

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

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 memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh yang tidak dapat dipisahkan antara fisik dan mentalnya (Sugilar, 2015, hlm 1).

Pendidikan jasmani merupakan proses interaksi sistematis antara anak didik, guru dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Rusli (dalam Sugilar, 2015, hlm 1) mengemukakan bahwa, “Melalui pendidikan jasmani yang teratur, terarah dan terbimbing diharapkan dapat tercapai tujuan yang membentuk dan membina pertumbuhan juga perkembangan jasmani dan rohani”.

Titik perhatian pendidikan jasmani adalah peningkatan gerak manusia, lebih khusus lagi pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan fisik dengan pikiran, yang terfokus pada pengaruh perkembangan fisik terhadap pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikan unik. Dipihak lain pendidikan jasmani mengandung unsur bermain maupun olahraga, diantara keduanya tidak harus selalu seimbang.

Melihat perkembangan pembelajaran pendidikan jasmani dalam menumbuhkan dan meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah, maka pembelajaran pendidikan jasmani selama ini masih dianggap belum memenuhi tujuan utama pembelajaran. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan aktivitas fisik yang dilakukan melalui pembelajaran yang diarahkan dan mendorong kepada pendidik agar seluruh potensi peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai suatu tujuan secara utuh dan menyeluruh. Selain itu pengertian pendidikan jasmani secara modern yaitu suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media atau alat pembelajaran. Menurut Yudha Saputra, dkk (2008, hlm 40) “pendidikan

jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik dan olahraga sebagai media utama untuk mencapai tujuan pendidikan nasional”.

Sejalan dengan pemikiran di atas Nixim dan Cozens (1959) yang di kutip oleh Ade Mardiana dkk (2009, hlm 14) mengemukakan “Pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut”.

Berdasarkan uraian di atas maka pendidikan jasmani mempunyai peranan yang sangat penting dan unik dibandingkan bidang studi lainnya, karena pendidikan jasmani mempunyai peran yang lebih besar dari mata pelajaran lainnya untuk membina dan melatih keterampilan. Hal ini menjadi kelebihan pendidikan jasmani dari pelajaran-pelajaran lainnya. Jika pelajaran lain lebih mementingkan pengembangan intelektual, maka melalui pendidikan jasmani akan terbina aspek -aspek atau ranah-ranah pendidikan jasmani yang menjadi ciri khas dari pendidikan diantaranya aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Dalam kegiatan belajar mengajar faktor guru, sarana, dan prasarana sangat berpengaruh terhadap tercapainya hasil pembelajaran. Untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimal seorang guru harus cermat dalam merumuskan langkah-langkah dalam pembelajaran dan menentukan prioritas target belajar siswa, dalam arti seorang guru harus bisa memahami karakter, kemampuan dan minat siswa dalam belajar. Selain itu seorang guru harus bisa memodifikasi alat dan menguasai metode dan model yang akan digunakan dalam proses kegiatan belajar mengajar agar pembelajaran menjadi efektif dan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Dengan demikian penggunaan metode dan model yang sesuai ditambah kemampuan guru yang baik akan berpengaruh terhadap tercapainya tujuan pembelajaran.

Model merupakan cara untuk mempermudah menyampaikan informasi, dengan penggunaan model yang tepat maka akan mempermudah proses pembelajaran, memotivasi siswa, kreatif, inovatif, dalam belajar dan meningkatkan hasil belajar. Sesuai dengan dijelaskan oleh Metzler (dalam Juliantine dkk. 2003, hlm. 4) menyatakan “dalam sejarah pendidikan jasmani,

dikenal banyak istilah seperti strategi, metode, pendekatan, juga model-model pembelajaran". Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa strategi adalah sebuah perencanaan untuk mencapai tujuan. Metode lebih kepada cara atau langkah-langkah dalam melaksanakan pembelajaran, sedangkan model merupakan alat atau cara yang dilakukan oleh guru untuk mempermudah menyampaikan isi pembelajaran. Knirk & Gustafon (dalam Juliantine dkk. 2003, hlm. 18) menyatakan bahwa :

Model pembelajaran adalah rancangan yang dibuat oleh guru untuk membantu seseorang mempelajari suatu kemampuan dan atau nilai baru dalam suatu proses yang sistematis melalui tahapan rencana, pelaksanaan, dan evaluasi dalam konteks kegiatan belajar mengajar.

Ada beberapa model, strategi atau metode dengan menggabungkan elemen-elemen pendekatan saintifik dalam pembelajaran, model yang sesuai dengan pendekatan pembelajaran saintifik antara lain : pembelajaran berbasis *inquiri* dan *discovery*, pembelajaran berbasis project (*project berbasis learning*) dan pembelajaran berbasis masalah (*problem based learning*). Pertama adalah pembelajaran berbasis *inquiri* yaitu pembelajaran yang melibatkan siswa dalam merumuskan pertanyaan yang mengarahkan untuk melakukan investigasi dalam upaya membangun pengetahuan, mengembangkan pemahaman, pengumpulan informasi dan makna-makna baru. Sedangkan pembelajaran *discovery* adalah menemukan konsep melalui serangkaian data atau informasi yang diperoleh melalui pengamatan atau percobaan. Jadi, belajar dengan menemukan (*discovery*) sebenarnya adalah bagian dari proses inkuiri. Kedua adalah pembelajaran berbasis proyek yaitu model pembelajaran yang menggunakan project/kegiatan sebagai proses pembelajaran untuk mencapai kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan.

Pembelajaran berbasis masalah (*problem based learning*) merupakan pembelajaran yang menuntut siswa untuk belajar memecahkan masalah dan mencari solusi atas masalah tersebut. Pembelajaran berbasis masalah (*PBL*) dapat membuat siswa belajar melalui upaya penyelesaian masalah dunia nyata secara terstruktur untuk mengontruksi pengetahuan siswa.

Menurut H.S. Barrows (1982) mengemukakan bahwa *problem based learning* (PBL) adalah “model pembelajaran yang didasarkan pada prinsip bahwa masalah dapat digunakan sebagai titik awal untuk mendapatkan atau mengintegrasikan pengetahuan baru”. Pembelajaran ini menuntut siswa untuk aktif melakukan penyelidikan dalam menyelesaikan permasalahan dan guru berperan sebagai fasilitator atau pembimbing. Pembelajaran berbasis masalah merupakan pembelajaran yang penyampaiannya dilakukan dengan cara menyajikan suatu permasalahan, mengajukan pertanyaan-pertanyaan, memfasilitasi penyelidikan dan membuka dialog yang dikaji hendaknya merupakan permasalahan kontekstual yang ditemukan oleh peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. Permasalahan harus dipecahkan dengan menerapkan beberapa konsep dan prinsip yang secara simultan dipelajari dan tercakup dalam kurikulum mata pelajaran. Dalam pembelajaran berbasis masalah, perhatian pembelajaran tidak hanya pada perolehan pengetahuan deklaratif, tetapi juga perolehan pengetahuan prosedural.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, waktu aktif belajar merupakan komponen yang sangat menentukan terhadap optimalisasi hasil belajar. Waktu aktif belajar adalah lama waktu yang digunakan siswa untuk melakukan aktivitas belajar. Menurut Nasution (2012, hlm. 86) asas aktivitas merupakan asas yang terpenting dalam proses belajar, karena belajar sendiri merupakan suatu kegiatan. Tanpa kegiatan tidak mungkin seorang belajar. Asas aktivitas tidak hanya dimaksud aktivitas jasmani saja, melainkan juga aktivitas rohani. Selanjutnya Piaget dalam Nasution, (2012, hlm. 89) mengemukakan bahwa seorang anak berpikir sepanjang ia berbuat. Tanpa perbuatan, anak tak berpikir. Agar anak berpikir sendiri, ia harus diberi kesempatan untuk berbuat sendiri.

Menurut Mahendra (2007, hlm. 157) belajar adalah:

Belajar pada hakekatnya adalah perubahan yang relatif permanen dalam pengetahuan dan perilaku seseorang yang disebabkan oleh pengalaman serta dilakukan secara sadar dan terus-menerus melalui bermacam-macam aktivitas dan pengalaman guna memperoleh pengetahuan baru sehingga menyebabkan perubahan tingkah laku yang lebih baik.

Perubahan tersebut ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti perubahan dalam hal pemahaman, pengetahuan, perubahan sikap, tingkah laku, dan daya penerimaan. Dari definisi tersebut ditegaskan bahwa perubahan-perubahan perilaku tersebut harus relatif permanen. Jadi, jika disebabkan oleh faktor lain seperti kelelahan, sakit, kematangan, dan obat itu tidak dapat dikatakan sebagai proses belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan usaha sadar, terus menerus, dan sistematis. Menurut Thorndike dalam Nasution, (2012, hlm. 37) bahwa belajar adalah pembentukan atau penguatan hubungan antara S (*stimulus*) dan R (*respons*). Dalam proses pembelajaran siswa dikatakan belajar apabila siswa merespon stimulus yang datang dari berbagai faktor. Ada tiga faktor utama yang menunjukkan siswa dikatakan belajar yaitu faktor proses belajar, faktor pribadi, dan faktor situasional (lingkungan). Hal ini sesuai dengan empat hukum dari teori belajar yang dikemukakan oleh Thorndike dalam Nasution (2012, hlm. 38) yang terkait dengan hubungan S dan R, yaitu belajar sebagai suatu bentuk perubahan tingkah laku.

- 1) *Law of effect* hubungan S dan R bertambah erat kalau disertai oleh perasaan senang atau puas, akan tetapi menjadi lemah atau lenyap kalau disertai oleh rasa tak senang, oleh sebab itu memuji dan membesarkan hati anak (senang) lebih baik daripada menghukum atau mencelanya, 2) *law of exercise* atau *law of use and law of disuse* (hukum latihan atau hukum penggunaan dan penidakgunaan) hubungan S dan R bertambah erat kalau sering dilatih (*exercise*) atau digunakan (*use*) dan akan berkurang berat atau lenyap jika jarang atau tak pernah digunakan, karena itu perlu diadakan banyak latihan, ulangan, dan pembiasaan, 3) *law of multiple response* (hukum respon berganda) hubungan S dan R dalam situasi yang *problematic* dimana tidak segera tampak respon yang tepat, individu mengadakan bermacam-macam percobaan yang mula-mula tidak berhasil, akan tetapi akhirnya mungkin memberi jawaban yang tepat, 4) *law of*

*assimilation* atau *law of analogy* (hukum asimilasi atau hukum analogi) hubungan S dan R dalam hukum yang keempat ini adalah seorang dapat menyesuaikan diri atau memberi respon yang sesuai dengan situasi baru yang agak berlainan dengan yang sudah-sudah namun mengandung unsur-unsur yang bersamaan (*identical elements*).

Dari keempat hukum belajar diatas penulis menggaris bawahi dua hukum belajar yang diduga paling erat hubungannya dengan hasil belajar pendidikan jasmani yaitu *Law of effect* dan *Law of exercise*. *Law of effect* mengisyaratkan bahwa kesenangan atau kepuasan melakukan sesuatu akan mengakibatkan diulangnya kembali hal yang telah dilakukannya tersebut. Sementara hukum latihan mengisyaratkan bahwa hasil belajar akan diperoleh secara optimal jika sering diulang. Dengan demikian inti dari kedua hukum belajar tersebut menyatakan bahwa pengulangan atau latihan merupakan indikator utama yang menentukan hasil belajar.

Selanjutnya Nasution (2012, hlm. 86) menyatakan bahwa asas aktivitas merupakan asas yang terpenting dalam proses belajar, karena belajar sendiri merupakan suatu kegiatan belajar. Tanpa kegiatan tak mungkin seorang belajar. Banyak macam kegiatan belajar yang dapat dilakukan oleh anak-anak di sekolah, tidak hanya mendengarkan dan mencatat seperti yang lazim terdapat di sekolah tradisional.

Menurut Paul B. Diedrich dalam Nasution, (2012, hlm. 91) membuat suatu daftar yang berisi 177 macam kegiatan murid antara lain:

- I. *Visual activities* (13) seperti membaca, memperhatikan: gambar, demonstrasi, percobaan, pekerjaan orang lain dan sebagainya.
- II. *Oral activities* (43) seperti: menyatakan, merumuskan, bertanya, memberi saran, mengeluarkan pendapat, mengadakan interviu, diskusi, interupsi, dan sebagainya.
- III. *Listening activities* (11) seperti mendengarkan uraian, percakapan, diskusi, music, pidato, dan sebagainya.
- IV. *Writing activities* (22) seperti menulis cerita, karangan, laporan, tes, angket, menyalin, dan sebagainya.

- V. *Drawing activities* (8) seperti menggambar, membuat grafik, peta, diagram, pola, dan sebagainya.
- VI. *Motor activities* (47) seperti melakukan percobaan, membuat konstruksi, model, mereparasi, bermain, berkebun, memelihara binatang, dan sebagainya.
- VII. *Mental activities* (23) seperti menanggapi, mengingat, memecahkan soal, menganalisis, melihat hubungan, mengambil keputusan, dan sebagainya.
- VIII. *Emotional activities* (23) seperti menaruh minat, merasa bosan, gembira, berani, tenang, gugup, dan sebagainya.

