

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Dengan demikian pendidikan jasmani memiliki arti yang cukup representatif dalam kaitannya dengan upaya pemberdayaan manusia Indonesia seutuhnya. Pendidikan jasmani di Indonesia memiliki tujuan untuk menggapai keselarasan antara jiwa dan raga. Hal ini menjelaskan bahwa pendidikan jasmani tidak bisa dilepaskan dari aktivitas fisik, yaitu proses kegiatan pembelajaran melalui aktivitas fisik untuk mencapai tujuan pendidikan. Selain itu nilai tambah pendidikan jasmani berupa kesehatan dinamis. Giriwijoyo (2012, hlm. 78). Menjelaskan

“Pendidikan jasmani adalah kegiatan jasmani yang diselenggarakan untuk menjadi wahana bagi kegiatan pendidikan. Sedangkan olahraga dalam lingkup intrakurikuler adalah kegiatan jasmani sebagai alat pelatihan jasmani untuk memelihara/meningkatkan derajat sehat dinamis yang adekuat bagi siswa.”

Dari paparan di atas, dapat dipahami bahwa pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari olahraga dan kesehatan, seolah sudah menjadi satu kesatuan yang tidak dapat terpisahkan dalam proses pembelajaran di sekolah. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari kurikulum standar bagi Lembaga Pendidikan Dasar dan Menengah. Melalui pengelolaan yang tepat, maka akan dirasakan pengaruhnya bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial peserta didik.

Dalam pendidikan jasmani, peserta didik diberi kesempatan yang banyak untuk mempelajari sekaligus melaksanakan beragam kegiatan yang membina dan mengembangkan potensi peserta didik baik dalam aspek fisik, mental sosial, emosional dan moral. Jelasnya pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam hal ini ranah kognitif, afektif, dan psikomotor.

Tujuan-tujuan pendidikan jasmani dan olahraga tersebut akan dicapai melalui materi-materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, diantaranya yaitu

aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas uji diri, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan aktivitas luar sekolah/alam bebas, seperti yang tertuang dalam Peraturan Menteri nomor 23 tahun 2006 tentang standar kompetensi lulusan mulai dari tingkat Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Salah satu standar kompetensi lulusan untuk tingkat Sekolah Dasar adalah mempraktekkan gerak dasar lari, lompat dan jalan dalam permainan sederhana serta nilai-nilai dasar sportivitas seperti kejujuran, kerjasama dan lain-lain. Akan tetapi, dalam kenyataannya macam-macam gerak dasar tersebut sudah jarang dilakukan di sekolah dengan beragam alasan yang mengiringinya, dan sekalipun dilakukan tanpa dilandasi konsep gerak yang jelas.

Dari realita yang ada, maka berkembanglah beberapa keadaan diantaranya proses belajar mengajar yang kurang kondusif, sehingga muncul pandangan-pandangan negatif terkait dengan kinerja guru PJOK bahkan terhadap mata pelajaran PJOK. Oleh sebab itu, guru dituntut harus bisa memberikan proses pembelajaran yang lebih sesuai dengan keadaan dan kondisi yang ada saat ini, sehingga dapat mewujudkan tujuan PJOK yang pada akhirnya mewujudkan tujuan pendidikan nasional. Proses pembelajaran yang baik merupakan alat untuk mencapai tujuan dan dapat mencerminkan mutu dalam proses belajar mengajar tersebut.

Selain faktor internal yang mempengaruhi keadaan PJOK, faktor eksternal pun berperan besar dalam mempengaruhi keadaan tersebut. Permasalahan utama yang dihadapi PJOK saat ini, adalah terjadinya perubahan nilai budaya, dari budaya aktif bergerak menjadi budaya diam. Menurut Bart Crum (1994) dalam Ma'riful Kahri (2011, hlm.53) menyatakan "*a change in movement culture*" memahami pernyataan tersebut bahwa pergeseran nilai budaya dipicu oleh dampak globalisasi ekonomi, teknologi komunikasi dan transportasi serba otomatis sehingga anak-anak cenderung menghilangkan aktivitas fisik dalam berbagai kegiatannya. Rusli lutan (2008) dalam Tarigan (2009, hlm. 2) mengemukakan bahwa dimasa yang akan datang perlu dipertimbangkan untuk mengembangkan kompensasi teknologi sehingga gaya hidup kurang aktif dapat menjadi lebih aktif, antara lain misalnya dengan penciptaan peralatan berupa

simulator elektro, seperti penggunaan treadmill sebagai sarana untuk meningkatkan aktifitas jasmani dalam meningkatkan kebugaran jasmani.

Akibat berkurangnya gerak atau aktivitas fisik sehari-hari, yang menyebabkan terjadinya penyakit kurang gerak yang disebut dengan hipokinesia. Hipokinesia akan menyebabkan timbulnya peningkatan penyakit degeneratif, antara lain berupa: penyakit jantung koroner, *stroek*, tekanan darah tinggi, kencing manis dan lain-lain (Astrans, 2003 dan Foss & Keteyian, 1998). Penyakit yang diakibatkan oleh kurang gerak ini menurut Ching, Mingkai (2008) yang dikutip oleh Rusli (2009) dalam Tarigan (2009, hlm. 2) sangat merisaukan berdasarkan angka statistik yaitu di Asia, Cina, Jepang, India, Bangladesh, Pakistan, dan Indonesia berada dalam urutan 10 besar yang mengalami prevelensi tertinggi penyakit yang diakibatkan kurang gerak.

Berdasarkan hasil penelitian rendahnya aktivitas fisik pada tahun 2007 tercatat 48,2%. Sebagai dampaknya dikatakan Menteri Kesehatan, Endang Rahayu Sedianingsih (almarhumah) bahwa lebih dari 43 juta anak di bawah usia sekolah kelebihan berat badan. Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Mexitalia, 2010) dalam Suherman (2013, hlm. 1) yang menyatakan bahwa peningkatan prevalensi obesitas dalam tiga dekade terakhir pada anak Sekolah Dasar (SD) di beberapa kota besar di Indonesia menunjukkan kisaran jumlah antara 2,1–25%.

Hasil penelitian yang lain menunjukkan bahwa rerata siswa bergerak aktif dalam pembelajaran sebesar 45,35% dengan nilai terendah sebesar 17,22% dan nilai tertinggi sebesar 71,88% (Setyorini, 2013) dalam Suherman (2013, hlm. 2). Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat guru yang belum dengan maksimal membuat siswa bergerak secara aktif selama pembelajaran. Siswa masih banyak yang pasif selama pembelajaran dan pada umumnya mereka menunggu giliran dalam melakukan keterampilan teknik materi cabang olahraga. Selain itu, karena guru tidak kreatif dalam mengemas pembelajaran, membuat siswa lebih banyak menunggu perintah guru. Siswa tidak dengan bebas bergerak, terkesan diatur dengan berbagai peraturan guru yang malah membuat mereka pasif, dan guru

kurang kreatif memberikan pembelajaran penjas yang sarat dengan gerak yang disenangi oleh siswa.

Ching dalam Tarigan (2009, hlm. 2) menyarankan “perluanya keterpaduan antara pendidikan jasmani, pendidikan kesehatan dan olahraga di sekolah untuk menanggulangi masalah tersebut.” Kenyataan ini merupakan alat uji terutama bagi Indonesia dan bangsa-bangsa di Asia, hanya untuk mencari solusi bagaimana mendorong peserta didik agar termotivasi untuk melakukan aktivitas jasmani atau olahraga secara teratur dalam kehidupannya sehingga terhindar dari penyakit akibat kurang gerak.

Dari penjelasan di atas maka diperlukan pengetahuan dan pemahaman dalam menerapkan berbagai pendekatan, gaya mengajar, metode mengajar yang tepat, termasuk daya dukung sarana dan prasarana pembelajaran yang memadai. Pendekatan, gaya mengajar, metode mengajar yang terangkum dalam suatu model pembelajaran tentu saja harus dilandasi teori-teori yang kokoh, sehingga kompetensi yang diharapkan dimiliki siswa dapat tercapai, yang memberikan dampak kemauan siswa untuk bergerak secara aktif selama alokasi waktu dengan intensitas yang cukup (moderat) sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa sesuai dengan prinsip DAP (*Developmentally Appropriate Practice*). Hal ini akan tercapai apabila guru mampu memanfaatkan alokasi waktu dengan optimal dan pembelajaran menyenangkan sesuai dengan DAP.

Salah satu alat untuk membantu guru dalam proses belajar mengajar adalah dengan menggunakan model pembelajaran. Seperti yang diterangkan oleh Sagala (2011, hlm. 175), bahwa “untuk mengatasi berbagai problematika dalam pelaksanaan pembelajaran, tentu diperlukan model-model pembelajaran yang dipandang mampu mengatasi kesulitan guru dalam melaksanakan tugas mengajar dan juga kesulitan belajar peserta didik”.

Dari pemaparan di atas, dapat dipahami bahwa dengan pemilihan model pembelajaran yang tepat dalam artian sesuai dengan keadaan dan kebutuhan peserta didik, maka akan membantu guru serta peserta didik dalam pencapaian tujuan, dalam konteks ini yaitu tujuan dalam mencapai hasil belajar yang baik.

Terdapat beberapa macam model pembelajaran dalam pendidikan jasmani yang dapat digunakan oleh guru. *Direct Instruction, Personalized System for Instruction (PSI), Cooperative Learning, Sport Education, Peer Teaching, Inquiry Teaching, dan Tactical Games* (Metzler, 2000, hlm. 159) merupakan beberapa model pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Dari ketujuh model pembelajaran penjas di atas, hampir seluruh guru penjas di sekolah mulai dari tingkat sekolah dasar hingga sekolah lanjutan tingkat akhir menggunakan model pembelajaran *direct instruction* dalam proses pembelajarannya. *Direct instruction* menurut Metzler, “*Teacher as instructional leader*”, jadi guru memegang penuh kendali dalam pembelajaran sehingga siswa hanya tinggal mengikuti perintah dan menerima apa yang diberikan oleh guru dalam pembelajaran. Hal ini mengakibatkan kebiasaan belajar satu arah. Hal ini bisa menghambat proses pembelajaran ke arah yang lebih dinamis, dan lebih mandiri. Untuk menyikapi kondisi yang ada tersebut, maka diperlukan suatu pola atau model pembelajaran yang dapat menumbuhkan minat siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak dengan harapan dapat membangun inisiatif siswa dalam menyikapi permasalahan yang dihadapi pada poses belajar mengajar. Beberapa cara mengajar untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa diantaranya dengan menggunakan penerapan model pembelajaran taktis (*TGfU*) dan model pembelajaran langsung (*direct instruction*).

Pembelajaran permainan untuk pemahaman (*TGfU*) dilakukan untuk mengembangkan minat dan belajar siswa. Teori dasar yang melandasinya adalah teori belajar konstruktivisme dan teori belajar kognitivisme. Tujuan utamanya adalah membentuk adanya pengetahuan baru dan memanfaatkan pengetahuan-pengetahuan yang terbentuk sebelumnya ke dalam situasi-situasi taktis bermain. Griffin, Mitchell, dan Osolin (1997; dalam Matzler, 2000) menjelaskan bahwa:

Terdapat tiga kondisi utama yang terjadi dalam penerapan pembelajaran permainan untuk pemahaman, yaitu: pertama, minat dan kepuasan dalam permainan dan bentuk permainan yang digunakan sebagai motivator positif dan pre-dominan struktur tugas. Pada umumnya, siswa selalu ingin memainkan suatu jenis permainan, karena siswa hampir selalu menerapkan taktik dan keterampilan dalam situasi

suatu permainan, para siswa lebih senang dalam melaksanakan tugas gerak yang diberikan.

Model Pembelajaran taktis untuk mengajar olahraga dalam permainan ditujukan untuk memotivasi dan menimbulkan minat siswa, karena yang utama bagi siswa adalah bermain *game* dan bukan melatih *skill* (teknik). Anjuran menggunakan pendekatan taktis untuk mengajar permainan menunjuk pada kegagalan siswa untuk mampu menggunakan *skill* permainan saat siswa diajarkan pendekatan *skill* sebagai pendukung untuk mengajar strategi. Hoedaya (2001, hlm. 17) menjelaskan bahwa sasaran dari pengajaran melalui pendekatan taktis adalah: “Meningkatkan tampilan bermain siswa, dengan melibatkan kombinasi dari kesadaran taktis dan penerapan keterampilan teknik dasar ke dalam bentuk permainan yang sebenarnya.” Lebih lanjut Hoedaya (2001, hlm. 16) menjelaskan sebagai berikut:

Keuntungan pembelajaran dengan pendekatan keterampilan 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.
3. Dapat menumbuhkan kebiasaan dan kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara teratur dalam aktivitas fisik dan memahami manfaat keterlibatannya.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui kebermaknaan dari penerapan kedua model pembelajaran taktis *TGfU* dan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) terhadap intensitas aktivitas fisik berdasarkan *gross motor skills* 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 Terhadap Intensitas Aktivitas Fisik Berdasarkan *Gross Motor Skills*”.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Terkait dengan efektivitas proses belajar mengajar di sekolah, Diungkapkan Tousignant, Parker (1982) Ma'roful Kahri (2012, hlm. 6)

“dalam pembelajaran pendidikan jasmani banyak waktu terbuang (28%) dipergunakan menunggu giliran (pergantian) peralatan. Selanjutnya 20% lagi waktu habis digunakan tugas managerial, seperti memilih tim, menggerakkan dan mengorganisir praktek dari satu tempat ke tempat lain. 20% lagi waktu digunakan menerima informasi pelajaran dari guru, dan sisanya hanya 32% waktu yang tersedia untuk melakukan keterampilan. ”

Karakter siswa SD yang aktif dan pada hakekatnya suka bermain (*homo luden*), maka diperlukan suatu model pembelajaran yang dapat menumbuhkan minat siswa untuk dapat berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak. Untuk itu dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti memilih model TGfU dan *direct instruction model*. Model ini, bukan merupakan konsep baru dan sudah menjadi bahan riset di tahun 1980-an, penerapan model ini mengacu pada prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Yakni prinsip pengajaran yang memperhitungkan penyesuaian pertumbuhan dan perkembangan anak. Kepada anak diberikan tugas gerak sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan fisiknya dengan dasar anak bukanlah manusia dewasa.

Melalui penyampaian program pembelajaran yang sesuai dengan karakter dan tumbuh kembang peserta didik, serta penerapan model pembelajaran yang tepat diharapkan akan membantu siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh para guru penjas dengan mencoba meneliti Pengaruh Model Pembelajaran dan *Gross Motor Skill* terhadap Intensitas Aktivitas Fisik.

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian di atas, maka identifikasi masalah penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Efektifitas proses belajar mengajar yang masih rendah, hanya 32% waktu digunakan untuk belajar gerak, 68% waktu terbuang untuk hal lainnya.
2. Rendahnya aktivitas fisik bahwa lebih dari 43 juta anak di bawah usia sekolah kelebihan berat badan.

3. Siswa masih banyak yang pasif selama PBM dan pada umumnya siswa menunggu giliran dalam melakukan keterampilan teknis.
4. Guru penjas yang dirasa belum maksimal membuat program pembelajaran yang sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak.
5. Rendahnya kemampuan guru penjas menumbuhkan minat siswa untuk dapat berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Dari identifikasi masalah yang tersurat di atas, masalah penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Secara keseluruhan, apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*)?
2. Apakah terdapat interaksi antara model pembelajaran dengan intensitas aktivitas fisik siswa berdasarkan *gross motor skill* ?
3. Bagi siswa yang memiliki *gross motor skill* tinggi, apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*)?
4. Bagi siswa yang memiliki *gross motor skill* rendah, apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*)?

D. Tujuan Penelitian

Tiap penelitian harus mempunyai tujuan yang akan dicapai. Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah seperti yang dijelaskan pada halaman 9.

1. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*).
2. Untuk mengetahui apakah terdapat interaksi antara model pembelajaran dengan intensitas aktivitas fisik siswa berdasarkan *gross motor skill*.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*) pada siswa yang memiliki *gross motor skill* tinggi.
4. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan intensitas aktivitas fisik antara kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran TGfU dengan kelompok siswa yang menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction model*) pada siswa yang memiliki *gross motor skill* rendah.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan sumbangsih pengetahuan. Secara khusus penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat diantaranya manfaat secara teoritis dan praktis. Adapun beberapa manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan serta menguatkan teori sebelumnya dengan dukungan data empiris yang ada mengenai pengaruh model pembelajaran terhadap intensitas aktivitas fisik berdasarkan *gross motor skill*.

2. Secara Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan atau bahkan menjadi pedoman bagi para pendidik atau guru-guru

pendidikan jasmani mengenai pengaruh model pembelajaran terhadap intensitas aktivitas fisik berdasarkan *gross motor skill*.

- b. Bagi Penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian yang lebih luas dan lebih dalam lagi.

F. Batasan Penelitian

Untuk menghindari penafsiran yang terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan ruang lingkup penelitian, sebab setiap masalah pada hakekatnya adalah kompleks.

Adapun batasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya membahas tentang pengaruh model pembelajaran (TGfU, model pembelajaran langsung /*direct instruction model*) terhadap intensitas aktivitas fisik berdasarkan *gross motor skill*.
2. Penelitian ini bersifat eksperimen, sehingga penulis dalam penelitian ini mencoba untuk mencari hasil dari pengaruh model pembelajaran terhadap intensitas aktivitas fisik berdasarkan *gross motor skill*.

G. Struktur Organisasi Tesis

Sistematika penulisan yang digunakan pada tesis ini adalah sebagai berikut:

- BAB I Menjelaskan tentang latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur organisasi tesis.
- BAB II Menjelaskan tentang studi literatur, pendapat para ahli, teori tentang variabel yang sedang dikaji (*state of the art*), penelitian yang relevan, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.
- BAB III Menjelaskan tentang lokasi dan populasi/sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

- BAB IV Menjelaskan tentang hasil penelitian dengan menggunakan pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis temuan.
- BAB V Menjelaskan tentang kesimpulan dan saran yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian.