

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Anak usia sekolah, terutama pada usia remaja merupakan masa dimana anak aktif dan memiliki banyak kegiatan, Selain tugas utama sebagai seorang siswa yaitu belajar, mereka juga sering aktif dalam kegiatan-kegiatan lainnya, seperti kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler yang padat tersebut, siswa tetap dituntut untuk selalu berprestasi khususnya dalam hal prestasi akademik di sekolah. Oleh karena itu siswa diharapkan memiliki inteligensi dan juga tetap fit/sehat agar aktivitasnya khususnya aktivitas akademik tetap berjalan dengan lancar. Karena pada dasarnya kualitas belajar maupun kualitas kehidupan secara lebih luas ditentukan oleh derajat sehat dan tingkat kecerdasan seseorang. Hal ini sebagaimana pendapat Tamura yang dikutip oleh (Subroto, dkk. 2008, hlm. 70) *“base quality life & society: health, intellect”*.

Inteligensi merupakan perwujudan dari suatu daya dalam diri manusia, yang mempengaruhi kemampuan individu dalam berbagai bidang. Meskipun inteligensi bukan satu-satunya faktor dalam menentukan prestasi seseorang, tetapi kecerdasan intelektual atau inteligensi memiliki korelasi yang positif terhadap prestasi akademik. Sebagaimana dikemukakan oleh Walter B. Kolesnik yang dikutip oleh (Slameto, 2010, hlm. 128) menyatakan *“In most cases there is fairly high correlation between one’s IQ, and his scholastic success. Usually, the higher a person’s IQ, the higher the grades he receives”*. Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa tingkat *IQ* seseorang yang tinggi memiliki hubungan/korelasi dengan prestasi belajar seseorang. Pada umumnya orang yang memiliki tingkat *IQ* tinggi mendapatkan prestasi yang tinggi pula.

Secara umum, pengertian inteligensi dapat diartikan sebagai suatu tingkat kemampuan dan kecepatan otak mengolah suatu bentuk tugas dan keterampilan tertentu. Seseorang yang memiliki inteligensi yang tinggi mampu berfikir secara lebih cepat, lebih efektif, lebih rasional, dan mampu memecahkan masalah-

masalah dengan lebih akurat. Potensi inteligensi atau kecerdasan ada beberapa macam yang dapat diidentifikasi menjadi beberapa kelompok besar, yaitu inteligensi verbal-linguistik, logikal-matematik, visual spasial, kinestetik tubuh, ritme musikal, intra-personal, interpersonal dan inteligensi emosional.

Dari beberapa macam inteligensi, secara lebih khusus terdapat jenis inteligensi yang berhubungan dengan gerak tubuh atau olahraga, yaitu inteligensi kinestetik tubuh. Kecerdasan kinestetik berhubungan dengan keterampilan gerak, salahsatunya adalah olahraga. Dalam hubungannya dengan olahraga, inteligensi memiliki hubungan yang sangat penting dalam dunia olahraga, khususnya dalam hal kemampuan seseorang dalam memahami taktik strategi, kecepatan memahami keterampilan yang dilatihkan, dan kemampuan memecahkan masalah. Seperti pendapat yang dikemukakan oleh Sudibyo yang dikutip oleh (Mustaqim, 2014, hlm. 5) menyatakan bahwa:

Tingkat kecerdasan pemain turut mempengaruhi kemampuan atlet untuk cepat tanggap terhadap berbagai bentuk keterampilan atau teknik yang diajarkan atau dilatihkan. seorang atlet tidak hanya dilatih untuk meningkatkan semua kemampuan bagian-bagian tubuhnya tapi juga untuk menguatkan kemauan, kemampuan kreativitas dan kemampuan untuk memecahkan masalah yang berkaitan dengan taktik dan strategi bertanding, Ketiga aspek tersebut tentunya berkaitan erat dengan tingkat kecerdasan (inteligensi) yang dimiliki oleh masing-masing atlet yang bersangkutan.

Bagaimanapun, olahraga tidak bisa dipisahkan dari faktor psikologis, yang secara lebih khusus tingkat kecerdasan intelektual atau inteligensi, karena tujuan olahraga pada hakikatnya selain melatih kemampuan fisik juga melatih kemampuan psikologis dan bahkan tujuan sosial. Sejalan dengan hal tersebut Renstrom dan Roux yang dikutip oleh (Giriwijoyo, dkk. 2007, hlm. 16) mengemukakan bahwa:

Struktur anatomis dan anthropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektual maupun kemampuannya bersosialisasi dengan lingkungannya nyata lebih unggul khususnya pada generasi muda yang aktif mengikuti kegiatan olahraga daripada yang tidak aktif mengikutinya.

Salah satu hasil positif dari melakukan olahraga yaitu tingkat derajat sehat dinamis yang lebih baik yang berarti tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik pula. Siswa yang aktif mengikuti kegiatan olahraga akan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik, karena dengan melakukan olahraga secara

rutin dapat melatih alat-alat tubuh agar tetap dapat berfungsi normal pada waktu bekerja/berolahraga, yang pasti juga normal pada keadaan istirahat. Tingkat kebugaran jasmani yang baik merupakan landasan pokok dalam segala aktivitas manusia, karena pada dasarnya semua aktivitas manusia selalu memerlukan dukungan fisik/jasmani. Apalagi bagi siswa usia sekolah yang memiliki aktivitas yang cukup padat baik intrakurikuler maupun ekstrakurikuler penting sekali untuk selalu memelihara tingkat kebugaran jasmani dan bahkan meningkatkannya agar memiliki kemampuan cadangan untuk menghadapi tugas-tugas yang ekstra lebih.

Tingkat kebugaran jasmani juga memiliki hubungan yang positif dengan prestasi akademik seseorang. Renstorm dan Roux yang dikutip oleh (Giriwijoyo, dkk. 2007, hlm. 93) mengemukakan bahwa “terdapat bukti-bukti kuat bahwa remaja yang terlibat dalam olahraga, memperlihatkan hasil akademik yang lebih baik dari pada yang tidak”. Kita tidak dapat menyangsikan lagi bahwa tingkat kebugaran jasmani memiliki hubungan yang positif dengan prestasi akademik. Oleh karena orang yang sehat lah yang dapat belajar dengan baik, menerima pelajaran dengan baik, dan mampu berkonsentrasi dengan baik pula. Bayangkan saja jika seseorang dalam keadaan tidak sehat, pasti tidak akan mampu belajar dengan baik. Hal tersebut jelaslah akan berpengaruh terhadap prestasi akademiknya. Oleh karena itu, banyak ahli yang berpendapat bahwa tingkat kebugaran jasmani berkorelasi tinggi dengan prestasi akademik. Seperti yang dikemukakan oleh Iskandar Z. Adisaputra, dkk. yang dikutip oleh (Simon, 2006, hlm. 2) mengemukakan bahwa “kebugaran jasmani mempunyai hubungan yang positif dengan prestasi akademis”.

Tingkat kebugaran jasmani selain memiliki hubungan yang tinggi dengan tingkat derajat sehat dinamis dan kemampuan fisiologis lainnya seperti perbaikan fungsi jantung, paru, dan peredaran darah (cardiovascular), juga memiliki pengaruh yang positif terhadap perkembangan otak. Hal tersebut yang menjadi dasar alasan bahwa tingkat kebugaran jasmani berhubungan secara positif dengan prestasi akademik. Dengan memiliki kemampuan kebugaran jasmani yang baik, kemampuan perkembangan otak akan semakin baik pula. Hal tersebut dikarenakan sirkulasi darah, oksigen, dan zat gizi yang diperlukan otak terpenuhi

dengan lancar. Seperti yang dikemukakan oleh Pasiak (2006, hlm. 100) mengemukakan bahwa:

Aktivitas fisik mempengaruhi otak dengan tiga cara: 1) Meningkatkan sirkulasi darah ke otak, artinya oksigen, gula, dan zat gizi juga bertambah, 2) Mempengaruhi produksi hormon *NGF (Nerve Growth Factor)*, dan 3) Merangsang produksi Dopamin. Zat ini berfungsi penting dalam menata perasaan (*mood*). Semakin sering dan terampil melakukan aktivitas fisik, semakin baik perkembangan otaknya.

Dari berbagai pendapat yang telah dikemukakan, bahwa inteligensi dan olahraga memiliki hubungan yang positif. Meyer & Fletcher yang dikutip oleh (Mustaqim, 2014, hlm. 7) menyatakan bahwa “kecerdasan intelektual dianggap sebagai konstruk penting dalam domain olahraga”. Bagaimanapun, penampilan olahraga, baik yang bersifat teknik dan taktikal, maupun yang bersifat performa seperti kemampuan fisik atau kemampuan kebugaran jasmani tidak terlepas dari kondisi psikologis pelakunya. Karena pada dasarnya kondisi psikologis mempengaruhi semua aktivitas fisik seseorang. Salah satu keadaan psikologis yang mempengaruhi adalah tingkat inteligensi nya. Seperti yang dikemukakan oleh Abernethy et.al. yang dikutip oleh (Suhendro, 2012, hlm. 30) menyatakan bahwa “aktivitas jasmani tidak hanya berpengaruh pada perasaan pelakunya, tetapi berpengaruh pada bagaimana individu itu berfikir. Aktivitas jasmani yang teratur berhubungan dengan kinerja kognitif”.

