

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan dengan aktivitas jasmani sebagai media pendidikan. Namun demikian, bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktivitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi lainnya; afektif dan kognitif. Dalam operasionalisasinya guru pendidikan jasmani menggunakan aktivitas gerak sebagai sarana untuk mencapainya. Mengenai hal ini, Mahendra (2003:4) menjelaskan bahwa: “Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional.”

Bagi anak, aktivitas gerak fisik merupakan bagian dari kehidupan sehari-harinya. Makin muda usia anak aktivitas gerak adalah ciri utamanya. Aktivitas gerak fisik merupakan jendela awal anak mengenal dunia luarnya. Namun demikian, dalam pendidikan jasmani aktivitas gerak tersebut mendapatkan “rekayasa” dari guru pendidikan jasmani. Rekayasa tersebut dimaksudkan agar aktivitas tersebut dapat diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, penjas bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk, tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Suherman (2009:5) menjelaskan bahwa: “Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui dan tentang aktivitas jasmani”.

Tujuan yang ingin dicapai dari pendidikan jasmani bersifat menyeluruh, mencakup domain psikomotor, kognitif, dan afektif. Namun pada dasarnya dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori tujuan seperti yang dikemukakan oleh Bucher (dalam Suherman 2009:7), yaitu:

1. Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*)
2. Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*).
3. Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya
4. Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Tujuan tersebut tidak hanya sekedar hiasan belaka, akan tetapi harus merupakan pedoman dalam pembuatan keputusan tentang program yang akan dilakukan sehingga tujuan tersebut dapat terwujud dalam kenyataan. Salah satu jenis pendekatan program pendidikan jasmani adalah *Fitness approach*. *Fitness approach* ini pada dasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada peningkatan penguasaan pengetahuan, keterampilan, dan kualitas kesegaran jasmani anak didiknya.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, dapat digambarkan bahwa Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan dan kemampuan gerak menuju kebulatan pribadi yang seutuhnya. Selain itu juga pendidikan jasmani merupakan bagian integral bagi pendidikan nasional yang memberi sumbangan positif dan efektif dalam membantu mewujudkan tujuan-tujuan yang menyangkut kerjasama, pengambilan keputusan, keterampilan motorik, kebugaran jasmani dan pengetahuan tentang gerakan manusia.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan merupakan wahana yang strategis bagi pemberdayaan anak terutama berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangannya. Kegiatan-kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) disusun berdasarkan kurikulum atau masukan dan informasi dari para ahli dalam bidangnya termasuk juga pemikiran dari para guru. Mengenai jenis materi ajar pendidikan jasmani di sekolah dijelaskan Achmad dkk (2004:16) sebagai berikut:

Jenis kegiatan yang diajarkan diklasifikasikan ke dalam enam kategori diantaranya aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas uji diri, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan aktivitas luar sekolah/alam bebas.

Dari semua materi pelajaran yang telah dijelaskan di atas seyogyanya dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa. Sesuai dengan kompetensi dasar yang diharuskan oleh peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan No. 64 tahun 2013 menyatakan bahwa siswa harus memiliki kebugaran jasmani. Dengan adanya peraturan tersebut guru penjas harus mampu menyusun program latihan kebugaran jasmani sesuai dengan kompetensi dasar yang telah ditetapkan. Selain itu, program pembelajaran dan latihan yang dibuat harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa, sehingga siswa akan mengikuti pembelajaran penjas dengan gembira dan tidak merasa terpaksa. Guru penjas dituntut untuk mampu menciptakan pembelajaran yang mampu meningkatkan keaktifan gerak siswa selama mengikuti pembelajaran penjas maupun di luar penjas. Karena dengan meningkatkan aktivitas fisik diharapkan mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Kebugaran jasmani untuk siswa di sekolah adalah kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan. Siswa lebih memerlukan kemampuan tubuh yang dapat melakukan berbagai aktivitas fisik rutin tetapi tidak merasa kelelahan yang berarti sehingga masih memiliki cadangan energi untuk melakukan aktivitas tambahan. Dalam hal ini Giriwijoyo (2013:76) menjelaskan, “Olahraga kesehatan membina khususnya aspek jasmaniah siswa untuk meningkatkan derajat kesehatan dinamis, agar siswa mampu melaksanakan setiap aktivitasnya dalam kehidupan sehari-hari”. Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan lebih sering disebut dengan kapasitas aerobik yang dapat diketahui dengan cara mengukur kebugaran *cardiorespiratory*. Kebugaran ini menekankan pada kemampuan sistem respirasi dan sirkulasi tubuh berjalan dengan baik.

