BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Lembaga pendidikan khususnya di Indonesia sangat beranekaragam, akan tetapi walaupun beranekaragam coraknya baik itu lembaga pendidikan formal, in-formal dan non-formal tetap memiliki tujuan umum yang sama yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa seperti tertuang dalam pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 alinea 4. Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang ada di Indonesia yang berlandaskan Islam. Dikatakan berlandaskan Islam karena ilmu yang disampaikannya merupakan ilmu agama Islam secara detail, dimana mata pelajaran yang disampaikan didominasi oleh mata pelajaran agama Islam dengan persentase 60 persen mata pelajaran Agama Islam dan 40 persen mata pelajaran umum termasuk Pendidikan Jasmani. Seiring dengan berjalannya waktu dan perjalanan panjang yang ditempuh, Pesantren banyak mengalami perubahan dan perkembangan, yang dipengaruhi oleh lembaga pendidikan formal, akan tetapi pada dasarnya sama Pesantren merupakan tempat berlangsungnya proses pendidikan.

Melalui proses pendidikan seseorang akan mengalami pengalaman yang akan mengakibatkan adanya perubahan perilaku, dan proses mendapatkan pengalaman ini disebut dengan belajar. Belajar merupakan suatu proses dimana terjadi perubahan perilaku (Ruhimat, dkk., 2009:116), dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa dan dari yang awalnya tidak biasa menjadi terbiasa. Pada hakikatnya, itu merupakan tujuan dari semua mata pelajaran yang diajarkan di Pesantren termasuk penjas. Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan, karena pemahaman inilah, penjas memiliki ruang lingkup yang cukup luas sehingga menimbulkan beberapa tujuan yang harus dicapai.

Salah satu tujuan yang harus dicapai setelah aktivitas pembelajaran mata pelajaran penjas ini yaitu santri memiliki dan dapat melaksanakan perilaku hidup sehat dan meningkatkan kebugaran jasmani santri, karena pembelajaran penjas

didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi, hal ini diungkapkan oleh Syamsudin (2008:2). Yang menjadi permasalahannya yaitu tidak semua Pesantren mengajarkan mata pelajaran pendidikan jasmani kepada santrinya terutama Pesantren tradisional dan biasanya walaupun ada, jumlah jam pelajaran penjas ini tidak sesuai dengan yang telah ditentukan dalam kurikulum atau berada di luar jam reguler sekolah. Hal ini disebabkan terlalu banyaknya mata pelajaran yang dianggap penting diajarkan kepada santri, mulai dari mata pelajaran umum sampai mata pelajaran agamanya yang dianggap sebagai mata pelajaran yang wajib diberikan.

Santri yang menuntut ilmu di Pesantren biasanya akan tinggal di asrama. Asrama merupakan tempat tinggal sementara santri yang menuntut ilmu di Pesantren. Santri yang tinggal di asrama harus bisa beradaptasi dan mengikuti aturan yang ada di asrama. Dalam kehidupan sehari-harinya di asrama, tentunya tidak terlepas dari berbagai macam aktivitas yang mungkin dilakukan sebagai rutinitas santri, dan salah satu aktivitasnya adalah beladiri Syufu Taesyukhan. Beladiri ini merupakan beladiri Islam yang terdapat dalam kitab Zhodam, dimana dalam kitab Zhodam terdapat dua jenis beladiri yaitu Thifan Phokan dan Syufu Taesyukhan yang berasal dari daerah jajahan Cina yaitu Thurkistan. Karena beladiri ini berasal dari daerah jajahan Cina sehingga banyak orang yang mengatakan bahwa thifan merupakan kungfu Islam. Beladiri Thifan Phokan dan Syufu Taesyukhan ini merupakan pecahan dari Tae Kumfu kemudian pecah menjadi dua jenis yaitu kungfu Shaolin yang beragama Budha, Thifan Po Khan dan Syufu Taesyukhan yang beragama Islam. Hal ini menjadi satu hal yang unik dan khas yang dimiliki oleh Pesantren dan tidak dimiliki lembaga pendidikan lain, dan menjadi daya tarik bagi penulis untuk diteliti lebih jauh karena di Pesantren yang akan penulis teliti banyak santri yang mempelajari beladiri Syufu Taesyukhan terutama santri laki-laki dari tingkat Aliyah dan Tsanawiyah, disini penulis merasa perlu membedakan hubungannya dengan kebubagaran jasmani karena santri Tsanawiyah dan Aliyah memiliki karakteristik fisik dan psikologi

yang berbeda karena mereka berada pada periodisasi pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda dimana santri tingkat Aliyah keterampilan geraknya lebih mantap dan dari psikologis lebih bertanggung jawab terhadap setiap kebutuhan yang mereka perlukan termasuk dalam menjaga kebersihan dan kesehatan pribadinya sendiri. Sedangkan santri tingkat Tsanawiyah dari segi motoriknya masih aktif dalam berbagai jenis cabang permainan yang di coba sehingga gerakannya masih relatif kasar dan masih belum bisa bertanggung jawab terhadap kebutuhannya sendiri termasuk dalam menjaga kebersihan dan kesehatan pribadinya sendiri. Karena alasan inilah maka perlu dibedakan bagaimana hubungan terhadap kebugaran jasmani antara santri Aliyah dan Tsanawiyah.

Selain ke-khasan yang dimilki, Pesantren juga memiliki permasalahan klasik. Dari yang penulis ketahui, masyarakat masih memiliki pandangan yang kurang baik terhadap perilaku hidup sehat santri di Pesantren. Masyarakat menganggap bahwa santri yang menuntut ilmu di Pesantren memiliki pola makan yang tidak teratur, tidak dapat mengurus tempat tinggalnya sendiri (kumuh), jarang berolahraga karena sibuk dengan aktivitasnya yang fokus mengkaji ilmu-ilmu agama sehingga kebanyakan santri memiliki kebugaran jasmani yang kurang baik. Masalah kesehatan merupakan satu permasalahan yang tidak henti-hentinya menjadi pembahasan baik dikalangan peneliti kesehatan, pemerintah serta masyarakat. Karena dewasa ini banyak faktor yang dapat mempengaruhi derajat kesehatan, terutama pada kesehatan remaja usia sekolah termasuk santri yang menuntut ilmu di Pesantren.

Sehat merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Dengan sehat orang akan dapat merasakan nikmatnya makan, tidur yang merupakan fase istirahat setelah kita beraktivitas. Selain itu sehat juga merupakan penunjang agar aktivitas bergerak, bekerja dan berfikir seseorang. Sehat itu ada yang disebut dengan sehat jasmani dan sehat rohani, tetapi yang akan penulis bahas dalam penelitian ini yaitu mengenai hubungan perilaku hidup sehat jasmani dengan kebugaran jasmani santri. Menurut organisasi kesehatan dunia yaitu WHO yang dikutip dari (Giriwijoyo dan Komariyah, 2007:23) menjelaskan bahwa sehat

adalah sejahtera jasmani, rohani dan sosial bukan hanya bebas dari penyakit, cacat ataupun kelemahan. Sedangkan Tarigan (2009:7) berpendapat bahwa sehat jasmani terbagi pada dua macam, ada yang disebut dengan sehat statis dan juga sehat dinamis. Sehat statis adalah dimana seseorang sehat pada saat diam atau ketika melaksanakan aktivitas yang ringan seperti menulis, sedangkan sehat dinamis yaitu sehat ketika seseorang melakukan aktivitas jasmani seperti halnya olahraga termasuk aktivitas beladiri.

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut, maka penulis ingin mengetahui bagaimana hubungan aktivitas beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani yang penulis tuangkan ke dalam judul *Hubungan antara Beladiri Syufu Taesyukhan dan Perilaku Hidup Sehat dengan Kebugaran Jasmani pada Santri Aliyah dan Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya*.

B. Identifikasi dan Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis kemukakan di atas, maka rumusan masalahnya yaitu :

1. Seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?
2. Seberapa besar hubungan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?
3. Seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?
4. Seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?
5. Seberapa besar hubungan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?

6. Seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan suatu hal yang ingin dicapai setelah melakukan penelitian, sehingga dapat menghasilkan informasi dan hasil-hasil penelitian yang benar. Sesuai dengan rumusan masalah yang penulis kemukakan, maka tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Aliyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
4. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
5. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
6. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani pada santri Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

Jika tujuan penelitian ini tercapai, maka manfaat yang dapat dirasakan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi santri (siswa di pesantren), hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dan bahan masukan dan informasi bagi para santri mengenai hubungan antara aktivitas beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmaninya.
2. Bagi pihak Pesantren dan institusi pendidikan lainnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi guna dijadikan pertimbangan untuk dapat lebih meningkatkan kualitas ekstrakurikuler beladiri khususnya Syufu Taesyukhan dan menciptakan perilaku hidup sehat sehingga kebugaran santri dapat terjaga dan meningkat.
3. Bagi pembaca, yaitu sebagai sumbangan keilmuan mengenai hubungan antara aktivitas beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasamni.

E. Batasan Penelitian

Berpedoman dari latar belakang diatas, serta untuk menghindari penafsiran yang terlalu luas dan untuk memperoleh gambaran yang jelas, maka perlu adanya pembatasan ruang lingkup penelitian sehingga pelaksanaan dapat lebih terarah dan tertuju pada obyek masalah yang akan diteliti. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penelitian dilakukan di Pesantren Persatuan Islam No. 67 Benda Tasikmalaya.
2. Penelitian ini difokuskan pada bagaimana hubungan aktivitas beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat dengan kebugaran jasmani santri pada santri Aliyah dan Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.
3. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah aktivitas beladiri Syufu Taesyukhan dan perilaku hidup sehat, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebugaran jasmani pada santri Aliyah dan Tsanawiyah di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya.

4. Populasi dalam penelitian ini adalah santri Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya yang mengikuti ekstrakurikuler beladiri Syufu Taesyukhan dan sampelnya adalah Santri Aliyah dan Tsanawiyah Pesantren Persatuan Islam 67 Benda yang mengikuti ekstrakurikuler beladiri Syufu Taesyukhan.

F. Pengertian Istilah

Dalam penelitian ini terdapat beberapa istilah yang perlu diketahui pengertiannya terlebih dahulu, hal ini dimaksudkan untuk menghindari kesalah pahaman dalam penafsirannya, maka penulis mencoba memberikan penjelasan mengenai istilah sebagai berikut :

1. Beladiri Syufu Taesyukhan

   Syufu Taesyukan merupakan beladiri yang berasal dari Negara Thurkistan tepatnya daerah Thurfan yang merupakan daerah jajahan Cina yang terdapat dalam kitab Zhodam. Syufu Taesyukan berarti gerakan bangsawan raja syufu (kasygar). Beladiri Syufu Taesyukhan mengutamakan kekuatan dan teknik sederhana namun efektif seperti bantingan dan cengkraman, sehingga cocok digunakan oleh orang bertubuh besar (uighur, turki, arab).

2. Perilaku Hidup Sehat

   Perilaku hidup sehat adalah tindakan yang dilakukan individu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, termasuk pencegahan penyakit, perawatan kebersihan diri, penjagaan kebugaran melalui olahraga dan makanan bergizi. (Soejoeti, 2008:17)

3. Kebugaran Jasmani

   Menurut Giriwijoyo yang dikutip oleh Sudrajat (2008:11) kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani untuk dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya.