

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia tidak akan terlepas dari aktivitas. Aktivitas merupakan suatu kegiatan atau kebutuhan yang dibutuhkan oleh individu maupun kelompok, karena sangat menguntungkan baik dalam segi materil maupun moril. Kebutuhan yang belum tercapai atau dirasa masih kurang, akan memacu individu ataupun kelompok terus berusaha untuk mencapai titik kepuasannya, karena memang itu merupakan sifat dasar manusia. Aktivitas sangat berhubungan dengan kegiatan fisik, seperti berjalan, menulis, makan, sampai tidur pun berhubungan dengan fisik.

Kondisi fisik seseorang terkait erat dengan kesehatan dan kebugaran jasmani. Salah satu cara untuk mendapatkan kondisi fisik yang baik adalah melalui kegiatan olahraga yang teratur dan sesuai dengan keadaan tubuh tiap individu. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Kosasih (1993:21), bahwa :

“Olahraga merupakan alat ampuh untuk pembentukan fisik dan mental bangsa”. Dengan sering berolahraga, maka aktivitas sehari-hari juga akan terasa ringan saat melakukannya. Target dalam melakukan suatu aktivitas atau kegiatan adalah mencapai kepuasan tertinggi.

Ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga sampai saat ini selalu berubah, karena olahraga merupakan suatu fenomena sosial yang semakin berkembang seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dimana olahraga akan semakin dibutuhkan banyak orang sebagai penyeimbang kelangsungan hidup atau untuk memelihara keseimbangan hidup. Berdasarkan penjelasan di atas sudah jelas, bahwa olahraga akan berkembang dengan pesat sesuai dengan kebutuhan individu maupun kelompok.

Kegiatan olahraga merupakan kegiatan yang tiada putus-putusnya, bahkan dapat dikatakan bahwa olahraga sudah merupakan suatu bagian dari kegiatan hidup manusia. Olahraga sudah merupakan kebutuhan hidup manusia. Dengan berolahraga terutama olahraga kesehatan akan dapat memelihara dan meningkatkan derajat hidup manusia. Tanpa melakukan olahraga secara rutin akan terjadi penurunan kesehatan dan memperbesar kemungkinan terserang penyakit non infeksi seperti demam, flu, batuk, dan lain sebagainya.

Seiring dengan kemajuan zaman dan teknologi yang semakin canggih dewasa ini, orang-orang telah berfikir maju dan memandang sesuatu dengan mudah, maksudnya ingin praktis. Sehingga dengan adanya fikiran tersebut maka masyarakat cenderung kurang melakukan aktivitas gerak fisik yang menyebabkan mudah terserang berbagai penyakit jantung, kolesterol, paru-paru, hipertensi dan berbagai penyakit lainnya.

Agar tubuh mencapai keadaan bugar diperlukan aktifitas fisik yang berupa olahraga. Kemampuan fisik yang tinggi diperlukan oleh semua orang diantaranya anak-anak, remaja dan dewasa apabila mereka memiliki kebugaran jasmani yang tinggi, maka mereka akan mampu beraktivitas sehari-hari dengan waktu yang relative lama dibandingkan dengan mereka yang memiliki aktifitas fisik rendah.

Untuk dapat mengembangkan kemampuan fisik, banyak cara yang dapat dilakukan seperti halnya dengan berolahraga. Dalam dunia pendidikan formal sekolah secara langsung mengelola proses pendidikan jasmani. Sekolah membawa amanat bangsa mewujudkan calon kader generasi muda yang tangguh, bersih, disiplin, taat pada ajaran agama, memiliki wawasan pengetahuan dan rasa kebangsaan. Hal ini sebagaimana tercantum dalam tap MPR no 11/1993 tentang tujuan pendidikan nasional sebagai berikut :

Pendidikan nasional bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berbudi perketi luhur, berkepribadian, mandiri, maju, tangguh, cerdas, kreatif, terampil, berdisiplin, professional, bertanggung jawab dan produktif serta sehat jasmani dan rohani.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

Upaya untuk mencapai tujuan pendidikan seperti tercantum dalam tujuan pendidikan nasional tersebut di atas, sekolah memerlukan susunan atau acuan yang dapat di jadikan landasan dalam penyelenggaraan pendidikan dalam hal ini dapat terjawab dengan adanya kurikulum sekolah yang wajib dilaksanakan di setiap jenjang dan tingkat pendidikan, baik dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Pendidikan jasmani dalam lingkup pendidikan nasional pada saat ini tidak terlepas dari suatu keyakinan terhadap nilai-nilai pendidikan jasmani yang terkandung di dalamnya dan tidak hanya aspek fisik yang menjadi alat pendidikan namun bersamaan dengan itu berkembang pula aspek mental, emosional, sosial yang serasi dengan tahapan-tahapan perkembangannya.

Pada umumnya setiap orang akan setuju bahwa dalam diri manusia bukan aspek jasmani saja yang berperan, tetapi juga aspek jiwa atau rohani memiliki peran dalam hidup manusia. Jasmani manusia dapat dilihat secara jelas atau konkrit, sedangkan jiwa tidak dapat diamati secara langsung. Untuk mengamati aspek jiwa adalah dari perilaku manusia misalnya, seseorang dalam melakukan suatu kegiatan antara lain sungguh-sungguh, semangat, memiliki perasaan gembira melalui tertawa dan raut muka yang cerah. Aspek jasmani dan rohani merupakan satu kesatuan dalam diri manusia dalam melakukan suatu kegiatan. Selaras dengan penjelasan Harsono (1988:242) sebagai berikut: “Manusia adalah kesatuan dari jiwa dan raga, satu psychomatic unity, yang satu dengan yang lainnya selalu akan saling pengaruh mempengaruhi.” Pengaruh yang dirasakan oleh jiwa akan pula berpengaruh terhadap raga kita, demikian pula sebaliknya.

Manusia yang sehat merupakan sumber daya yang dibutuhkan dalam pembangunan oleh karena itu olahraga perlu dimasyarakatkan dan ditingkatkan sebagai cara pembinaan jasmani dan rohani bagi setiap anggota masyarakat. kemudian di dukung pula oleh anjuran pemerintah dengan gerakan Paji Olahraga Nasional yaitu : “Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat”, sehingga dengan olahraga tersebut diharapkan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani akan meningkat.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

Oleh karena itu, kebugaran jasmani yang tinggi diperlukan oleh anak usia sekolah mulai dari taman kanak-kanak sampai sekolah menengah. Memiliki kebugaran jasmani yang tinggi, siswa mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang rendah. Seperti yang ditulis oleh Karhiwikarta, (1991) : “ Kebugaran Jasmani pada hakikatnya merupakan suatu kondisi tubuh yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk melakukan pekerjaan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dengan baik maupun melakukan pekerjaan yang tidak terduga.” Kebugaran jasmani mempunyai arti penting bagi anak usia sekolah, antara lain dapat meningkatkan fungsi organ tubuh, sosial emosional, sportivitas, dan semangat kompetisi. Bahkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa : kebugaran jasmani mempunyai hubungan positif dengan prestasi akademis (Iskandar, dkk : 1999).

Tingkat kebugaran jasmani sangat diperlukan guna mendukung aktivitas sehari-hari sehingga orang memiliki tingkat kebugaran yang baik tidak akan memiliki kelelahan yang berarti. Oleh karena itu semua aktivitas manusia menuntut kebugaran jasmani.

Hal ini sesuai dengan pendapat Giriwijoyo (2007:22) sebagai berikut:

Semua bentuk kegiatan manusia selalu memerlukan dukungan fisik jasmani, sehingga masalah kemampuan fisik/jasmani merupakan faktor dasar bagi setiap aktivitas manusia. Oleh karena itu untuk setiap aktivitas kita sehari-hari, minimal kita harus mempunyai kemampuan fisik/jasmani yang selalu mampu mendukung tuntutan aktivitas itu dan tentu saja lebih baik lagi bila kita memiliki pula cadangannya. Adanya kemampuan fisik melebihi kebutuhan minimal, menjamin kelancaran tugas dan kesejahteraan diri dan keluarganya, karena ia masih mempunyai kemampuan untuk melakukan tugas ekstra dan tugas/ perhatian bagi keluarganya sepulang kerja, bukannya langsung tidur saja oleh karena sudah kehabisan tenaga.

