

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang bidangnya sangat luas, yang terfokus pada peningkatan kualitas gerak insani (*human movement*), tetapi secara khusus pendidikan jasmani menghubungkan antara gerak insani dengan pendidikan, hubungan itu termasuk dalam pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang mengembangkan secara menyeluruh dalam hal kualitas fisik, mental maupun emosional seseorang.

Pendidikan jasmani memiliki kontribusi yang bermakna ketika pengalaman-pengalaman dalam pendidikan jasmani berkaitan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh. Apabila pengalaman dalam pendidikan jasmani tidak memberikan kontribusi pada kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmani-nya.

Kajian pendidikan jasmani yang kompleks telah memberikan peran yang penting terhadap kualitas hidup manusia, hal demikian tentunya selaras dengan tujuan dari pendidikan, pendidikan jasmani yang mencakup seluruh aspek (kognitif, afektif dan psikomotor) akan memiliki peran yang besar dalam peningkatan dan pengembangan peserta didik dari segala aspek yang akan berdampak positif. Dampak yang positif akan memberikan manfaat bagi kehidupan peserta didik, maupun lingkungan sekolah dan masyarakat.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk jenjang SMP / MTs adalah sebagai berikut: a). Permainan dan olahraga, b). Aktivitas pengembangan (komponen kebugaran jasmani), c). Aktivitas senam, d). Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya (termasuk senam *line dance* dan senam jumat bersih dan sehat), e). Aktivitas air, dan f). Kesehatan.

Apabila dilihat dari ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan salah satunya meliputi aktivitas ritmik atau senam irama.

**Nuraeni Septiawati, 2013**

Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Line Dance Dengan Senam Jumat Bersih Dan Sehat Terhadap Kesenangan Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMP Negeri 29 Bandung  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Aktivitas ritmik merupakan istilah baru dalam khasanah peristilahan pendidikan jasmani di Indonesia, karena sebelumnya kehadiran aktivitas ritmik diwakili oleh senam irama. Nama aktivitas ritmik secara tegas diangkat oleh Kurikulum 2004 (Kurikulum Berbasis Kompetensi/KBK), sebagai salah satu aktivitas yang masuk ke dalam ruang lingkup pembelajaran penjas. Senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak termasuk dalam senam irama, dalam gerakan-gerakannya senam irama melibatkan seluruh anggota badan bergerak sehingga sesuai dengan program pendidikan jasmani, yang tidak hanya mengutamakan tuntutan fisik, tetapi juga kognitif, sosial, dan emosional. Dengan itu, secara tidak langsung aktivitas ritmik dapat berpengaruh terhadap emosional siswa terutama mengenai kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Menurut Mahendra (2008:3) mengemukakan bahwa: “Senam irama atau aktivitas ritmik adalah rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semata-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan di luar musik”. Dapat diartikan bahwa senam irama sangatlah berkaitan dengan tarian atau dansa dan juga dengan iringan musik.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah antara senam jumat bersih dan sehat (jumsihat) dan senam *line dance* yang merupakan bagian dari senam irama atau aktivitas ritmik dapat memberikan pengaruh terhadap kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani karena walaupun kedua senam tersebut merupakan aktivitas ritmik, tetapi aliran dari kedua gerakan senam irama ini berbeda. Apabila senam jumat bersih dan sehat (jumsihat) memiliki hakikat gerakan pola gerak yang teratur dan didasari dengan gerakan pencak silat, sedangkan senam *line dance* merupakan senam yang memiliki gerakan dansa dengan gerakan dasar cha-cha.

Senam jumat bersih dan sehat (jumsihat) terdiri dari: 1) gerakan pemanasan, 2) gerakan inti, dan 3) gerakan pendinginan. Sedangkan senam *line dance* merupakan senam yang gerakan dasarnya adalah gerakan dansa dengan pergerakan dan ketukan tertentu yang dilakukan secara berulang-ulang, sehingga

selain fisik dan afektif juga akan mempengaruhi pada kognitif siswa karena gerakannya dilakukan secara berulang-ulang. Jenis gerakan yang sederhana membuat senam *line dance* ini, dapat dipelajari oleh berbagai kalangan, baik di ruang lingkup sekolah (SD, SMP, dan SMA) maupun masyarakat luas baik lelaki maupun perempuan.

Senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak, baik perkembangan secara fisikal, kognitif, emosional, maupun sosial. Perkembangan emosional termasuk dalam domain afektif, yang paling penting adalah konsep diri, rentang perhatian, stress, penggunaan waktu luang, sikap, dan nilai. Aktivitas dalam pendidikan jasmani harus dirancang untuk memberikan pengalaman sukses kepada anak termasuk dalam aktivitas ritmik. Karena itu akan memungkinkan anak untuk merasa berhasil. Aktivitas dalam pendidikan jasmani harus mendorong keberhasilan sehingga setiap anak dapat memiliki perasaan senang atau gembira yang akan menimbulkan perasaan yang nyaman dengan gerakan aktivitas yang dilakukan.

Perasaan atau emosi merupakan luapan rasa yang dimiliki oleh orang termasuk siswa. Perasaan dapat menggambarkan suasana hati seseorang pada saat diam ataupun saat melakukan suatu aktivitas yang berdampak pada sikap yang dikeluarkan baik positif maupun negatif begitu pula dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dengan melalui aktivitas ritmik yaitu senam *line dance* dan senam jurnalistik, respon yang keluar akan tampak ketika mereka diberikan perlakuan.

Adapun penulis mengutip pendapat dari Ahmadi yang diambil dari: <http://weblogask.blogspot.com/2012/07/pandangan-ahli-dan-pengertian-emosi.html>. Menurut Ahmadi (2003:101), menyatakan bahwa :

Emosi atau perasaan ialah suatu keadaan kerohanian atau peristiwa kejiwaan yang kita alami dengan senang atau tidak senang dalam hubungannya dengan peristiwa mengenal dan bersifat subyektif. Unsur-unsur emosi/perasaan antara lain : (a) bersifat subyektif daripada gejala mengenal, (b) bersangkut paut dengan gejala mengenal, (c) perasaan dialami sebagai rasa senang atau tidak senang, yang tingkatannya tidak sama.

Perasaan senang atau tidak senang timbul karena adanya rangsangan dari luar maupun dari dalam, begitu pula dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, anak akan merasa senang atau tidak senang tergantung pada cara penyampaian pendidik dan juga materi yang diberikan. Salah satunya materi yang dipelajari dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah aktivitas ritmik, dalam penelitian ini peneliti akan memberikan dua buah aktivitas ritmik yang memiliki dasar gerak yang berbeda kepada siswa lalu bagaimana pengaruhnya pada kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Menurut Scanlan *et al.* (1993, p.6) dalam Wiersma (2001:154) bahwa: *“Enjoyment as “a positive affective response to the sport experience that reflects generalized feelings such as pleasure, liking, and fun”*. Sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa kesenangan akan menimbulkan respon afektif yang positif terhadap pengalaman berolahraga sehingga akan menimbulkan perasaan secara menyeluruh, seperti kesenangan dan gembira.

Dapat dijelaskan kembali bahwa pendidikan jasmani memiliki bidang kajian yang luas, pendidikan yang dapat menyentuh seluruh aspek baik dari fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Perkembangan emosi sangatlah penting bagi siswa, karena perkembangan emosi siswa dalam domain afektif, akan berperan atas perkembangan konsep diri, rentang perhatian, tingkat stress, penggunaan waktu luang sikap, dan nilai yang diambil oleh siswa.

Pemberian pengalaman sukses pada siswa, akan mengembangkan emosi termasuk juga kesenangan siswa. Adapun pengalaman tersebut dapat dicapai dengan melakukan gerakan-gerakan yang dilakukan siswa dalam mempelajari pembelajaran pendidikan jasmani melalui aktivitas ritmik. Walaupun peneliti hanya ingin mengetahui tingkat kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Menurut Mahendra (2005:17) dalam bukunya “Permainan dan Aktivitas Ritmik” mengemukakan bahwa: “Pengembangan sikap dan nilai positif terhadap partisipasi aktivitas olahraga berasal dari pengalaman yang memberikan makna dalam setiap faktor yang berhubungan dengan perkembangan emosi anak-anak”. Pengalaman dalam aktivitas olahraga akan mengembangkan emosi anak secara

positif, oleh karena itu guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus memahami bukan hanya dari sudut fisiologis, tetapi psikologis juga harus dipahami. Sebab masih banyak guru pendidikan jasmani yang belum memahami dan menerapkan aspek psikologis olahraga dalam proses pembelajarannya, sehingga peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani para siswa belum seperti yang diharapkan. Maka dari itu, aktivitas ritmik yang didasari dengan irama akan dapat mengurangi tingkat stress siswa dan mengembangkan emosi positif siswa sehingga dengan timbulnya rasa senang serta akan dapat meningkatkan kualitas kehidupan siswa sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan pertimbangan diatas, peneliti menetapkan rencana untuk melakukan penelitian yaitu: “Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Senam *Line Dance* dengan Senam Jumat Bersih dan Sehat terhadap Kesenangan Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 29 Bandung.”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas , maka peneliti mengajukan perumusan masalah penelitian, yaitu: “Adakah perbedaan pengaruh pembelajaran senam *line dance* dengan senam jumat bersih dan sehat terhadap kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMP Negeri 29 Bandung?”.

### **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 “Untuk mengetahui perbedaan pengaruh pembelajaran senam *line dance* dengan senam jumat bersih dan sehat terhadap kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMP Negeri 29 Bandung.”

#### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut :

##### 1. Secara Teoritis

- a. Senam *line dance* dan senam jumat bersih dan sehat dapat digunakan sebagai masukan materi ajar dalam pembelajaran aktivitas ritmik.
- b. Dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan senam terutama pada pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah.

##### 2. Secara Praktis

- a. Sebagai bahan pembelajaran aktivitas ritmik antara senam *line dance* dan senam jumat bersih dan sehat agar dapat mengembangkan emosi positif siswa dalam mengikuti pembelajaran.
- b. Sebagai gambaran dan rujukan bagi guru pendidikan jasmani tentang pembelajaran aktivitas ritmik yang baru, yaitu senam *line dance* dan senam jumat bersih dan sehat.
- c. Sebagai bahan masukan kepada lembaga-lembaga pendidikan terhadap kualitas pembelajaran penjas, khususnya pada pembelajaran aktivitas ritmik di SMP Negeri 29 Bandung.

#### E. Batasan Masalah

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

1. Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan salah satunya adalah pembelajaran aktivitas ritmik.
2. Aktivitas ritmik merupakan rangkaian gerakan senam yang dilakukan dengan gerakan langkah-langkah serta ayunan lengan dan sikap badan dengan diiringi suatu irama atau musik.
3. Senam *line dance* dan senam jumat bersih dan sehat merupakan bagian dari pembelajaran aktivitas ritmik.

Nuraeni Septiawati, 2013

Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Line Dance Dengan Senam Jumat Bersih Dan Sehat Terhadap Kesenangan Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMP Negeri 29 Bandung  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Emosi adalah keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (sifat: kegembiraan, kesedihan, keharusan dan kecintaan).
5. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Senang adalah puas dan lega, tanpa rasa susah dan kecewa.
6. Mengutip dari disertasi Budiana (2012:84), menurut Scanlan dan Lewthwaite (1986) menyatakan bahwa: “kesenangan berolahraga merupakan kerangka kerja yang melandasi seseorang melaksanakan aktivitas olahraga yang dimensinya meliputi: persepsi diri, kesenangan yang ditimbulkan dari guru, interaksi, keterlibatan orang tua, kompetensi diri, kesenangan yang berasal dari kegiatan penjas”.
7. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pembelajaran aktivitas rimik senam *line dance* dan senam jumsihat, dan variabel terikatnya adalah kesenangan siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMP Negeri 29 Bandung.
8. Populasi yang diteliti adalah siswi SMP Negeri 29 Bandung.
9. Sampel yang diteliti dalam penelitian adalah siswi SMP Negeri 29 Bandung dari kelas VIII.
10. SMP Negeri 29 Bandung merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri yang berada di kota Bandung.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah:

**BAB I Pendahuluan.** Pada bab ini berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, dan sistematika penulisan.

**BAB II Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian.** Pada bab ini berisikan tentang teori-teori yang digunakan pada bahan analisis masalah. Teori diambil dari berbagai literatur yang berkaitan dengan pembahasan masalah yang diteliti. Kerangka pemikiran merupakan pendapat dari

peneliti mengenai yang akan diteliti dengan diimbangi teori-teori, serta pengambilan hipotesis didasarkan pada rumusan masalah yang diajukan peneliti.

**BAB III Metode Penelitian.** Pada bab ini berisikan tentang cara yang akan digunakan peneliti dalam mendukung pengolahan data yang didapat setelah melakukan penelitian.

**BAB IV Hasil Pengolahan dan Analisis Data.** Pada bab ini berisikan hasil dari pengolahan data, yang hasilnya digunakan sebagai jawaban pada penelitian yang telah dilakukan.

**BAB V Kesimpulan dan Saran.** Pada bab ini berisikan tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan serta berisikan saran-saran yang membangun sebagai acuan terhadap penelitian selanjutnya.