Meskipun penelitian terkait hubungan antara tingkat inteligensi terhadap penampilan olahraga yang secara lebih spesifik terhadap tingkat kebugaran jasmani masih belum banyak dilakukan. Akan tetapi pendapat-pendapat tersebut mengindikasikan adanya hubungan diantara kedua variabel tersebut. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul:

**“Hubungan antara Tingkat Inteligensi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani”**

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Sebagaimana yang telah diungkapkan dalam latar belakang, maka diperlukan rumusan masalah agar dapat menjelaskan masalah-masalah yang sedang diteliti. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran tingkat inteligensi siswa SMP Laboratorium-Percontohan Universitas Pendidikan Indonesia (SMP Labschool UPI) yang aktif mengikuti ekstrakurikuler olahraga?
2. Bagaimana gambaran tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Laboratorium-Percontohan Universitas Pendidikan Indonesia (SMP Labschool UPI) yang aktif mengikuti ekstrakurikuler olahraga?
3. Bagaimana hubungan antara tingkat inteligensi dengan tingkat kebugaran jasmani?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penetapan tujuan dalam suatu kegiatan penelitian adalah penting sebagai awal untuk melaksanakan penelitian selanjutnya, hal ini demi tercapainya tujuan penelitian dan menjawab rumusan masalah penelitian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini yang menjadi tujuan penelitian penulis adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat inteligensi SMP Laboratorium-Percontohan Universitas Pendidikan Indonesia (SMP Labschool UPI) yang aktif mengikuti ekstrakurikuler olahraga.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Laboratorium-Percontohan Universitas Pendidikan Indonesia (SMP Labschool UPI) yang aktif mengikuti ekstrakurikuler olahraga.
3. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat inteligensi dengan tingkat kebugaran jasmani.

### **D. Manfaat penelitian**

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah dikemukakan tersebut di atas, hasil dari penelitian ini semoga memiliki kemanfaatan, baik secara teoretis maupun secara praktis. Maka yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis yang dipaparkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis
  - a. Sebagai bahan untuk memperkaya khazanah keilmuan dan pengetahuan dalam bidang olahraga dan pendidikan serta bidang keilmuan lainnya yang terkait.
  - b. Dapat dijadikan bahan referensi oleh pelatih olahraga, guru penjas, penyelenggara pendidikan, dan pihak-pihak yang terkait dengan tujuan penelitian ini.
  - c. Dapat dijadikan sebagai literatur dalam perpustakaan ilmu pengetahuan, khususnya bagi disiplin ilmu pendidikan, psikologi, dan keolahragaan.
2. Manfaat Praktis
  - a. Dapat dijadikan sebagai informasi agar setiap orang memiliki keinginan untuk selalu meningkatkan derajat sehat dinamis nya untuk peningkatan kualitas hidupnya.
  - b. Dapat dijadikan bahan acuan oleh pihak-pihak yang bersangkutan, khususnya penyelenggara pendidikan dan pendidikan olahraga untuk terus memperhatikan tingkat kesehatan anak didiknya.

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

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari permasalahan yang penulis ambil, maka penulis menyusun rincian urutan penulisan dari bab dan bab dalam skripsi mulai dari bab pertama hingga bab terakhir. Struktur organisasi skripsi adalah sebagai berikut:

#### **BAB I PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang Penelitian
- B. Rumusan Masalah Penelitian
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat/Signifikansi Penelitian
- E. Struktur Organisasi Skripsi

#### **BAB II LANDASAN TEORETIS**

- A. KAJIAN PUSTAKA

1. Kecerdasan (Inteligensi)
  - a. Hakikat Kecerdasan (Inteligensi)
  - b. Teori Inteligensi
  - c. Pendekatan-Pendekatan Inteligensi
  - d. Inteligensi dan *IQ (Intelligence Quotient)*
  - e. Pengukuran Inteligensi
  - f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Inteligensi
2. Kebugaran Jasmani (*Physical Fitness*)
  - a. Hakikat Kebugaran Jasmani
  - b. Komponen Kebugaran Jasmani
  - c. Pengukuran Kebugaran Jasmani
  - d. Volume Oksigen Maksimal (*VO2Max*)
  - e. Faktor yang Mempengaruhi *VO2Max*

#### B. LANDASAN TEORETIS

#### C. HIPOTESIS

### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

#### B. Partisipan

#### C. Populasi dan Sampel

1. Populasi
2. Sampel

#### D. Instrumen Penelitian

1. Tes Inteligensi (Tes *IQ*)
2. Tes Kebugaran Jasmani Melalui Tes Jalan Cepat 1 mil (1.609 km)

#### E. Prosedur Penelitian

#### F. Analisis Data

### BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Temuan

#### B. Pembahasan

### BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

#### B. Saran