

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dalam melaksanakan fungsi-fungsi kehidupannya, tidak akan lepas dari yang namanya pendidikan, karena pendidikan berfungsi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan, manusia bisa membaca, menulis, berbicara, mendapatkan pekerjaan, ataupun mendapatkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Proses pendidikan bisa dimana saja dan berlangsung seumur hidup, baik dalam keluarga, lingkungan bermain, dan lingkungan masyarakat. Mudyahardjo (2010, hlm. 45-46) menjelaskan bahwa:

Pendidikan sama dengan hidup. Pendidikan adalah segala situasi dalam hidup yang mempengaruhi pertumbuhan seseorang. Pendidikan adalah pengalaman belajar. Oleh karena itu, pendidikan dapat pula didefinisikan sebagai keseluruhan pengalaman belajar setiap orang sepanjang hidupnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, manusia mengalami proses pendidikan sepanjang hidupnya, dan tidak ada batas usia tertentu, baik usia dini, remaja, hingga dewasa. Dalam pelaksanaannya, untuk menyelenggarakan pendidikan terdapat pendidikan formal dan non formal. Pendidikan formal seperti sekolah, siswa dibina dan dididik untuk menjadi manusia yang seutuhnya, yang bisa mengembangkan potensi dirinya sendiri untuk memiliki keterampilan dan kesehatan jasmani maupun rohani. Seperti yang dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan 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.

Agar tercapainya aspek-aspek yang ada pada Undang-Undang, maka proses pendidikan harus dilaksanakan dengan menyeluruh yang menuju ke arah perbaikan dan dibarengi dengan kesadaran para pendidik dalam mendidik agar

tercapainya tujuan pendidikan nasional. Sebagaimana yang dijelaskan dalam kurikulum 2006 Depdiknas (2008, hlm. 3) bahwa:

Pendidikan nasional yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945 berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa yang bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat jasmani dan rohani, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Oleh karena itu, pendidikan menjadi hal yang sangat integral dalam kehidupan manusia. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan dalam memberikan kontribusi berarti untuk memberikan perubahan dalam mengembangkan potensi peserta didik. Pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai aktivitas gerak jasmani yang bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik sehingga memiliki keterampilan dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Sebagaimana dijelaskan dalam kurikulum 2006 Depdiknas (2008, hlm. 195) bahwa:

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani.

Sesuai dengan penjelasan di atas, pendidikan jasmani menjadi bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, berarti pendidikan jasmani mutlak untuk dilaksanakan dan tanpa pelaksanaan pendidikan jasmani, proses pendidikan tidak akan lengkap.

Terkait dengan pendidikan jasmani, Mahendra (2012, hlm. 3) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional”. Pendidikan

jasmani memberikan pengaruh kepada peserta didik secara keseluruhan, bukan hanya aspek fisik saja tetapi melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut berkembang. Penjelasan tersebut memberikan gambaran bahwa pentingnya pendidikan jasmani bagi siswa untuk mengembangkan keterampilannya baik aspek pengetahuannya, sikap perilakunya, dan keterampilan geraknya.

Secara umum, pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas gerak dan permainan sebagai medianya. Mahendra (2012, hlm. 21) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”. Melalui aktivitas permainan, peserta didik merasakan kegembiraan dan bergerak aktif selama proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Salah satu materi yang harus diajarkan di sekolah menengah pertama adalah pembelajaran permainan dan olahraga beregu bola kecil pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) yang sesuai dengan kompetensi dasar kurikulum tingkat satuan pendidikan 2006 (hlm. 168) berikut ini:

8.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Menurut penjelasan di atas, sudah jelas bahwa pembelajaran permainan bola kecil merupakan salah satu materi yang wajib diajarkan kepada siswa. Ada beberapa jenis permainan dan olahraga yang termasuk dalam permainan bola kecil, seperti: kasti, rounders, *softball*, dan yang lainnya.

Aktivitas pembelajaran permainan bola kecil merupakan pembelajaran yang sangat disukai oleh siswa, terbukti pada saat peneliti melakukan observasi saat proses pembelajaran permainan bola kecil pada kelas VII di SMPN 19 Bandung, siswa sangat antusias, terlihat dari mereka semangat untuk memukul, berlari dari base ke base, mentik lawan, teriak-teriak memberikan arahan satu sama lain

karena ingin menang, siswa juga merasakan kegembiraan, dan daya kompetitif yang tinggi dalam permainan ini sehingga membuat siswa bergerak aktif.

Merupakan suatu keberhasilan apabila siswa bergerak aktif pada saat pembelajaran pendidikan jasmani, tentunya karena hal itu dapat berpengaruh pada keterampilan gerak dan kebugaran jasmani siswa tersebut, dan salah satu tujuan pendidikan jasmani yaitu untuk meningkatkan kebugaran jasmani bisa tercapai. Pentingnya kebugaran jasmani bagi siswa diperhatikan juga oleh pemerintah dengan memasukan kebugaran jasmani ke dalam kurikulum sebagai salah satu materi yang harus diajarkan di sekolah menengah pertama. Berikut adalah standar kompetensi materi kebugaran jasmani dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan 2006 (hlm. 181) ”9. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya”.

Oleh karena itu, siswa harus memiliki tubuh bugar, karena seseorang yang memiliki tubuh bugar, ia akan mampu menjalani aktivitas sehari-harinya tanpa merasa kelelahan. Seperti yang dikemukakan Tarigan (2009, hlm. 28-29) bahwa “Kebugaran jasmani adalah kesanggupan untuk melakukan kegiatan sehari-hari dengan semangat dan penuh kesadaran yang dilakukan tanpa mengalami kelelahan yang berarti”. Dan yang dikemukakan Giriwijoyo dan Sidik (2010, hlm. 17) bahwa “Kebugaran jasmani adalah derajat sehat dinamis seseorang yang menjadi kemampuan jasmani dasar untuk dapat melaksanakan tugas yang harus dilaksanakan”. Tentunya, dengan tubuh bugar siswa akan menjalankan aktivitasnya dengan efektif.

Aktivitas siswa sehari-hari adalah belajar, mendapatkan materi pelajaran dari guru dari pagi sampai siang hari, ataupun yang mengikuti ekstrakurikuler sampai sore hari, apabila siswa tidak memiliki tubuh yang bugar, ia akan kesulitan untuk menjalani aktivitas tersebut, siswa akan cepat merasa lelah, malas dan kegiatannya tidak efisien dan efektif. Seperti yang terjadi pada siswa kelas VII SMPN 19 Bandung, setelah mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, siswa merasakan kelelahan, capek, dan ngantuk pada saat pembelajaran mata pelajaran berikutnya. Untuk mengatasi masalah tersebut, melalui pembelajaran permainan bola kecil yang memberikan kegembiraan, daya kompetitif yang tinggi dan

menuntut siswa untuk bergerak, siswa akan mendapatkan pembelajaran yang menyenangkan dan kebugaran jasmani meningkat.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Perbandingan Pembelajaran Permainan Rounders dan Permainan Kasti Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 19 Bandung”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran permainan rounders terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung?
2. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran permainan kasti terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung?
3. Apakah pembelajaran permainan kasti memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dibandingkan pembelajaran permainan rounders terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diajukan di atas, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran permainan rounders terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung.
2. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran permainan kasti terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung.
3. Untuk mengetahui pembelajaran permainan kasti memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dibandingkan pembelajaran permainan rounders terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPN 19 Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian memiliki manfaat, terdapat beberapa aspek manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat dari segi teori

Penelitian ini diharapkan dapat menambah keilmuan dan wawasan mengenai peningkatan kebugaran jasmani siswa melalui pembelajaran permainan bola kecil yaitu pembelajaran permainan rounders dan pembelajaran permainan kasti.

2. Manfaat dari segi praktik

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu bahan dan materi untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui proses pembelajaran permainan bola kecil yaitu pembelajaran permainan rounders dan pembelajaran permainan kasti.

3. Manfaat dari segi kebijakan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pedoman untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani dan cara peningkatan kebugaran jasmani siswa melalui pembelajaran yang menarik.

4. Manfaat dari segi isu serta aksi sosial

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengalaman dan menambah pengetahuan sehingga dapat meningkatkan minat belajar dan kebugaran jasmani.

E. Batasan Penelitian

Untuk lebih memfokuskan permasalahan, agar tidak terjadi perluasan masalah penelitian, maka peneliti membatasi penelitian ini pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas

- a. Variabel bebas kesatu adalah pembelajaran permainan rounders.
- b. Variabel bebas kedua adalah pembelajaran permainan kasti.

2. Variabel terikat

- a. Variabel terikat adalah kebugaran jasmani siswa.

F. Struktur Organisasi Skripsi

1. Halaman Judul

2. Halaman Hak Cipta
3. Halaman Pengesahan
4. Kata-kata Mutiara
5. Halaman Keaslian Skripsi dan Pernyataan Bebas Plagiarisme
6. Halaman Ucapan Terima Kasih
7. Abstrak
8. Kata Pengantar
9. Daftar Isi
10. Daftar Tabel
11. Daftar Gambar
12. BAB I : PENDAHULUAN
 - A. Latar Belakang Masalah
 - B. Rumusan Masalah
 - C. Tujuan Penelitian
 - D. Manfaat Penelitian
 - E. Batasan Penelitian
 - F. Struktur Organisasi Skripsi
13. BAB II : KAJIAN PUSTAKA/LANDASAN TEORITIS
 - A. Pendidikan Jasmani
 - B. Pembelajaran Pendidikan Jasmani
 - C. Klasifikasi Keterampilan
 - D. Permainan
 - E. Permainan Rounders
 - F. Permainan Kasti
 - G. Kebugaran Jasmani
 - H. Kerangka Berpikir
 - I. Hipotesis
14. BAB III : METODE PENELITIAN
 - A. Desain Penelitian
 - B. Partisipan
 - C. Populasi dan Sampel

1. Populasi
 2. Sampel
 - D. Instrumen Penelitian
 - E. Prosedur Penelitian
 1. Pelaksanaan Pemberian Perlakuan (*treatment*)
 2. Program Kegiatan Perlakuan (*treatment*)
 - F. Analisis Data
15. BAB IV : TEMUAN DAN PEMBAHASAN
- A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data
 1. Deskripsi Data
 2. Analisis Data
 - B. Diskusi Penemuan
16. BAB V : SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI
- A. Simpulan
 - B. Implikasi
 - C. Rekomendasi
17. DAFTAR PUSTAKA
18. LAMPIRAN-LAMPIRAN