Kebugaran dan kesehatan akan dicapai melalui program pendidikan jasmani yang terencana, teratur dan berkesinambungan. Dengan beban kerja yang cukup serta dilakukan secara teratur, kegiatan tersebut akan berpengaruh terhadap perubahan kemampuan fungsi organ-organ tubuh seperti jantung dan paru. Sistem

peredaran darah dan pernafasan akan bertambah baik dan efisien, didukung oleh sistem kerja penunjang lainnya. Dengan bertambah baiknya kerja tubuh akibat latihan, kemampuan tubuh akan meningkat dalam hal daya tahan, kekuatan, dan kelentukannya. Demikian juga dengan beberapa kemampuan motorik seperti kecepatan, kelincahan, dan koordinasi. Mengenai hal ini Giriwijoyo (2013:21) menjelaskan:

Kebugaran jasmani yang telah diperoleh harus selalu dipelihara dengan rutin, tanpa pemeliharaan rutin itu maka peningkatan kemampuan fungsional dasar yang telah diperoleh akan dengan cepat hilang, artinya kebugaran jasmani harus senantiasa dipelihara untuk melaksanakan tugas fisik sesuai dengan kebutuhan masa kini.

Dengan demikian, kebugaran jasmani sesungguhnya adalah derajat sehat dinamis tertentu yang dapat menanggulangi tuntutan jasmani dalam melaksanakan tugas hidup sehari-hari dengan selalu masih mempunyai cadangan kemampuan (tidak lelah berlebihan) untuk melakukan kegiatan fisik serta telah pulih kembali esok harinya menjelang tugas sehari-harinya. Kebugaran jasmani harus selalu dipelihara dan bahkan ditingkatkan agar kemampuan cadangan untuk menghadapi tugas berikutnya dapat dilaksanakan dengan mudah. Olahraga dalam lingkup sekolah adalah kegiatan jasmani sebagai alat pelatihan jasmani untuk memelihara dan meningkatkan derajat sehat dinamis/kebugaran jasmani yang adekuat bagi siswa, yaitu kemampuan gerak yang mampu mendukung semua kebutuhan gerak dalam perilaku hidupnya sebagai siswa.

Kurikulum yang diterapkan di Sekolah Menengah Pertama untuk mata pelajaran penjas hanya mendapat alokasi waktu 2 x 40 menit dalam satu pertemuan selama satu minggu. Tentunya dengan kondisi demikian, pengaruh dari aktivitas jasmani hasil belajar pada kegiatan intrakurikuler tidak akan berdampak signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani karena untuk mencapai derajat sehat dinamis ada beberapa syarat yang harus dipenuhi. Hal ini di jelaskan oleh Giriwijoyo (2013:40) adalah sebagai berikut:

Terdapat batasan minimal tertentu untuk intensitas dan waktu pelaksanaan olahraga kesehatan agar dapat menghasilkan manfaat, khususnya dapat meningkatkan kemampuan fungsional perangkat pendukung gerak,

diselenggarakan 3-5x/minggu (minimal 2x/minggu) dengan rentang intensitas antara 60-80% dari denyut nadi maksimal (DNM).

Dengan demikian perlu adanya suatu kegiatan yang dapat memfasilitasi siswa untuk melakukan suatu aktivitas fisik yang berkontribusi terhadap peningkatan kebugaran jasmani. Salah satu kegiatan di sekolah dapat diselenggarakan melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 2 Garawangi, khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani pada umumnya berupa aktivitas jasmani yang salah satunya berbentuk olahraga permainan bola besar, sehingga dalam penyampaian materi pelajaran pun dapat dilakukan melalui aktivitas bermain.

Permainan sepak bola merupakan primadona atau bisa dikatakan merupakan olahraga permainan yang sangat diminati oleh sebagian besar siswa SMP Negeri 2 Garawangi. Pembelajaran permainan sepak bola dapat menyalurkan unsur hobi, bakat dan kegembiraan siswa, selain itu juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Dari setiap tingkatan kelas siswa laki-laki yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola berjumlah seratus siswa ke atas, ini menandakan bahwa animo terhadap sepak bola sangat besar. Sepak bola merupakan permainan yang atraktif untuk itu diperlukan kemampuan gerak (*motor ability*) agar dapat bermain dengan baik. Akan tetapi kemampuan gerak setiap individu akan sangat beragam. Aktivitas jasmani merupakan suatu rangkaian kegiatan yang memberikan tugas gerak yang harus dilakukan oleh setiap siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran penjas di sekolah. *Ability* adalah faktor pendukung dalam keberhasilan suatu penampilan keterampilan motorik. Dengan kata lain, *ability* merupakan faktor pembatas penampilan gerak seseorang, artinya baik buruknya keterampilan motorik yang ditampilkan tergantung dari *ability* yang dimiliki oleh seseorang. Tentunya setiap individu siswa mempunyai kemampuan motorik yang berbeda, seperti yang dikemukakan oleh Schmidt (2000:27) bahwa:

Perbedaan individual didefinisikan sebagai stabil, perbedaan abadi antara orang-orang yang berkontribusi terhadap perbedaan dalam kinerja tugas. Kata-kata kunci dalam definisi ini stabil dan abadi. Misalnya, jika satu orang sangat menyukai golf dan ada orang kedua dengan minat yang sama, ini tidak berarti bahwa orang pertama akan memiliki kemampuan yang lebih unggul daripada yang kedua. Namun, jika orang pertama yang secara

konsisten melampaui orang yang kedua di berbagai keadaan, kita dapat mengatakan dengan lebih percaya diri bahwa ada perbedaan individu dalam kemampuan dua orang itu.

Penelitian tentang perbedaan-perbedaan individual berkaitan dengan dua hal. Pertama, ada masalah mendasar dalam mengidentifikasi kemampuan yang berkontribusi terhadap perbedaan dalam kinerja keterampilan orang. Para ilmuwan yang melakukan penelitian jenis ini berusaha untuk mengukur dan menggambarkan kemampuan yang berbeda sebanyak mungkin. Kedua, ada tantangan untuk memperkirakan atau memprediksi masa depan seseorang (atau potensialnya) terhadap tingkat keterampilan di bidang olahraga, pekerjaan, atau tugas sehari-hari tertentu berdasarkan kemampuannya.

Para ilmuwan yang mempelajari perbedaan individu dalam kinerja manusia umumnya menggunakan pengertian dari kemampuan, yang didefinisikan sebagai warisan yang relatif tahan lama, ciri-ciri yang stabil dari individu yang mendasari atau yang mendukung berbagai jenis kegiatan atau keterampilan. Kemampuan, untuk sebagian besar yang diperkirakan pada dasarnya ditentukan secara genetis dan dimodifikasi oleh praktek atau pengalaman.

Dalam kaitannya dengan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di sekolah perlu diterapkan sebuah model pembelajaran tertentu agar siswa dapat termotivasi untuk bergerak bebas dan melakukan aktivitas fisik dengan suasana yang menyenangkan dengan harapan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Model pembelajaran pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khusus oleh guru. Berkenaan dengan model pembelajaran Juliantine dkk. (2013:8) menjelaskan bahwa:

Model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum, merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain. Model pembelajaran dapat dijadikan pola pilihan, artinya para guru boleh memilih model pembelajaran yang sesuai dan efisien untuk mencapai tujuan pendidikan.

Selain itu dijelaskan pula bahwa model pembelajaran merupakan pola langkah yang digunakan dan mekanisme untuk kegiatan pembelajaran juga

sebagai acuan pelaku pendidikan agar tercapai tujuan yang ingin dicapai. Dalam praktiknya, yang harus diingat adalah tidak ada model pembelajaran yang paling tepat untuk diterapkan dalam proses pembelajaran, namun model pembelajaran akan menjadi tepat jika memperhatikan kondisi siswa, sifat materi/bahan ajar, fasilitas sarana dan prasarana, dan kondisi guru itu sendiri. Oleh karena, dengan menggunakan suatu model pembelajaran yang sesuai, diharapkan kreativitas dan keterampilan peserta didik dapat berkembang. Metzler (2000:161-365) menjelaskan terdapat tujuh model pembelajaran yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yaitu:

1. Model pembelajaran *direct instruction*
2. Model Pembelajaran Personal
3. Model Pembelajaran Kerjasama
4. Model Pembelajaran Pendidikan Olahraga
5. Model Pembelajaran Kelompok
6. Model Pembelajaran Inkuiri
7. Model Permainan Taktis

Kaitan kebugaran jasmani dengan dunia pendidikan dikembangkan melalui pembelajaran yang terarah dan terencana melalui beberapa model pembelajaran yang sesuai dan tepat dengan karakteristik bahan pelajaran serta kondisi peserta didik. Dalam suatu proses pembelajaran, biasanya seorang guru akan menggunakan berbagai cara agar materi pembelajaran dapat dipahami dan dikuasai oleh siswa dengan mudah. Untuk menyikapi permasalahan sesuai dengan kondisi yang ada tersebut, maka diperlukan suatu pola atau model pembelajaran yang dapat menumbuhkan minat siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak. Beberapa cara mengajar tentang pemeliharaan/peningkatan kebugaran jasmani tersebut di antaranya dengan menggunakan penerapan model pembelajaran *direct instruction* dan model permainan taktis.

Direct instruction memiliki karakteristik yang berpusat pada keputusan guru, dan guru langsung mengarahkan pola keterlibatannya untuk para siswa, guru mempunyai tujuan yang jelas dalam pikirannya. Siswa diberikan model pembelajaran dengan keterampilan gerak atau konsep yang diinginkan oleh guru dan mengorganisir aktivitas belajar siswa kedalam segmen waktu yang terpisah.

Oman Hadiana, 2015

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN MOTOR ABILITY TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI

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

Guru menetapkan penambahan tingkat tanggapan atas apa yang dilakukan oleh siswa pada setiap tugas atau ketrampilan siswa hanya di berikan beberapa keputusan untuk melakukan dan kebanyakan hanya mengikuti guru di kelas juga menjawab pertanyaan guru ketika ditanya. Tujuan dari model ini adalah untuk menetapkan penggunaan waktu pembelajaran yang paling efisien dan untuk mengupayakan agar meningkatkan keterlibatan siswa dalam tugas praktik dan ketrampilan yang lebih tinggi. Esensi dari model ini adalah untuk memberikan siswa sebanyak mungkin praktik pengawasan sehingga guru dapat mengamati usaha ini dan memberikan nilai yang tinggi, untuk tanggapan positif dan perbaikan.

Isi unit dalam *direct instruction* adalah terbagi menjadi serangkaian ketrampilan kinerja dan pengetahuan, ini disempurnakan dalam tugas analisis, setiap pengetahuan dan ketrampilan yang berisi satu set kinerja khusus bagi siswa untuk berlatih dan belajar. Pola untuk proses pada pembelajaran *direct instruction* terdiri dari beberapa tahapan, Roseshine (dalam Metzler, 2000:163) mengidentifikasi 6 tahapan dalam *direct instruction*, yaitu:

1. Mengulang kembali materi pelajaran sebelumnya
2. Memberikan materi atau keterampilan baru
3. Praktik awal siswa
4. Tanggapan dan perbaikan
5. Latihan/praktik mandiri
6. Pengulangan secara periodik

Dasar pemikiran untuk *direct instruction* sedikit bersifat progresif, seperti yang telah di ungkapkan Marine-Dershimer (dalam Metzler, 2000:165). Guru membuat rencana yang jelas untuk satu seri latihan, kemudian guru memberikan gambaran pada siswa dari hasil penampilan yang diinginkan yang kemudian dilanjutkan kepada aktivitas pembelajaran. Setiap tugas pembelajaran harus di tingkatkan penguasaan untuk membawa siswa lebih berkembang lagi. Salah satu program untuk meningkatkan kebugaran jasmani melalui model ini yaitu dengan ditingkatkannya aktivitas jasmani secara bertahap mealui latihan sepak bola dalam ekstrakurikuler. Dengan meningkatnya aktivitas jasmani secara progresif akan berdampak terhadap meningkatnya kebugaran jasmani.

Selain model pembelajaran *direct instruction*, dapat juga diterapkan model permainan taktis. Salah satu kandungan terluas dalam program pendidikan jasmani adalah belajar dan mengajar dalam olahraga yang berkaitan dengan permainan. Model permainan taktis ini dinikmati para siswa dengan pengalaman sebelumnya dan kemampuan dalam permainan yang diajarkan. Hal ini juga memungkinkan bahwa model ini akan fokus terutama pada pengembangan keterampilan dan untuk tingkat yang lebih rendah, strategi yang diperlukan untuk memainkan permainan dengan baik. Siswa ingin bermain, mereka ingin berlatih keterampilan permainan dalam latihan berulang-ulang jauh lebih sedikit, dan seringkali akan menunjukkan resistensi besar ketika diarahkan untuk berlatih pada keterampilan yang berlainan yang mereka anggap memiliki sedikit hubungannya dengan penampilan permainan sebenarnya. Dalam hal ini Metzler (2000:340) menjelaskan bahwa, *“The Tactical Game model cleverly uses student interest in the game structure to promote skill development and tactical knowledge needed for competent game performance”*.

Dalam permainan taktis, perencanaan guru merupakan rangkaian tugas yang isinya menyerupai permainan untuk mengembangkan keterampilan dan strategi siswa, tentunya merupakan modifikasi dari permainan yang sesungguhnya. Penekanannya pada perkembangan pengetahuan yang memfasilitasi pengaplikasian keterampilan dalam bentuk bagian kecil dalam permainan sehingga siswa pada waktunya dapat mengaplikasikan kedalam permainan yang sesungguhnya. Metzler (2000:340) mengatakan bahwa, *“As the name indicates, the organizing center of The Tactical Game Model is tactics, the combination of strategy and skill needed to perform in game and game-like situations”*.

Terdapat beberapa keuntungan dari penerapan model permainan taktis, lebih lanjut Hoedaya (2001:16) menjelaskan keuntungan pembelajaran dengan pendekatan taktis adalah:

1. Dapat menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar dalam pendidikan jasmani.
2. Dapat mengembangkan keterampilan untuk melakukan aktivitas jasmani dan olahraga, serta memahami alasan-alasan yang melandasi gerak dan performa.

Oman Hadiana, 2015

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN MOTOR ABILITY TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI

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

3. Dapat menumbuhkan kebiasaan dan kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara teratur dalam aktivitas jasmani dan memahami manfaat keterlibatannya.

Model permainan taktis mempunyai beberapa tujuan spesifik, dalam hal ini Tarigan (2001:7) menjelaskan tentang tujuan dari model permainan taktis sebagai berikut:

1. Meningkatkan penguasaan kemampuan bermain sepak bola melalui keterkaitan antara taktik permainan dengan perkembangan keterampilan
2. Memberikan kesenangan kepada siswa dalam melakukan aktivitas latihan
3. Meningkatkan kemampuan siswa untuk memecahkan masalah-masalah yang muncul dalam permainan
4. Meningkatkan kemampuan siswa untuk membuat keputusan yang tepat dalam menghadapi situasi dan kondisi yang sedang berlangsung selalu berubah-ubah
5. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk menikmati suasana latihan dengan penuh semangat dan menggairahkan serta tidak membosankan.

Dengan situasi pembelajaran yang menyenangkan secara tidak langsung siswa termotivasi untuk terlibat aktif dan larut dalam aktivitas jasmani walaupun dengan intensitas dan kompleksitas yang tinggi. Oleh karena banyaknya aktivitas yang dilakukan maka akan berdampak terhadap meningkatnya kebugaran jasmani siswa.

Berdasarkan hasil penelitian Sallis et al. (1997) mengatakan bahwa meningkatnya aktivitas fisik siswa berdampak pada meningkatnya kebugaran *cardiorespiratory* siswa. Hal ini menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kebugaran maka guru harus mampu memberikan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa untuk siswa berlama-lama bergerak sampai pembelajaran berakhir. Durasi gerak siswa tidaklah cukup tanpa disertai dengan intensitas yang cukup (moderat) dalam melakukan aktivitas fisik. Intensitas ditentukan dengan seberapa berat siswa melakukan aktivitas fisik yang dapat diketahui dengan denyut nadi siswa selama mengikuti pembelajaran.

Menurut Ditjora (dalam Suherman, 2013:2) pada pidato pengukuhan Guru Besar dengan judul “Membangun Kualitas Hidup Bangsa Melalui Pendidikan

Oman Hadiana, 2015

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN MOTOR ABILITY TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI

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

Jasmani” mengatakan, kurang dari 20% warga negara Indonesia memiliki kebugaran jasmani sedang ke atas. Artinya penelitian tersebut menjelaskan bahwa lebih dari 80% warga negara Indonesia memiliki tingkat kebugaran jasmani yang rendah. Pada penelitian lain Brian et. al. (2006) mengatakan bahwa, anak yang memiliki kemampuan motorik yang lebih tinggi mungkin lebih mudah untuk aktif secara jasmani dan kemungkinan besar akan terlibat dalam aktifitas jasmani ketika dibandingkan dengan teman-teman sebayanya yang memiliki kompetensi keterampilan motorik yang lebih rendah. Anak-anak yang memiliki kemampuan motorik yang rendah selanjutnya mungkin memilih gaya hidup yang lebih tidak aktif untuk menghindari kesulitan-kesulitan gerakan. Hubungan banyak tidaknya aktivitas jasmani yang dilakukan siswa akan berdampak terhadap tingkat kebugaran jasmani. Berdasarkan kenyataan di lapangan selaras dengan teori yang telah dijelaskan di atas bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 2 Garawangi secara keseluruhan berada pada tingkat yang relatif rendah.

Dari penjelasan di atas maka diperlukan model pembelajaran yang memberikan dampak kemauan siswa untuk bergerak secara aktif selama alokasi waktu dengan intensitas yang cukup (moderat) sehingga akan berdampak terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa. Hal ini akan tercapai apabila guru mampu memanfaatkan alokasi waktu dengan optimal dan pembelajaran menyenangkan. Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui kebermaknaan dari penerapan kedua model pembelajaran *direct instruction* dan model permainan taktis terhadap tingkat kebugaran jasmani dilihat berdasarkan *motor ability* siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang kedua model pembelajaran tersebut, karena sejauh ini belum terbukti secara empiris mengenai penelitian yang mengungkapkan tentang “Pengaruh Model Pembelajaran dan *Motor Ability* Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran *direct*

instruction dan model permainan taktis terhadap tingkat kebugaran jasmani?

2. Apakah terdapat interaksi antara model pembelajaran dan *motor ability* terhadap tingkat kebugaran jasmani?
3. Manakah model pembelajaran yang lebih baik antara model pembelajaran *direct instruction* dengan model permainan taktis bagi siswa pada tingkat *motor ability* tinggi terhadap kebugaran jasmani?
4. Manakah model pembelajaran yang lebih baik antara model pembelajaran *direct instruction* dengan model permainan taktis bagi siswa pada tingkat *motor ability* rendah terhadap kebugaran jasmani?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh model pembelajaran *direct instruction* dan model permainan taktis terhadap tingkat kebugaran jasmani.
2. Untuk mengetahui interaksi antara model pembelajaran dan *motor ability* terhadap tingkat kebugaran jasmani.
3. Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran yang lebih baik antara model pembelajaran *direct instruction* dengan model permainan taktis bagi siswa pada tingkat *motor ability* tinggi terhadap kebugaran jasmani.
4. Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran yang lebih baik antara model pembelajaran *direct instruction* dengan model permainan taktis bagi siswa pada tingkat *motor ability* rendah terhadap kebugaran jasmani.

D. Manfaat Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian tersebut di atas, diharapkan penelitian ini memberi kegunaan antara lain:

Dalam penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat yang baik. Adapun manfaat yang dapat dirasakan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumbangan keilmuan yang berarti, informasi dan masukan dalam perencanaan serta pengembangan pada pelajaran penjas.

Oman Hadiana, 2015

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN MOTOR ABILITY TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI

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

2. Secara Praktis
 - a. Dapat memberikan masukan yang berarti bagi para guru pendidikan jasmani di sekolah dasar dalam model pembelajaran terutama untuk pengembangan hasil pembelajaran pendidikan jasmani siswa.
 - b. Sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya dengan sampel dan populasi yang lebih luas.

E. STRUKTUR ORGANISASI TESIS

- I. BAB I PENDAHULUAN
 - A. Latar Belakang Penelitian
 - B. Rumusan Masalah Penelitian
 - C. Tujuan Penelitian
 - D. Manfaat Penelitian
 - E. Struktur Organisasi Tesis
- II. BAB II LANDASAN TEORITIS
 - A. Teori-Teori Penelitian
 - B. Penelitian yang Relevan
 - C. Kerangka Pemikiran
 - D. Hipotesis Penelitian
- III. BAB III METODE PENELITIAN
 - A. Desain Penelitian
 - B. Partisipan
 - C. Populasi dan Sampel
 - D. Instrumen Penelitian
 - E. Prosedur Penelitian
 - F. Analisis Data
- IV. BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN
 - A. Temuan
 - B. Pembahasan
- V. BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI
 - A. Simpulan
 - B. Implikasi dan Rekomendasi

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN