

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari sistem pendidikan yang telah ditetapkan oleh pemerintah dalam kurikulum sebagai pelajaran yang harus dilaksanakan oleh sekolah dan disampaikan kepada peserta didik. Pendidikan Jasmani merupakan salah satu kebutuhan bagi manusia karena terdapat serangkaian aktivitas yang ada didalam kehidupan sehari-hari dan mampu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani. Dalam pendidikan jasmani tidak hanya kecabangan olahraga saja tetapi terdapat aktivitas jasmani seperti yang dijelaskan oleh Mahendra (2015, hlm. 40) “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”. Dalam proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tujuan yang harus dicapai, seperti yang dikemukakan oleh Wiarto (2015) bahwa:

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah bagian integral dan pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. (hlm. 4)

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk lebih aktif terlibat dalam segala bentuk gerak yang mengarah kepada aktivitas jasmani, salah satu pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar yaitu *net games*. Menurut Mitchell dkk (dalam Aliaferro, 2015) “*In net games teams or individual players score by hitting a ball into a court space with sufficient accuracy and power that opponents cannot hit it back before it bounces once (as in badminton or volleyball) or twice (as in tennis or racquetball)*”. Yang berarti bahwa dalam permainan net pemain individu atau tim memperoleh skor dengan cara memukul bola pada wilayah lapangan dengan menggunakan kekuatan dan

ketepatan agar lawan tidak bisa mengembalikan sebelum bola jatuh dengan sekali pantulan (seperti badminton dan bola voli) atau dua kali pantulan (seperti tenis).

Namun berdasarkan hasil pengamatan di lapangan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar masih ada beberapa yang belum mencapai tujuan pendidikan jasmani terutama pada saat pembelajaran *net games*, seperti dalam hal pemahaman siswa terhadap keterampilan gerak rendah sehingga dalam melakukan tugas gerak siswa masih belum bisa mencapai keterampilan gerak yang maksimal, kebugaran jasmani yang dimiliki siswa masih rendah, sehingga dalam pembelajaran permainan net siswa masih kurang menguasai keterampilan gerak karena tingkat kebugaran jasmani seseorang akan berpengaruh pada hasil belajar siswa. Penyebab dari permasalahan tersebut yaitu model pembelajaran yang disampaikan oleh guru kurang berinovatif cenderung monoton masih menggunakan cara mengajar tradisional dan ini berakibat pada siswa seperti semangat serta antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani masih rendah siswa merasa lebih cepat bosan, siswa cenderung banyak bercanda dengan teman pada saat proses pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa belum maksimal.

Dalam menghadapi permasalahan tersebut peneliti mencoba untuk memberikan model pembelajaran berbasis masalah atau yang lebih dikenal dengan *Problem Based Learning* karena dengan menerapkan model tersebut guru akan memberikan suatu permasalahan gerak lalu siswa memecahkan permasalahan tersebut secara mandiri. Sesuai pendapat yang dikemukakan menurut Bethell & Morgan (Setiawan, 2018) menjelaskan “*Because problem based learning is a learning model, where physical education teachers provide a problem and give students the freedom to learn to solve problems and find solutions to the problem independently*”。“Karena pembelajaran berbasis masalah adalah model pembelajaran, di mana guru pendidikan jasmani memberikan masalah dan memberikan siswa kebebasan untuk belajar menyelesaikan masalah dan menemukan solusi untuk masalah tersebut secara mandiri”.

Dalam konteks pendidikan jasmani *Problem Based Learning* sering disebut dengan *Movement Problem Based Learning* atau pembelajaran berbasis masalah gerak. Dengan memberikan model pembelajaran berbasis masalah gerak dalam

pembelajaran pendidikan jasmani akan dirancang masalah-masalah gerak agar siswa mampu memecahkan dan menyelesaikan masalah gerak dengan tujuan siswa yang tidak memiliki ketrampilan gerak akan tetap ikut berpartisipasi dalam proses pembelajaran semua siswa akan terlibat dalam proses pembelajaran dan tidak ada yang diam dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung, Apabila semua itu terlaksana dengan baik maka proses pembelajaran akan berlangsung dengan efektif dan akan berpengaruh pada tingkat keterampilan gerak siswa serta antusias siswa dalam belajar sehingga siswa akan aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar terutama pada saat pembelajaran *net games* berbagai pengalaman belajar diterima oleh siswa secara sistematis. Pengalaman belajar di tujukan untuk mengarahkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar. Tingkat kebugaran jasmani seseorang akan berpengaruh pada hasil belajar siswa karena dengan memiliki kebugaran jasmani baik maka siswa tidak akan mengalami kelelahan saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani sehingga pencapaian hasil belajar akan maksimal seperti yang dikemukakan oleh Tarigan (2016, hlm. 30) “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”.

Dari pengertian di atas kebugaran jasmani dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani yaitu kesanggupan tubuh untuk melakukan aktivitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti dengan penuh kesadaran dalam melakukan kegiatan. Siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang baik maka akan mudah dalam mengikuti belajar. Oleh karena itu kebugaran jasmani sangat penting dimiliki oleh setiap peserta didik agar mereka selalu siap melakukan aktivitas di sekolah maupun di luar sekolah tanpa merasa kelelahan serta menunjang untuk mencapai prestasi belajar yang diraih. Siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang baik maka akan mudah dalam mengikuti belajar. Hal ini sangat penting, mengingat siswa belajar berkaitan

erat dengan kebugaran jasmani sehingga siswa akan merasa percaya diri ketika melakukan tugas gerak dan mencapai hasil belajar yang diharapkan.

Penelitian yang dilakukan oleh I Wayan Wijaya Kusuma, Wahjoedi, I Made Kusuma Wijaya pada tahun 2017 dengan judul “Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Masalah (Problem Based Learning) Terhadap Hasil Belajar Bola Voli”. Metode penelitian yang digunakan eksperimen. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis masalah berpengaruh signifikan ( $p < 0,05$ ) terhadap peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sukasada tahun pelajaran 2016/2017. Berdasarkan kesimpulan dari penelitian terdahulu maka peneliti mencoba untuk melaksanakan penelitian di Sekolah Dasar tentang keterampilan bermain dalam bulutangkis diharapkan dapat memberikan hasil yang baik terutama mengatasi permasalahan yang ada di sekolah saat pembelajaran pendidikan jasmani. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pembelajaran *Net Games* Berbasis Masalah Gerak Terhadap Kebugaran Jasmani dan Keterampilan Bermain”.

## 1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah penelitian yaitu:

1. Gaya mengajar yang disampaikan oleh guru yang masih menggunakan gaya mengajar tradisional yaitu gaya komando yang artinya hanya mengandalkan satu instruksi dari guru. Solusi dari masalah tersebut peneliti mencoba memberikan model *problem based learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki siswa masih rendah.
3. Dalam pembelajaran permainan net siswa masih kurang menguasai keterampilan bermain.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di jelaskan di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran net games berbasis masalah gerak terhadap kebugaran jasmani?

Dina Mardiana, 2019

**PENGARUH PEMBELAJARAN NET GAMES BERBASIS MASALAH GERAK  
TERHADAP KEBUGARAN JASMANI KETERAMPILAN BERMAIN**

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

2. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran net games berbasis masalah gerak terhadap keterampilan bermain?
3. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran konvensional terhadap kebugaran jasmani?
4. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran konvensional terhadap keterampilan bermain?
5. Manakah yang lebih berpengaruh antara pembelajaran *net games* berbasis masalah gerak terhadap kebugaran jasmani dan pembelajaran *net games* berbasis masalah gerak terhadap keterampilan gerak?

Penelitian ini terfokus pada model pembelajaran yang diterapkan dalam pendidikan jasmani yaitu model pembelajaran berbasis masalah gerak (*problem based learning*) melalui pembelajaran *net games*.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Dalam penelitian ini perlu adanya tujuan yang berfungsi sebagai acuan terhadap masalah yang akan diteliti, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini sebagai berikut:

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menambah wawasan bagi peneliti maupun wawasan bagi pembaca, tentang strategi pembelajaran *net games* berbasis masalah terhadap kebugaran jasmani dan keterampilan bermain, sehingga dapat diterapkan oleh guru pendidikan jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pembelajaran *net games* berbasis masalah terhadap kebugaran jasmani.
2. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran net games berbasis masalah gerak terhadap keterampilan bermain.
3. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pembelajaran konvensional terhadap kebugaran jasmani.
4. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pembelajaran konvensional terhadap keterampilan bermain.

5. Untuk mengetahui manakah yang lebih berpengaruh antara pembelajaran *net games* berbasis masalah gerak terhadap kebugaran jasmani dan pembelajaran *net games* berbasis masalah gerak terhadap keterampilan gerak.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian akan bermanfaat bagi pihak-pihak terkait dalam penelitian ini, berikut manfaat penelitian yang dilakukan:

##### **1.4.1 Dilihat dari Segi Teori**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pembelajaran *net games* berbasis masalah terhadap kebugaran jasmani dan keterampilan bermain serta menjadi solusi dalam pembelajaran pendidikan jasmani ke depannya untuk mengembangkan model dan media pembelajaran.

##### **1.4.2 Dilihat dari Segi Kebijakan**

Adapun kebijakan lembaga seperti sekolah dan dinas:

1. Sekolah : Kebijakan sekolah mengirimkan guru untuk mengikuti pelatihan tentang model-model pembelajaran dalam pendidikan jasmani dan menyediakan sarana pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Dinas : Pemerintah membuat kebijakan yang diharapkan dapat meningkatkan pendidikan yaitu seperti kebijakan Bantuan Operasional Sekolah (BOS), melengkapi fasilitas dan sarana prasana pembelajaran di sekolah.

##### **1.4.3 Dilihat dari Segi Praktik**

Diharapkan dengan pembelajaran *net games* berbasis masalah dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan bermain, maka dari itu penelitian ini sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program pembelajaran penjas, sekaligus untuk merancang program terutama dalam peningkatan kebugaran jasmani dan keterampilan bermain agar dalam memberikan pelajaran lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.

#### **1.4.4 Dilihat dari Segi Isu serta Aksi Sosial**

Bagi masyarakat, sebagai tambahan referensi pengetahuan tentang pengaruh pembelajaran net games berbasis masalah dalam peningkatan kebugaran jasmani dan keterampilan bermain. Dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian yang akan datang, memperkuat teori atau pendapat tentang pembelajaran net games berbasis masalah dalam peningkatan kebugaran jasmani dan keterampilan bermain.

#### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi Skripsi menyajikan urutan bab dalam penyusunan Skripsi yang terdiri dari lima bab. Adapun uraian dari masing-masing bab adalah sebagai berikut:

1. BAB I Pendahuluan

Bab ini berisi tentang menguraikan latar belakang penelitian berkaitan dengan fenomena yang diamati sesuai fakta dan permasalahan dilapangan, mencari gagasan tentang topik penelitian yang akan dilakukan, menentukan tujuan dan harapan yang dari hasil penilitian.

2. BAB II Kajian Pustaka

Bab ini berisi tentang kajian teori-teori yang terdiri dari kajian pustaka, kerangka berfikir dan hipotesis.

3. BAB III Metode Penelitian

Bab ini berisi tentang deskripsi metode penelitian, populasi dan sample penelitian, desain penelitian, metode penelitian, prosedur penelitian, variabel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

4. BAB IV Temuan dan Pembahasan

Bab ini berisi tentang hasil penelitian yang telah dicapai meliputi pengolahan data serta analisis temuan dan pembahasannya.

5. BAB V Kesimpulan dan Saran

Bab ini berisi tentang kesimpulan terhadap hasil analisis temuan dari penelitian dan saran peneliti sebagai bentuk pemaknaan terhadap hasil temuan penelitian