Dari setiap aktivitas diatas dapat disimpulkan bahwa kompetensi yang dikembangkan dari setiap aktivitas tersebut berbeda-beda, ada yang mengembangkan aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial. Hal itu sesuai dengan tujuan utama pembelajaran pendidikan jasmani yaitu untuk membentuk identitas manusia secara utuh, disana dapat terlihat bahwa pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya aspek psikomotor saja yang dapat dikembangkan tetapi tentu saja aspek-aspek yang lainnya juga bisa dikembangkan. Bergerak merupakan aspek yang paling dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, akan tetapi jangan dilupakan juga bahwa disana terdapat beberapa aktivitas lain seperti bergerak dalam aktivitas sepakbola yang didalamnya sudah terkandung semua aspek yang dapat menjadikan setiap siswa untuk bisa menjadi manusia yang seutuhnya.

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari oleh sebagian besar masyarakat dunia termasuk juga oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, hal ini tidaklah sulit untuk dipahami karena sepakbola adalah olahraga yang tidak sulit untuk dilakukan, mahal, tidak perlu mengeluarkan uang banyak dan dapat dilakukan tidak hanya dilapangan saja, tetapi juga bisa dilakukan di tempat-tempat yang memungkinkan untuk bermain sepakbola.

Olahraga sepakbola adalah olahraga beregu yang menuntut kerjasama dari setiap anggotanya. Kerjasama tersebut dilakukan pada saat penggunaan

taktik dan strategi dengan cara mengoper bola dari satu pemain ke pemain lainnya. Tujuan utama dari permainan sepakbola ini adalah memasukan bola ke gawang lawan.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang tergolong dalam cabang olahraga permainan. Sepakbola itu sendiri merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh sebuah tim dengan karakteristik bekerjasama dalam memainkan bola dan bertujuan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, sebaliknya berusaha semaksimal mungkin untuk menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan bola oleh lawan. Sucipto dkk. (2000, hlm 7) menjelaskan sebagai berikut:

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Lebih lanjut Sucipto dkk. (2000, hlm 7) menjelaskan:

Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukan. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya, dan apabila sama, maka permainan dinyatakan seri/draw.

Dalam hal ini penulis ingin menganalisis dan membuktikan sejauh mana pengaruh *movement problem based learning* terhadap jumlah waktu aktif belajar dalam aktivitas pembelajaran sepakbola di SMP Santa Maria Bandung kelas VIII.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari Kurikulum 2013 mengenai Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar pembelajaran pendidikan jasmani di kelas VIII SMP SANTA MARIA Bandung adalah sebagai berikut :

KI	KD
<p>1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya</p>	<p>1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dalam :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.</li> <li>b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</li> <li>c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.</li> </ul>
<p>2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.</p>	<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Menunjukkan kemampuan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.3 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Disiplin selama melakukan aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Menerima kekalahan dan</p>

	kemenangan dalam permainan.
3. Memahami pengetahuan (faktual, dan konseptual) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata	3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan apa yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori	4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainanbola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.

Berdasarkan latar belakang permasalahan serta Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar pada tabel diatas, maka permasalahan yang terkait dengan upaya meningkatkan waktu aktif belajar melalui model pembelajaran *movement problem based learning* dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Banyak siswa yang mempunyai waktu aktif belajar sangat beragam.
2. Motivasi belajar anak yang beragam.
3. Jumlah alokasi waktu yang minim.
4. Guru kurang kreatif dan inovatif dalam menerapkan metode, pendekatan, dan model pembelajaran.
5. Fasilitas penunjang pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terbatas.
6. Kurangnya pengawasan guru terhadap para siswa ketika proses pembelajaran.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan masalah penelitian yang telah diuraikan di atas, maka penulis merumuskan masalah berbentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut : Apakah menggunakan implementasi *movement problem based learning* dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar siswa dalam aktivitas pembelajaran sepakbola di SMP Santa Maria Bandung?

### **D. Tujuan penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang penulis rumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *movement problem based learning* terhadap jumlah waktu aktif belajar siswa dalam aktivitas pembelajaran sepakbola di SMP Santa Maria Bandung.

### **E. Manfaat penelitian**

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai berikut:

1. Secara teoritis dapat dijadikan informasi dan keilmuan yang berarti bagi lembaga atau organisasi keolahragaan dan perorangan yang terkait dengan aktivitas pembelajaran sepakbola.

2. Secara praktis dapat dijadikan sebagai acuan bagi para guru dalam menggunakan *movement problem based learning* dalam meningkatkan jam waktu aktif belajar aktivitas sepakbola.

#### **F. Batasan Penelitian**

Berdasarkan pada penjelasan diatas,maka penelitian ini dibatasi sebagai berikut:

1. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *movement problem based learning*.
2. Variabel terikat pada penelitian ini adalah jumlah waktu aktif belajar dalam aktivitas sepakbola.
3. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Santa Maria Bandung.