

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pembelajaran di sekolah merupakan kegiatan yang formal. Dalam pembelajaran ini terjadi kegiatan belajar mengajar. Dua pihak yang terlibat langsung dalam kegiatan belajar mengajar yaitu siswa dan guru. Dalam teori-teori modern kegiatan belajar mengajar harus dibangun berdasarkan hubungan timbal balik antara guru dan siswa, di mana kedua belah pihak berperan dan berbuat baik secara aktif di dalam suatu kerangka kerja (*frame work*) dan menggunakan cara kerangka berpikir (*frame of reference*) yang seyogyanya dipahami dan disepakati bersama. Menurut Hamalik, (1995:57) “*Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara komponen-komponen sistem pembelajaran*”. Pembelajaran memiliki makna yang lebih luas dari istilah pengajaran.

Tujuan pembelajaran merupakan suatu target yang ingin dicapai oleh kegiatan pembelajaran. Tujuan pembelajaran ini merupakan tujuan dalam upaya mencapai tujuan-tujuan lain yang lebih tinggi tingkatannya, yakni tujuan pendidikan dan tujuan pembangunan nasional. Aspek pendidikan mencakup beberapa komponen di antaranya pendidikan eksak dan non eksak, pendidikan non eksak hubungannya dengan sosial kemasyarakatan salah satunya adalah pendidikan kesehatan.

Penyelenggaraan upaya kesehatan mempunyai tujuan untuk mencapai kemampuan hidup sehat bagi setiap manusia termasuk peserta didik. Adanya kemampuan hidup sehat merupakan syarat utama bagi tercapainya derajat kesehatan yang optimal, selanjutnya menghasilkan tenaga kerja yang efektif. Pendidikan kesehatan adalah suatu usaha atau bagian yang diberikan kepada seseorang termasuk siswa atau peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek pribadinya. Dalam hal ini pendidikan kesehatan menjadi sebuah bagian pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah-sekolah dari tingkat bawah hingga tingkat paling atas.

Eka Aditya Nugraha, 2014

*Hubungan antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dengan Perilaku Hidup Sehat siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School*

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

Selain mendapatkan pengetahuan umum tentang Pendidikan Kesehatan dalam pembelajaran, peserta didik juga mendapatkan pengetahuan dengan jalur non akademis dengan adanya UKS atau Usaha Kesehatan Sekolah.

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sendiri adalah sebuah program kesehatan anak usia sekolah. Anak usia sekolah adalah anak yang berusia 6 – 21 tahun, yang sesuai dengan proses tumbuh kembangnya dibagi menjadi 2 sub kelompok, yakni pra remaja (6-9 tahun) dan remaja (10-19 tahun). Program UKS adalah upaya terpadu lintas program dan lintas sektoral dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan serta membentuk perilaku hidup bersih dan sehat anak usia sekolah yang berada di sekolah dan Madrasah.

Dalam UU No. 23 pasal 45 dijelaskan pula tentang UKS yakni, "Kesehatan Sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat para peserta didik dalam lingkungan hidup sehat, sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas".

Selain pembinaan kesehatan dengan pengetahuan, peserta didik juga diberikan pembelajaran motorik dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Hakekat dari Pendidikan Jasmani sendiri adalah sebagai alat dalam mencapai tujuan pendidikan nasional, dalam hal ini kaitanya dengan pengetahuan dan keterampilan motorik. Sedangkan Olahraga, di samping mempunyai tujuan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya dalam olahraga prestasi, hakekatnya adalah alat untuk meningkatkan derajat kesehatan, yang berarti meningkatkan mutu sumber daya manusia. Dengan demikian, maka konsep dasar kesehatan olahraga adalah pembinaan mutu sumber daya manusia menuju sehat seutuhnya sesuai dengan yang dirumuskan WHO dalam Santoso (2007:7) yaitu "*Sejahtera jasmani, rohani, dan sosial bukan hanya bebas dari penyakit, cacat ataupun kelemahan*".

Keuntungan dan beberapa manfaat dapat diperoleh seseorang yang telah melakukan dan menerapkan pola hidup sehat, seperti dijelaskan Komariyah (2008:2) yaitu, "*Seseorang merasa nyaman, tenang, dan bebas dari rasa tertekan. Seseorang*

**Eka Aditya Nugraha, 2014**

*Hubungan antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dengan Perilaku Hidup Sehat siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School*

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

*merasa berguna, diakui oleh lingkungan sekitar, dan dapat menyatakan kemampuannya secara produktif serta seseorang dapat mengatasi stress”*

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO:2003) telah merumuskan beberapa komponen dalam mengembangkan kesehatan yang lebih luas lagi. Komponen-komponen kesehatan menurut WHO dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Penerapan kebijakan kesehatan.
2. Tersedianya sarana dan prasarana pencegahan serta pengobatan sederhana.
3. Tersedianya lingkungan yang sehat.
4. Partisipasi dari orang tua dan masyarakat.

Dewasa ini dunia pendidikan berkembang dengan begitu pesatnya, ada metode baru dalam dunia pendidikan yang disebut dengan sekolah berasrama atau *Boarding School*. Dalam kegiatannya para murid mengikuti pendidikan reguler dari pagi hingga siang di sekolah, kemudian dilanjutkan dengan pendidikan agama atau pendidikan nilai-nilai khusus di malam hari.

Di lingkungan sekolah ini mereka dipacu untuk menguasai ilmu dan teknologi secara intensif. Selama di lingkungan asrama mereka ditempa untuk menerapkan ajaran agama atau nilai-nilai khusus tadi, tak lupa mengekspresikan rasa seni dan ketrampilan hidup di hari libur. Hari-hari mereka adalah hari-hari berinteraksi dengan teman sebaya dan para guru. Rutinitas kegiatan dari pagi hingga malam sampai bertemu dengan pagi lagi, mereka menghadapi “makhluk hidup” yang sama, orang yang sama, lingkungan yang sama, dinamika dan romantika yang seperti itu pula. Dalam khazanah pendidikan kita, sekolah berasrama adalah model pendidikan yang cukup tua sebenarnya.

Dari segi sosial, sistem sekolah berasrama mengisolasi anak didik dari lingkungan sosial heterogen yang cenderung buruk. Di lingkungan sekolah dan asrama dikonstruksi suatu lingkungan sosial yang relatif homogen yakni teman sebaya dan para guru pembimbing. Homogen dalam tujuan yakni menuntut ilmu sebagai sarana mengejar cita-cita. Dari segi ekonomi, Sekolah berasrama (*Boarding*

**Eka Aditya Nugraha, 2014**

*Hubungan antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dengan Perilaku Hidup Sehat siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School*

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

School) memberikan layanan yang paripurna sehingga menuntut biaya yang cukup tinggi. Oleh karena itu anak didik akan benar-benar terlayani dengan baik melalui berbagai layanan dan fasilitas. Dari segi semangat religiusitas, Boarding School menjanjikan pendidikan yang seimbang antara kebutuhan jasmani dan ruhani, intelektual dan spiritual.

Dewasa ini, banyak penyimpangan atau tindak kejahatan dan kenakalan yang utamanya dilakukan oleh para remaja sekolah dan kebanyakan duduk dibangku sekolah, khususnya Sekolah Lanjut Tingkat Atas sederajat. Diantaranya perilaku kenakalan atau penyimpangan yang dilakukan oleh para peserta didik adalah, penyalahgunaan obat-obat terlarang, tawuran antar murid, gang motor dan masih banyak lagi perilaku menyimpang yang dilakukan remaja, baik itu dari segi sosial maupun segi kesehatan. Dalam upaya mencegah dan menanggulangi kenakalan serta penyimpangan perilaku sosial dan kesehatan, pemerintah membuat program atau wadah yang berada disekolah, diantaranya yakni kegiatan ekstrakurikuler dan sekolah yang berasrama.

Dari latar belakang yang penulis jelaskan, peneliti tertarik terhadap masalah yang terjadi dalam perilaku kesehatan yang ada disekolah berasrama, utamanya peneliti ingin melihat adakah hubungan yang terjadi antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Perilaku hidup sehat siswa tersebut. Maka dari itu peneliti ingin menindaklanjuti masalah tersebut dengan judul penelitian sebagai berikut :

**“Hubungan antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PENJASORKES) Dengan Perilaku hidup sehat Siswa di SMK Daarut Tauhid Boarding School”**

## B. Rumusan Masalah

Kesehatan merupakan elemen yang sangat penting dalam kehidupan, jika tubuh kita sehat maka semua yang kita lakukan akan berjalan dengan baik dan menjadi manusia yang utuh serta produktif. Namun kesehatan atau sehat itu perlu dijaga serta dirawat karena sehat merupakan bagian yang bisa berubah-ubah atau terpengaruh oleh hal-hal yang lain. Diantaranya oleh lingkungan, serta pola hidup yang diterapkan.

Berdasarkan pada latar belakang yang telah diuraikan, maka penulis merumuskan masalah yang akan dilakukan pada penelitian. Adapun masalah yang teridentifikasi penulis adalah sebagai berikut :

**“Adakah Hubungan atau keterkaitan Antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Perilaku Hidup sehat Siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School? “**

## C. Tujuan Penelitian

Untuk menindak lanjuti masalah yang ditetapkan diatas serta untuk mengetahui informasi dan kejelasan mengenai “Hubungan antara Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PENJASORKES) dengan perilaku hidup sehat Siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School”, maka tujuan yang hendak dicapai adalah:

**“Untuk mengetahui adakah hubungan atau keterkaitan antara pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Perilaku hidup sehat Siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School”**

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memberikan kegunaan bukan saja bagi pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi memiliki aspek guna dalam pengembangan pembelajaran pendidikan.

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

##### **a. Manfaat Teoritis**

1. Bagi pengembangan ilmu pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi para siswa dan guru, khususnya pendidikan yang bermuatan Asrama atau Boarding school
2. Menambah pengetahuan tentang Prilaku Hidup Sehat siswa SMK yang berada di sekolah Boarding khususnya siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School.
3. Sebagai bahan evaluasi bagi para guru, pembimbing asrama, serta siswa mengenai pemeliharaan kesehatan.
4. Sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya.

##### **b. Manfaat Praktisi**

1. Menjadi sebuah informasi kesehatan dalam acuan pendidikan berasrama (Boarding School) yang notabene lebih kompleks kegiatannya.
2. Bahan masukan bagi Siswa khususnya siswa yang diteliti, supaya lebih meningkatkan pola hidup sehat yang dilakukan sehari-hari.
3. Perubahan perilaku dari yang tidak sehat menjadi sehat setelah adanya penelitian ini

## E. Batasan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai penelitian ini perlu ada pembatasan masalah seperti yang dijelaskan oleh Nasution (1982:27) sebagai berikut:

Analisis masalah juga membatasi ruang lingkup masalah, disamping itu perlu dinyatakan secara khusus batasan masalah agar penelitian lebih terarah, lagi pula dengan demikian kita memperoleh gambaran yang lebih jelas, apabila penelitian ini di anggap selesai dan berakhir.

Adapun pembatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini dibatasi hanya untuk melihat adakah Hubungan atau keterkaitan antara pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PENJASORKES) dengan siswa di SMK Daarut Tauhid Boarding School.
2. Lokasi penelitian ditujukan di SMK Daarut Tauhid Boarding School.
3. Sumber data atau populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School.
4. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMK Daarut Tauhid Boarding School dengan jumlah 200 orang.
5. Sampel penelitian berjumlah 20 orang diambil 10% dari jumlah populasi.

## F. Penjelasan Istilah

Ada beberapa istilah yang penulis gunakan dalam penelitian ini, guna menghindari penafsiran yang salah terhadap istilah tersebut, maka perlu ada penjelasan.

Adapun istilah-istilah tersebut antar lain:

1. Hubungan adalah suatu kaitan antara variabel yang satu dengan yang lainnya. (Purwadarminto W,J.S, 1999: 156)

2. Studi atau pembelajaran menurut Hamalik, (1995:57) menjelaskan bahwa :

Studi atau pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara komponen-komponen sistem pembelajaran. Pembelajaran memiliki makna yang lebih luas dari istilah pengajaran. Tujuan pembelajaran merupakan suatu target yang ingin dicapai oleh kegiatan pembelajaran. Tujuan pembelajaran ini merupakan tujuan antara dalam upaya mencapai tujuan-tujuan lain yang lebih tinggi tingkatannya, yakni tujuan pendidikan dan tujuan pembangunan nasional. Dimulai dari tujuan pembelajaran umum dan khusus.

3. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan, yang lazim digunakan oleh siswa sesuai dengan muatan yang tercantum dalam kurikulum. (Yudha, 2006:25)
4. Becker (Notoatmodjo, 2007:137) menjelaskan bahwa perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya, dan perilaku ini mencakup beberapa hal antara lain makan dengan menu seimbang (*appropriate diet*), kegiatan fisik secara teratur dan cukup, tidak merokok dan tidak minum minuman keras serta tidak menggunakan narkoba, istirahat yang cukup, pengendalian atau manajemen stres dan perilaku atau gaya hidup positif yang lain untuk kesehatan.
5. Boarding school atau sekolah berasrama menurut kamus besar bahasa Indonesia edisi ketiga (2007:73) “adalah lembaga pendidikan yang menggunakan sistem belajar mengajar kampus (asrama) dengan tempat tinggal yang disediakan oleh lembaga”