

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Telah disadari bahwa pendidikan pada umumnya berarti upaya untuk memajukan budipekerti (karakter, kekuatan bathin), pikiran (intellect) dan jasmani anak-anak selaras dengan alam dan masyarakatnya. Menurut Kusuma dan Somarya (2009:4) merumuskan bahwa :

Pengertian pendidikan secara memadai memang kompleks, sebab dapat dipandang dari berbagai bentuk, aspek unsur, dipandang dari setiap disiplin ilmu, dasar falsafanya, tetapi tidak merisaukan, yang penting adalah makna pengertian pendidikan yang tertuju pada upaya pengembangan sumber daya manusia.

Sekolah merupakan tempat untuk mendapatkan pendidikan dimana salah satunya adalah pendidikan jasmani, yang dalam pelaksanaannya terdapat upaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Menurut Juliantine, dkk, (2012:6), menyatakan bahwa: "Pendidikan jasmani merupakan alat pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan".

Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP, 2006:207) dijelaskan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

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

Tujuan pendidikan jasmani untuk sekolah dasar yang terdapat dalam standar isi Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP, 2006:208) yaitu:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.

3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampilan, serta memiliki sikap yang positif.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani permainan dan olahraga yang dilakukan secara sistematis terarah dan terencana. Adapun tujuan dari bermain tersebut diantaranya adalah:

1. Menyediakan pengalaman gerak yang menyenangkan.
2. Menyediakan rasa aman secara psikologis dan sosial anak.
3. Menyediakan partisipasi aktif anak untuk berinteraksi dengan teman.
4. Memberikan anak kesempatan untuk tumbuh secara fisik, emosional, spiritual, melalui partisipasi dalam aktifitas bermain.

Tujuan-tujuan partisipasi anak dalam bermain adalah: Belajar kerjasama tim, belajar untuk sukses, belajar untuk bermain dengan baik, belajar menikmati aktifitas, belajar kebiasaan hidup sehat. Sedangkan dalam pendidikan jasmani yang berkaitan dengan permainan bolavoli itu termasuk dalam permainan bola besar, yang dibagi menjadi tiga bagian. Diantaranya permainan bola basket, sepak bola dan bolavoli. Menurut Subroto dan Yudiana, (2010:13) yang dikutip dalam buku permainan bolavoli, mengemukakan bahwa:

Awal mula permainan bolavoli adalah permainan *Minonette*, yaitu memantul-mantulkan bola menyebrangi atas net. Permainan ini diperkenalkan di negara bagian Massachusets Amerika Serikat oleh William G. Morgan pada tahun 1895, sebagai sarana rekreasi. Melihat karakteristik permainan “Minonete” adalah memantul-mantulkan bola, maka Dr. Alfred T. Halstead menganjurkan nama permainan ini di ganti menjadi *Volley ball*.

Jadi, permainan dalam bolavoli dimainkan oleh dua tim berlawanan, yang masing-masing tim memiliki enam orang pemain. Aspek afektif yang dapat terbentuk secara positif melalui pendidikan jasmani diantaranya adalah sikap disiplin, kejujuran, kerjasama, fair play dan saling menghargai. Aspek ini dapat dikembangkan melalui materi-materi olahraga yang merupakan salah satu materi yang dalam pelaksanaannya sering melibatkan aktivitas siswa secara berkelompok atau lebih dari satu orang. Hal ini mengindikasikan bahwa materi-materi olahraga dan permainan dominan mengandung nilai-nilai sosial yang dapat di transporasikan kepada siswa agar kebugaran siswa lebih baik dari sebelumnya.

Faktor yang mempengaruhi agar tujuan tersebut dapat tercapai diantaranya kondisi sekolah yang meliputi sarana dan prasarana pembelajaran serta kualitas seorang guru yang meliputi kemampuan guru dalam mengajar. Maka, seorang guru penjas dituntut agar mampu menciptakan situasi pembelajaran yang aktif dan efektif dalam waktu yang relatif sedikit agar hasil dari pembelajaran mengenai materi yang diajarkan meningkat. Misalnya gerak tubuh siswa dalam bermain bolavoli menjadi lebih baik atau meningkat. Pengertian bermain voli menurut Subroto dan Yudiana, (2010:36) mengemukakan bahwa:

permainan bolavoli pada dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu, yang terbagi menjadi dua tim regu sama besar oleh net atau tali yang dibentangkan diatas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu.

Dengan kata lain, bolavoli merupakan cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim regu yang berbeda dengan karakteristik bekerjasama dalam memainkan bola dan bertujuan untuk mengumpulkan poin nilai secara cepat

dengan cara pola penyerangan dan bertahan terhadap tim lawan dan mempertahankan atau menjaga daerah sendiri dari serangan lawan, teknik dasar yang digunakan diantaranya passing bawah, passing atas, servis, dan spike. Namun pada dasarnya banyak pula siswa yang tidak gemar atau cenderung lebih malas mengikuti pembelajaran penjas dalam hal ini pelajaran bolavoli. Karena jenis alat yang digunakan terlalu berat dan ada pula yang beranggapan bahwa bola itu menakutkan serta adanya keterbatasan guru penjas dalam memberikan materi yang berkaitan dengan bolavoli. Maka ketika melihat bola sering menimbulkan rasa takut dan sakit kepada siswa, serta waktu belajar yang relatif singkat dan monoton dalam pemberian materi pembelajaran serta adanya keterbatasan alat pembelajaran yang ada di sekolah.