Sementara itu pendidikan jasmani menurut Agus Mahendra (2009:21) ialah:

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan.

Artinya, penjas bukan hanya dekorasi atau ornamen yang di tempel pada

program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pemanfaatan waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbangkan pada kesehatan fisik dan mentalnya.

Definisi di atas menunjukkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak bisa di pisahkan dari pendidikan umum.

Sedangkan pendidikan jasmani menurut para ahli seperti William (dalam: Abduljabar, 2010:3) “pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.”

Sementara itu menurut Hetherington (dalam: Abduljabar, 2010:7) seseorang yang terdidik secara jasmani memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Menunjukkan kompetensi dalam keterampilan gerak dan pola-pola gerak yang diperlukan untuk menampilkan berbagai aktivitas jasmani
2. Menunjukkan pemahaman tentang konsep gerak, prinsip, strategi, dan taktik ketika siswa menerapkan dalam belajar dan penampilan aktivitas jasmani
3. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani secara teratur
4. Mencapai dan memelihara peningkatan tingkat kebugaran jasmani terkait kesehatan
5. Menunjukkan tanggung jawab dan sikap respek personal dan sosial dalam setting aktivitas jasmani; dan
6. Memperoleh nilai-nilai keuntungan aktivitas jasmani seperti: kesehatan, kerianggan, stimulasi, ekspresi diri, dan interaksi sosial (NASPE, 2004)

Sekolah adalah salah satu wahana untuk mengembangkan dan mencapai tujuan pendidikan melalui proses pendidikan yang menyatu karena pengembangan ranah

pengetahuan, keterampilan serta sikap dan nilai untuk pengembangan kepribadian dan perwujudan dari peserta didik.

Sekolah sebagai pendidikan formal memiliki tingkatan atau jenjang yang teratur, yaitu mulai dari tingkatan dasar sampai dengan tingkat atas meliputi Sekolah Dasar (SD) atau Madrasah Ibtida'iyah (MI), Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs), dan Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), atau Madrasah Aliyah (MA). Masing-masing jenjang memiliki tujuan pendidikan yang berbeda-beda, namun mengacu pada tujuan yang sama yaitu tujuan pendidikan nasional.

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan individu yang sedang mengalami transisi terutama dalam perilaku yang dipengaruhi oleh perkembangan psikologis dan sosial. Masa ini tergolong pada masa menuju remaja, sehingga pertumbuhan dan perkembangannya sesuai dengan tugas perkembangan remaja. Masa ini merupakan masa yang terbaik untuk diberdayakan melalui aktivitas-aktivitas jasmani, karena tingkat pertumbuhan dan perkembangannya pada masa ini relative tinggi. Hal ini diperjelas oleh pendapat Nadisah (1991:32) bahwa: "Adolesensi atau remaja berusia adalah individu-individu yang berusia 10 sampai 18 tahun untuk perempuan atau 12 sampai 20 tahun untuk anak laki-laki. Masa Adolesensi merupakan masa transisi tau peralihan dari masa kanak-kanak untuk menjadi dewasa."

Mengutip pendapat Barnet dalam Leny Marliani,2010:75; dari Tesis yang ditulis ibu Oom Rohmah, 2010:12) menunjukkan bahwa". . . .keterampilan sosial sebagai keuntungan melalui interaksi bermain seperti kerjasama, saling membantu, berbagi dan sukses memecahkan masalah sosial." Dalam kontek pembelajaran penjas, kecenderungan perilaku peran akan meningkat seiring dengan semakin meningkatnya kesempatan siswa untuk tampil di depan teman-temannya. Kecenderungan perilaku dalam hubungan sosial akan semakin berkembang apabila guru penjas mampu menyelenggarakan kegiatan pembelajaran yang sifatnya berkelompok.

Disekolah anak tidak hanya bertemu, bertatap muka, berinteraksi pada saat proses pembelajaran di kelas saja, begitupun di rumah juga tidak hanya berkmpul dengan keluarga, tetapi dimanapun dan kapanpun mereka akan saling berinteraksi dengan siapapun baik itu teman sebaya ataupun diatas usianya.

Sebagai makhluk sosial, seorang individu sejak lahir hingga sepanjang hayatnya senantiasa berhubungan dengan individu lainnya atau dengan kata lain melakukan relasi interpersonal. Dalam relasi interpersonal itu ditandai dengan berbagai aktivitas tertentu, baik aktivitas yang dihasilkan berdasarkan naluriah semata atau justru melalui proses pembelajaran tertentu. Perilaku sosial amat sangat di butuhkan oleh anak terhadap lingkungannya. Mengutip pendapat Krech et al (1982) dari Tesis yang ditulis ibu Oom Rohmah (2010:13), menyatakan ada 12 sifat respon antar pribadi yang di klasifikasi kedalam tiga kategori yaitu:

- a) **Role dispositions** (kecenderungan prilaku peran) terdiri dari:
 - a) Ascendance (social timidity). Sifat pemberani dan pengecut secara sosial.
 - b) Dominance (submissiveness). Sifat berkuasa dan dan sifat patuh.
 - c) Social initiative (social passivity). Sifat inisiatif dan pasif secara sosial.
 - d) Independence (dependence). Sifat mandiri dan tergantung.
- b) **Sociometric dispositions** (kecenderungan prilaku dalam hubungan sosial) terdiri dari:
 - a) Accepting of other (rejecting of other). Dapat diterima dan ditolak oleh orang lain.
 - b) Sociability (unsociability). Suka bergaul atau tidak suka bergaul.
 - c) Friendliness (unfriendliness). Sifat ramah dan tidak ramah.
 - d) Sympathetic (unsympathetic). Simpatik dan tidak simptik.
- c) **Expressive dispositions** (kecenderungan prilaku ekspresif) terdiri dari:
 - a) Competitiveness (non competitiveness). Sifat suka bersaing dan tidak suka bersaing (kerjasama).
 - b) Aggressiveness (non aggressiveness). Sifat agresif dan tidak agresif.
 - c) Self consciousness (social pois). Sifat kalem atau tenang secara sosial.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

d) Exhibitionistic (self effacing). Sifat suka pamer atau menonjolkan diri.

Sedangkan menurut Surjono Sukanto (1982), perilaku sosialnya mengatakan bahwa ciri-ciri khas desa berdasarkan kondisi masyarakatnya, antara lain:

- a. Warga masyarakat pedesaan memiliki hubungan kekerabatan yang kuat, karena umumnya berasal dari satu keturunan. Karena itu biasanya dalam suatu wilayah pedesaan, antara sesama warga masyarakat masih memiliki hubungan keluarga atau saudara.
- b. Karena mereka berasal dari satu keturunan, maka corak kehidupannya bersifat *gemeinschaft*, yaitu diikat oleh sistem kekeluargaan yang kuat. Selain itu penduduk desa juga merupakan masyarakat yang bersifat *face to face group*, artinya bahwa antara penduduk yang satu dengan yang lainnya saling mengenal.

Dari penjelasan diatas kemungkinan besar perilaku sosial siswa SMP di daerah pegunungan lebih baik, karena kebesamaanya, kerukunannya dan kekeluargaannya yang cukup kuat.

Geografi merupakan ilmu untuk menunjang kehidupan makhluk hidup yang meliputi muka bumi dan proses-proses yang membentuknya. Demikian juga geografi mempelajari hubungan antara manusia dengan lingkungannya. Dalam geografi, dikaji fenomena geosfer melalui tiga pendekatan, yaitu: pendekatan keruangan, ekologi, kompleksitas wilayah. Fenomena geosfer pada hakikatnya terdiri dari tiga paham utama, seperti yang dikemukakan oleh Arfie (2009) bahwa :

Kemampuan fenomena geosfer pada hakikatnya ada tiga paham utama, yaitu: a. Paham *deterministic* (faktor alam mempengaruhi manusia) b. *Posibilistik* (faktor manusia mempengaruhi alam) c. *Probalistik* (faktor alam dan manusia sama-sama memberikan kemungkinan terbentuknya fenomena geosfer).

Paham deterministik merupakan paham yang berpendapat bahwa faktor alam dapat mempengaruhi manusia. Dalam kaitannya dengan paham deterministik ada kemungkinan alam dapat mempengaruhi kehidupan manusia, tidak hanya terhadap

kebiasaan, karakter, serta kebudayaan saja, bahkan lebih jauh lagi ada kemungkinan dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani.

Lingkungan merupakan suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, keduanya merupakan satu kesatuan yang terintegrasi satu sama lain. Terdapat banyak perbedaan antara satu daerah dengan daerah lainnya baik dari segi ketinggian, medan alam, suhu, iklim, bahkan jenis topografi alamnya.

Kebugaran jasmani menurut ahli faal sebagai kemampuan seseorang untuk melakukan satu tugas khas yang memerlukan kerja muskular di mana kecepatan dan ketahanan merupakan kriteria utama. Kebugaran jasmani dapat memberikan kemudahan pada seseorang dalam melakukan serangkaian tugas gerak tubuhnya yang menjadi bagian aktivitas dalam hidupnya. Giriwijoyo, dkk (2004:21) menjelaskan sebagai berikut :

Kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya.

Tingkat kebugaran jasmani orang yang berada di daerah pegunungan ada kemungkinan lebih tinggi di bandingkan dengan orang-orang yang berada di daerah perkotaan, kebugaran jasmani sangat berhubungan dengan ergosistema primer dan ergosistema sekunder karena dua hal tersebut merupakan komponen dari kebugaran jasmani seperti yang dikemukakan oleh Santosa Giriwijoyo (149 : 2007) bahwa :

Dilihat dari sudut pandang ilmu faal olahraga, komponen kebugaran jasmani terdiri dari : kemampuan/kualitas dasar ES I: kelentukan (fleksibilitas), kekuatan otot, daya tahan otot, koordinasi fungsi otot, dan kemampuan/ kualitas dasar ES II: daya tahan umum/ketahanan fisik fungsional.

Dari kutipan di atas dapat diuraikan bahwa komponen kebugaran jasmani merupakan kualitas kemampuan dari ergosistema primer dan ergosistema sekunder,

sedangkan motor ability atau kemampuan gerak dasar ditentukan oleh komponen-komponen ergosistema primer dan ergosistema sekunder.

SMPN 2 Cikajang Garut yang kegiatan pembelajaran penjasnya mengacu kepada kurikulum yang dibuat pemerintah, akan tetapi yang membedakannya adalah sekolah mereka berada pada ketinggian, mayoritas penduduk di pegunungan bekerja sebagai pemetik teh dan petani yaitu suatu pekerjaan yang dilakukan di lading sawah untuk bercocok tanam yang dimana untuk sampai ketempat mereka harus berjalan kaki melewati bukit dan pematang sawah ataupun perkebunan teh.

Sedangkan di SMPN 45 Bandung kegiatan pembelajaran penjasnya sama halnya seperti sekolah-sekolah umum lainnya, mengacu kepada program pemerintah. Fasilitas-fasilitas yang sudah lumayan kumplit untuk sebuah sekolah menengah pertama di daerah bandung, untuk menunjang semua kebutuhan siswa-siswi dalam pembelajaran penjas, ditambah guru-gurunya yang sudah bersertifikasi mengubah antusiasme siswa-siswi menjadi lebih semangat mengikuti pembelajaran penjas di SMPN 45 Bandung.

Mengacu kepada latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis ingin meneliti tentang “Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Perilaku Sosial Antara Siswa Smp Di Daerah Pedesaan Dengan Siswa Di Perkotaan.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan dalam latar belakang masalah, maka permasalahan dapat diidentifikasi yakni:

1. Apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani antara siswa SMP di daerah pedesaan dengan di perkotaan?
2. Apakah terdapat perbedaan Perilaku Sosial antara siswa SMP di daerah pedesaan dengan di perkotaan?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani dan perilaku sosial antara siswa SMP di daerah pedesaan dengan di perkotaan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan jawaban yang telah dirumuskan mengacu pada latar belakang dan rumusan masalah yang peneliti ajukan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani antara siswa di daerah pedesaan dan perkotaan.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat perilaku sosial antara siswa di daerah pedesaan dan perkotaan.
3. Untuk mengetahui siswa manakah yang lebih baik kebugaran jasmani dan perilaku sosial antara siswa di daerah pedesaan dan perkotaan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pihak lainnya. Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan oleh penulis melalui penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Penulis

Dengan adanya penelitian ini, penulis dapat mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan perilaku sosial siswa di tiap-tiap sekolah dasar dan juga sebagai penambahan pengetahuan bagi penulis.

2. Bagi Siswa SMP

Untuk mempertahankan dan meningkatkan kemampuan atau tingkat kebugaran jasmani dan perilakunya. Sebagai bahan kesiapan bagi siswa agar lebih paham mengenai tingkat kebugaran jasmani dan kemampuan masing-masing siswa untuk bersosialisasi pada setiap daerah.

3. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini merupakan bahan rujukan dan masukan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan studi.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

4. Bagi Sekolah

Sebagai bahan pertimbangan pihak sekolah untuk memperhatikan dan memanfaatkan lingkungan sebagai sarana peningkatan kebugaran jasmani bagi siswa dan mengerti keadaan siswa sesuai dengan kondisi lingkungannya.

5. Bagi Guru

Bahan pengetahuan dan wawasan dalam mengajar dan mengetahui karakter para siswa.

E. Batasan Masalah

Agar ruang lingkup penelitian ini menjadi terarah pada tujuan yang akan dicapai, maka penelitian ini hanya terbatas pada:

1. Perbandingan tingkat kebugaran jasmani siswa SMPN 2 Cikajang Garut dan siswa SMPN 45 Bandung.
2. Pengaruh perilaku sosial dari setiap siswa di masing-masing sekolah?
3. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani dan perilaku sosial antara siswa di daerah pedesaan dan perkotaan.
4. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 2 Cikajang Garut dan siswa SMPN 45 Bandung.
5. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII dari setiap sekolah.
6. Penelitian ini mengarah pada mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMPN 2 Cikajang Garut dan siswa SMPN 45 Bandung.
7. Lokasi penelitian:
 Penelitian ini akan dilaksanakan di wilayah SMPN 2 Cikajang Garut JL. Ngamplang Kp. Kubang Badak Kec. Cikajang Kab. Garut dan SMPN 45 Bandung jl. Yogyakarta No. 01 Antapani Bandung.
8. Metode yang digunakan adalah metode ex post facto.
9. Instrumen penelitian menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia untuk kebugaran jasmani dan Tes Angket untuk perilaku sosial.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

F. Anggapan Dasar

Anggapan dasar diperlukan sebagai pegangan dalam proses penelitian, anggapan dasar merupakan suatu titik tolak pendapat dalam melihat suatu bahasa dengan menelusuri gejala yang akan diamati dalam suatu penelitian atau sebagai titik tolak dari proses yang dilakukan dalam penelitian dan harus didasarkan atas kebenaran yang telah diyakini oleh para peneliti. Dalam hal ini Arikunto (2006: 24) menjelaskan bahwa “Anggapan dasar adalah sesuatu yang diyakini kebenarannya oleh peneliti yang akan berfungsi sebagai hal-hal yang dipakai untuk tempat berpijak bagi peneliti didalam melaksanakan penelitiannya.”

Setiap manusia berhak memiliki kebugaran jasmani, karena dalam kehidupan sehari-hari setiap manusia harus menjalaninya dengan keadaan tubuh yang bugar agar tidak terjadi kelelahan yang berlebihan, seperti yang diungkapkan oleh Dwiyogo dan Sulistyorini (1994:10), bahwa: “Kesegaran jasmani adalah kemampuan tubuh untuk dapat melakukan tugas sehari-hari dengan semangat, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan, dan dengan penuh energi melakukan dan menikmati kegiatan waktu luang.”

Yang dikatakan oleh Rika Haryanto bagian ilmu faal Fakultas Kedokteran atma jaya, bahwa:

“Dasar pemikiran mengapa berlatih diketinggian dapat meningkatkan prestasi, hal ini adalah kapasitas aerobik yaitu keadaan hipoksia. Hipoksia yang terjadi di ketinggian diduga dapat merangsang pembentukan eritrosit sehingga meningkatkan kapasitas angkut oksigen. Dengan peningkatan kapasitas angkut oksigen, maka kapasitas aerobik meningkat.”

Dengan begitu kebugaran jasmani tiap individu di daerah pedesaan akan tetap terjaga bahkan meningkat.

Apabila melihat penduduk di daerah ini yang cukup padat dan ruang gerak yang sempit, sehingga tingkat mobilitas jasmani mereka akan lebih kurang jika di bandingkan dengan individu-individu yang berada di daerah pegunungan. Secara tidak

sadar akan mempengaruhi anak untuk melakukan tugas gerak demi mencapai kebugaran jasmani dan motor ability yang baik.

Aktivitas siswa yang berada didaerah pedesaan akan berbeda dengan aktivitas siswa yang berada di perkotaan, oleh karena itu ada kemungkinan perbedaan aktivitas tersebut dapat berpengaruh terhadap motor ability mereka karena secara tidak langsung aktivitas mereka merupakan bagian dari suatu proses latihan.

Dari pembahasan diatas terlihat bahwa penduduk di daerah pedesaan lebih baik tingkat kebugaran jasmaninya di bandingkan dengan tingkat kebugaran jasmani penduduk di perkotaan.

Sedangkan untuk prilaku sosialnya Surjono Sukamto (1982). Mengatakan bahwa ciri-ciri khas desa berdasarkan kondisi masyarakatnya,antara lain:

- a. Warga masyarakat pedesaan memiki hubungan kekerabatan yang kuat, karena umumnya berasal dari satu keturunan. Karena itu biasanya dalam suatu wilayah pedesaan, antara sesama warga masyarakat masih memiliki hubungan keluarga atau saudara.
- b. Karena mereka berasal dari satu keturunan, maka corak kehidupannya bersifat *gameinschaft*, yaitu diikat oleh sistem kekeluargaan yang kuat. Selain itu penduduk desa juga merupakan masyarakat yang bersifat *face to face group*, artinya bahwa antara penduduk yang satu dengan yang lainnya saling mengenal.

Wirth, mendefinisikan kota sebagai “pemukiman yang relatif besar, padat dan permanen, dihuni oleh orang-orang yang heterogen kedudukan sosialnya. Akibatnya hubungan sosialnya menjadi longgar acuh dan tidak pribadi (*impersonal relation*).

Sedangkan zoelyer berpendapat bahwa dalam interaksi pada masyarakat perkotaan lebih kita kenal dengan yang namanya *gesseslchaft* yaitu kelompok patembayan. Yang mana ada hubungan timbal balik dalam bentuk perjanjian-perjanjian tertentu yang orientasinya adalah keuntungan atau pamrih. Sehingga hubungan yang terjadi hanya seperlunya saja.

Dari pembahasan diatas terlihat bahwa penduduk di daerah pedesaan lebih baik tingkat kebugaran jasmaninya dan perilaku sosialnya di bandingkan dengan tingkat kebugaran jasmani dan perilaku sosial penduduk di perkotaan.

G. Penjelasan Istilah

Berikut merupakan beberapa istilah yang di gunakan dalam penelitian, yaitu:

1. Tingkat kebugaran jasmani menurut Karhiwikarta, (1991) : “ Kebugaran Jasmani pada hakikatnya merupakan suatu kondisi tubuh yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk melakukan pekerjaan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dengan baik maupun melakukan pekerjaan yang tidak terduga.” Kebugaran jasmani mempunyai arti penting bagi anak usia sekolah, antara lain dapat meningkatkan fungsi organ tubuh, sosial emosiaonal, sportivitas, dan semangat kompetisi. Bahkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa : kebugaran jasmani mempunyai hubungan positif dengan prestasi akademis (Iskandar, dkk : 1999).
2. Perilaku sosial amat sangat di butuhkan oleh anak terhadap lingkunagnnya. Mengutip pendapat Krech et al (1982) dari Tesis yang ditulis ibu Oom Rohmah (2010:13), menyatakan ada 12 sifat respon antar pribadi yang di klasifikasi kedalam tiga kategori yaitu:
 - a) **Role dispositions** (kecenderungan prilaku peran) terdiri dari:
 - 1) Ascendance (social timidity). Sifat pemberani dan pengecut secara sosial.
 - 2) Dominance (submissiveness). Sifat berkuasa dan dan sifat patuh.
 - 3) Social initiative (social passivity). Sifat inisiatif dan pasif secara sosial.
 - 4) Independence (dependence). Sifat mandiri dan tergantung.
 - b) **Sociometric dispositions** (kecenderungan prilaku dalam hubungan sosial) terdiri dari:
 - 1) Accepting of other (rejecting of other). Dapat diterima dan ditolak oleh orang lain.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

- 2) Sociability (unsociability). Suka bergaul atau tidak suka bergaul.
 - 3) Friendliness (unfriendliness). Sifat ramah dan tidak ramah.
 - 4) Sympathetic (unsympathetic). Simpatik dan tidak simpatik.
- c) **Expressive dispositions** (kecenderungan perilaku ekspresif) terdiri dari:
- 1) Competitiveness (non competitiveness). Sifat suka bersaing dan tidak suka bersaing (kerjasama).
 - 2) Aggressiveness (non aggressiveness). Sifat agresif dan tidak agresif.
 - 3) Self consciousness (social pois). Sifat kalem atau tenang secara sosial.
 - 4) Exhibitionistic (self effacing). Sifat suka pamer atau menonjolkan diri.
3. “Daerah pegunungan adalah wilayah yang berbukit-bukit dengan ketinggian di atas 500 mdpl. Supriatna (2006:3).” Lingkungan merupakan suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, keduanya merupakan satu kesatuan yang terintegrasi satu sama lain. Terdapat banyak perbedaan antara satu daerah dengan daerah lainnya baik dari segi ketinggian , medan alam, suhu, iklim, bahkan jenis topografi alamnya.
 4. SMPN 2 Cikajang-Garut termasuk kedalam wilayah dataran tinggi dengan ketinggian wilayah 1310 meter dari atas permukaan laut dengan suhu udara 19 - 26C sehingga cocok untuk wilayah pertanian, perkebunan dan peternakan, yaitu suatu pekerjaan yang dilakukan di ladang sawah untuk bercocok tanam yang dimana untuk sampai ketempat meraka harus berjalan kaki melewati bukit dan pematang sawah ataupun perkebunan teh. Pembelajarannya yang mengacu kepada program pemerintah seperti sekolah lain pada umumnya.
 5. SMPN 45 Kota Bandung Fasilitas-fasilitas yang sudah lumayan lengkap untuk sebuah sekolah menengah pertama di daerah bandung, untuk menunjang semua kebutuhan siswa-siswi dalam pembelajaran penjas, ditambah guru-gurunya yang sudah bersertifikasi mengubah antusiasme siswa-siswi menjadi lebih semangat mengikuti pembelajaran penjas di SMPN 45 Bandung.