi ini terdiri dari :

BAB I : Pendahuluan

Bab ini menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat dan struktur organisasi skripsi.

BAB II : Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran.

Resti Fauzi, 2015

*Pengaruh pembelajaran bola kecil (bola bakar) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SDN Cikancung 3*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

Bab ini memuat tentang landasan teori yang dibandingkan, dikontraskan dan memposisikan kedudukan masing-masing penelitian yang dikaji dan dikaitkan dengan masalah yang akan diteliti.

### BAB III : Metode Penelitian

Bab ini terdiri dari populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, langkah-langkah penelitian dan teknik analisis data.

### BAB IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini memaparkan hasil penelitian serta pembahasan.

### BAB V : Kesimpulan dan Saran

Bab ini menjelaskan kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.