Untuk menciptaka hasil yang maksimal dalam waktu yang sangat terbatas, maka dibutuhkan suatu cara atau metode pembelajaran yaitu melalui modifikasi pembelajaran yang dapat mengakomodasi kebutuhan siswa dalam melaksanakan tugas geraknya dalam pembelajaran, untuk pencapaian tujuan tersebut, melibatkan peserta didik secara aktif dalam pembelajaran penjas di sekolah. Penulis mencoba untuk mensiasati keterbatasan sarana dan prasarana tersebut dengan memodifikasi alat dan peraturan permainan dalam pembelajaran aktivitas permainan bolavoli yaitu berupa bola modifikasi karet yang akan penulis gunakan adalah yang terbuat dari balon atau yang biasa disebut dengan “bola semangka”. Serta berusaha melakukan penyesuaian-penyesuaian dalam hal peraturan dan cara memainkannya agar lebih mudah dan menarik untuk dilakukan. Penggunaan alat pembelajaran dengan menggunakan bola karet tentunya tidak akan terlalu banyak mengeluarkan biaya, dengan tidak menghilangkan nilai guna dan manfaat dari alat tersebut. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian pendidikan yang berjudul: “Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Aktifitas Modifikasi Permainan Bolavoli.”

B. Identifikasi Masalah

Dengan berlakunya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) telah memberikan ruang gerak bagi guru untuk memanfaatkan segala sesuatu yang ada di lingkungan sekolah untuk dijadikan alat pembelajaran pendidikan jasmani. Maka, dalam pencapaian tujuan pendidikan jasmani bukan hal yang mudah, dikarenakan terdapat masalah-masalah yang dihadapi dan sering kali muncul dilapangan pada saat proses pembelajaran berlangsung diantaranya:

1. Masih banyaknya peserta didik yang belum memahami perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga sehingga proses pembelajaran pendidikan jasmani seringkali mengalami hambatan.
2. Kurangnya sarana dan prasarana yang memadai untuk mengembangkan potensi gerak siswa.
3. Adanya perbedaan daya ingat siswa dalam proses pembelajaran.
4. Banyaknya jumlah peserta didik sehingga sulit untuk di jangkau secara individu oleh guru.
5. Kurangnya kreativitas guru dalam menyajikan pembelajaran pendidikan jasmani sehingga terjadi kebosanan dan proses pembelajaran terkesan monoton.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis akan menerapkan pembelajaran modifikasi permainan bolavoli dalam memecahkan masalah-masalah yang telah teridentifikasi.

C. Rumusan Masalah

Dengan bertitik tolak pada latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian ini, yaitu:”Apakah rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV-D SDN KPAD dapat ditingkatkan melalui modifikasi permainan bolavoli?”.

D. Pemecahan Masalah

Rendahnya kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran aktivitas modifikasi permainan bolavoli, akan dipecahkan melalui modifikasi permainan

dalam pembelajaran permainan bolavoli yang diterapkan seperti langkah-langkah Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang penulis rumuskan, maka tujuan penelitian untuk mengetahui apakah melalui memodifikasi permainan bolavoli dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa kelas IV-D SDN 1 KPAD Gegerkalong dalam pembelajaran permainan bolavoli.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan berguna bagi penulis untuk mengetahui manfaat penerapan modifikasi permainan bolavoli dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui permainan bolavoli yang dimodifikasi.
 - b. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam proses pembelajaran untuk peningkatan kebugaran jasmani siswa pada pembelajaran permainan bolavoli.
 - c. Memberikan mutu pembelajaran di sekolah dalam jangka pendek.
 - d. Memberikan sumbangan pemikiran dan tambahan referensi bagi lembaga pendidikan terutama dalam pengoptimalan proses pembelajaran pendidikan jasmani SD khususnya di SD Negeri 1 KPAD dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran penjas.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi guru, penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam menyusun rencana pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa pada pembelajaran permainan bolavoli.
 - b. Penggunaan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dapat dipakai sebagai alternatif pendekatan dalam pembelajaran dalam upaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
 - c. Bagi siswa, dapat terpenuhi kebutuhan geraknya pada pembelajaran pendidikan jasmani terutama di Sekolah Dasar Negeri 1 KPAD.

- d. Bagi sekolah, hasil penelitian dapat digunakan sebagai input atau masukan bagi pihak sekolah untuk mengembangkan kualitas guru pendidikan jasmani dalam mengajar pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri 1 KPAD.

G. Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang terdapat dalam rumusan masalah di atas maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini dibatasi disekitar pemecahan masalah pembelajaran akibat keterbatasan jumlah bola/media alat yang tersedia di sekolah SD Negeri 1 KPAD. Sehingga untuk memperoleh gambaran yang jelas maka diperlukan pembatasan serta ruang lingkup penelitian. Seperti yang dikemukakan oleh Surakhmad (1998:36), yang dikutip oleh Mulia (2012:12), sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya : Tenaga, kecekatan, waktu, biaya dan lain sebagainya yang diambil dari rencana tersebut.

Sedangkan menurut Sugiyono (2012:32) mengemukakan bahwa: "Masalah dapat diartikan sebagai penyimpangan antara yang seharusnya dengan apa yang benar-benar terjadi, antara teori dengan praktek, antara aturan dengan pelaksanaan, antara rencana dengan pelaksanaan".

Sesuai dengan masalah yang penulis kemukakan, maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu kebugaran jasmani, dan variabel terikatnya adalah modifikasi permainan bolavoli. Penelitian hanya terbatas kepada penerapan modifikasi bola, dan lapangan, dalam permainannya untuk meningkatkan pola gerak dasar dominan dan kebugaran jasmani siswa melalui pembelajaran aktivitas bolavoli.
2. Subjek penelitian terbatas hanya kepada siswa SD kelas IV-D di SDN KPAD Gegerkalong kota Bandung. Subjek yang diteliti sebanyak 37 siswa.

3. Lokasi Penelitian adalah di SDN KPAD Gegerkalong kota Bandung. Jl. Manunggal No.1 KPAD Kelurahan Gegerkalong, Kecamatan Sukasari kota Bandung.
4. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK).

H. Definisi Operasional

Untuk mempermudah serta menghindari penafsiran terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis perlu untuk memberikan gambaran dalam judul penelitian sebagai berikut:

1. Pengertian belajar. Belajar merupakan proses pemahaman secara sistematis dan berulang-ulang dengan adanya stimulus dan respon. Menurut Juliantine, dkk (2012:4). Karena belajar merupakan salah satu aktivitas manusia yang dianggap vital, tanpa belajar manusia akan sulit memiliki kecakapan dalam kehidupan. Melalui belajarlah manusia memperoleh pengalaman dan perkembangan dalam hidupnya, manusia membutuhkan kepandaian yang bersifat jasmaniah dan rohaniah, dan semuanya ini hanya dapat dicapai melalui belajar. Belajar akan efektif kalau ada dalam keadaan “*fun*”, maka pelajaran apapun yang diambil mahasiswa, tolak ukurnya ada dalam system pendidikan.
2. Pendidikan jasmani merupakan alat pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Menurut Juliantine, dkk (2012:6). Karena pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan aspek fisik semata, melainkan juga mengembangkan aspek-aspek kognitif, emosi, mental, social, moral, dan estetika, melainkan terdapat adanya pengaruh positif terhadap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan jasmani dapat merangsang fungsi simpul-simpul syaraf, sehingga secara *neorologis* pendidikan jasmani dapat mengembangkan kemampuan akademik siswa.
3. Kebugaran jasmani adalah kesanggupan untuk melakukan kegiatan sehari-hari dengan semangat dan penuh kesadaran, yang dilakukan tanpa

mengalami kelelahan yang berarti, serta dapat terhindar dari penyakit kurang gerak (*hypokinetik*) sehingga dapat menikmati kehidupan dengan baik dan bersahaja. Menurut Tarigan (2012:30-33). Tujuan dari pendidikan jasmani yaitu untuk mengembangkan pribadi manusia secara utuh baik manusia sebagai makhluk individu, sosial dan religious dan secara operasional bertujuan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa secara maksimal yang meliputi: Perkembangan pengetahuan, kerjasama, penalaran, emosional, sikap sportif, menghargai perbedaan, saling menolong, keterampilan, kesehatan, bahkan kebugaran jasmani dapat meningkatkan perkembangan inteligensi. Berkaitan dengan penjelasan tersebut, maka optimalisasi kebugaran jasmani bertujuan agar para siswa dapat berhasil dan eksis dalam kehidupannya yang meliputi tingkat kesehatan dan kebugaran yang prima, eksis dalam olahraga prestasi sekolah, termasuk mampu mengikuti dan bersaing dalam pertandingan olahraga antar kelas, antar sekolah dan bahkan antar daerah.

4. Pengertian bolavoli menurut Subroto dan Yudiana (2010:36). Yaitu permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu. Untuk masing-masing regu, lapangan dibagi dua sama besar oleh net atau tali yang dibentangkan diatas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Satu orang pemain tidak boleh memantulkan bola dua kali berturut-turut, dan satu regu dapat memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan dilapangannya sendiri.
5. Pengertian bermain menurut Subroto dan Yudiana (2010:17) adalah: Bermain didefinisikan sebagai hasil dari sejarah manusia yang turun temurun tentunya tanpa membedakan ras, kultur, sosial, agama. Bercirikan aktifitas jasmani yang mengandung nilai-nilai filosofi dalam setiap gerakannya.