

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Belajar merupakan hakikat hidup manusia yang melekat dalam setiap individu yang tidak akan pernah bisa dihindari maupun dilupakan, karena dalam kehidupan sehari-hari manusia sebagai makhluk sosial. Selain itu manusia adalah makhluk yang tak pernah luput dari lupa. Oleh karena itu, dengan belajar manusia akan mengalami bermacam-macam perubahan baik segi kognitif, afektif, maupun psikomotor. Setiap individu akan selalu memiliki dorongan untuk belajar dimanapun dan kapanpun sesuai dengan kebutuhannya masing-masing demi mencaai kualitas hidup yang lebih baik. Juliantine ,dkk, (2016, hal 1) mengungkapkan :

Belajar merupakan suatu aktifitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan ketrampilan, memperbaiki prilaku, sikap, serta memperkuat kepribadian.

Sesuaia dengan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa belajar merupakan proses pendewasaan diri secara utuh dan permanen dari yang tadiknya tidak bisa menjadi bisa, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dan dari yang tadinya tidak terampil menjadi terampil. Belajar terjadi akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Interaksi dalam hal ini yang dimaksud adalah antara guru dengan siswa, seseorang dikatakan belajar apabila adanya perubahan prilaku dalam dirinyadalam kehidupan sehari-hari baik itu dilingkungan seekolah maupun di luar sekolah.

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh. Oleh sebab itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus di arahkan pada pencapaian tujuan. Menurut Mahendra (2015, hal. 40) menjelaskan: “pendidikan jasmani adalah prooses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.Sedangkan menurut Bucher dalam Sukintaka (1992, hal. 10) berpendapat bahwa

**Juliaji Alif Widodo, 2019**  
**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI**  
**MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA**  
**SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

“pendidikan jasmani itu merupakan bagian dari proses pendidikan umum, yang bertujuan untuk mengembangkan jasmani, mental, emosional, dan sosial anak menjadi baik, dengan aktivitas jasmani sebagai wahananya”. Dari kutipan di atas jelas bahwa pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam penyelenggaraan pendidikan. Pendidikan jasmani memungkinkan siswa untuk terlibat langsung dalam aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terencana dan terarah. Melalui pendidikan jasmani tersebut, siswa diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif.

Ruang lingkup pendidikan jasmani Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (Depdiknas 2008, hal. 195) meliputi “ aspek permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan uji diri / senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar kelas sesuai dengan karakteristik siswa”. Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani dalam kurikulum untuk jenjang SMP/ MTS sebenarnya sangatlah membantu pengajar pendidikan jasmani dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan siswa. Oleh karena itu sebagai seorang guru penjas harus memahami konsep, tujuan, serta ruang lingkup pendidikan jasmani.

Tercapai atau tidaknya tujuan pembelajaran dapat tercermin dari kualitas proses pembelajaran itu sendiri karena apa yang diberikan oleh guru itulah yang didapatkan oleh siswa. Proses yang terjadi dalam dunia pendidikan sangat menentukan terutama dalam pendidikan jasmani yang memegang peran sangat penting dalam pembentukan karakter siswa. Oleh sebab itu pelaksanaan tujuan pendidikan jasmani harus diarahkan kepada pencapaian tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan nasional sendiri dapat diketahui dalam undang-undang seperti yang terdapat dalam BAB II pasal 4 ,dalam Sukintaka (1992, hal. 8) yang berbunyi sebagai berikut :

Pendidikan Nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya yaitu manusia yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan, dan ketrampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

mantap dan mandiri, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Sesuai dengan tujuan nasional, pendidikan jasmani memiliki peran didalamnya karena tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan jasmaninya saja, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan sosial, stabilitas emosi, berfikir kritis, penalaran serta tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Bucher dalam Suherman (2009, hal. 7) bahwa:

Pada dasarnya tujuan pendidikan dapat diklasifikasikan kedalam empat katagori tujuan, yaitu : perkembangan fisik, perkembangan gerak, perkembangan mental, dan perkembangan sosial.

Dari penjelasan di atas dapat dijelaskan pendidikan jasmani memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan ketrampilan dan pengetahuan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial anak, mengembangkan kepercayaan diri serta kemampuan anak menguasai ketrampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya atau keikutsertaanya dalam melaksanakan aktivitas jasmani serta untuk mengembangkan nilai-nilai pribadi selama berpartisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara individu maupun kelompok yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam melaksanakan proses aktivitas jasmani.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dilakuka oleh siswa dalam memanfaatkan waktu luang. Kegiatan ekstrakurikuler dijelaskan oleh Depdiknas dalam Tri Ani Hastuti (2008, hal. 46) sebagai berikut:

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa.

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKULIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

Menurut Oemar Hamalik (2004, hal. 181), kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar kurikulum yang berlaku, akan tetapi bersifat pedagogis dan menunjang pendidikan dalam menunjang ketercapaian tujuan sekolah. Dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa dapat memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani, menyalurkan bakat, serta sebagai alat untuk menunjang terhadap pencapaian tujuan yang diharapkan oleh sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler atau pengembangan bakat siswa merupakan kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah / madrasah. Kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan keaktifan siswa saat belajar pendidikan jasmani.

Untuk mencapai perkembangan yang optimal dalam pendidikan jasmani, hal yang harus diperhatikan adalah terpenuhinya waktu aktif belajar siswa. Waktu aktif belajar merupakan waktu yang digunakan siswa secara aktif selama proses pembelajaran itu berlangsung. Seperti yang dipaparkan oleh Suherman (2009, hal. 114) bahwa :

Waktu aktif belajar siswa khususnya dalam pendidikan jasmani merupakan waktu yang harus ditempuh selama kegiatan pendidikan jasmani itu berlangsung, dimana anak dalam kondisi aktif belajar atau melakukan aktivitas yang sedang dilaksanakan sesuai apa yang diharuskan oleh guru.

Pada kenyataannya di sekolah waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani belum sepenuhnya terlealisasikan secara menyeluruh, hal ini dapat terjadi karena terbatasnya jam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Sehingga dibutuhkan waktu yang cukup untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam pendidikan jasmani. Kegiatan ekstrakurikuler sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar pendidikan jasmani di sekolah.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis memandang perlu melakukan pengkajian secara khusus dalam bentuk penelitian apakah kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar. Adapun penelitian yang akan diangkat dalam judul ini adalah :”

**Juliaji Alif Widodo, 2019**

***MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG***

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

Meningkatkan Jumlah Waktu Aktif Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler : Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Lembang”.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang dikaji dalam penelitian ini sebagai berikut :

“Apakah kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani?”

## 1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di jabarkan maka muncul tujuandalam penelitian ini, adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui apakah kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

## 1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkn dapat memberikan manfaat yaitu :

1. Manfaat teoritis  
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi lembaga-lembaga pendidikan terutama dalam optimalisasi waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di SMP
2. Manfaat praktis
  - a) Bagi penulis  
Menambah wawasan dan pengetahuan tentang upaya meningkatkan waktu aktif Belajar dengan semaksimal mungkin. Sehingga perkembangan anak secara *holistik*

Juliaji Alif Widodo, 2019

**MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG**

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

dalam proses pembelajaran dapat berkembang secara optimal.

- b) Bagi guru  
Sebagai bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar melalui kegiatan ekstrakurikuler
- c) Manfaat bagi anak  
Untuk mendorong minat belajar siswa, sehingga siswa menjadi lebih aktif dan berkembang.
- d) Bagi sekolah  
Bagi lembaga SMPN 2 Lembang dan pihak yang berkompeten dalam bidang pendidikan jasmani, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi untuk menyusun langkah-langkah kebijakan di dunia pendidikan jasmani khususnya dalam meningkatkan jumlah waktu aktif belajar di SMPN 2 Lembang.

## 1.5. Struktur organisasi

Penyusunan skripsi ini terdiri dari lima bab. Adapun uraian mengenai isi dari penulisan setiap babnya adalah sebagai berikut:

### 1. **BAB I Pendahuluan.**

Berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan awal dari penyusunan skripsi ini. Bab ini tersusun atas latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.

### 2. **BAB II Kajian Pustaka**

Bab ini berfungsi untuk landasan teoritis dalam menyusun pertanyaan penelitian dan tujuan. Kajian teori-teori yang terdiri dari Kajian pustaka, Hakikat Belajar, Hakikat Pembelajar, Hakikat Pendidikan Jasmani, Hakikat Ekstrakurikuler, Hakikat Jumlah Waktu Aktif Belajar, Penelitian Tindakan Kelas

### 3. **BAB III Metodologi Penelitian.**

Juliaji Alif Widodo, 2019

*MENINGKATKAN JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER: PENELITIAN TINDAKAN KELAS PADA  
SISWA KELAS VII SMPN 2 LEMBANG*

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

Bab ini berupa penjabaran secara rinci mengenai metode penelitian, termasuk beberapa komponen seperti, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik yang digunakan untuk menganalisis yang didapat.

#### **4. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Berisi tentang dua hal utama, yaitu pengolahan dan analisis data (untuk penelitian, hipotesis, tujuan penelitian, dan pembahasan atau analisis temuan. Untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian) serta pembahasan atau analisis temuan (untuk mendiskusikan hasil temuan yang dikaitkan dengan dasar teoritis yang telah dibahas dalam BAB II).

#### **5. BAB V Kesimpulan dan Saran.**

Bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan.