

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan sudah menjadi suatu kebutuhan bagi masyarakat sehingga banyak berbagai lembaga pendidikan khusus untuk pendidikan dan sekolah-sekolah alternatif. Sekolah membawa amanat bangsa mewujudkan calon kader generasi muda yang tangguh bersih dan disiplin, taat pada ajaran agama, memiliki wawasan pengetahuan dan rasa kebangsaan. Menurut Sujana (2019) memacu pada undang-undang No.29 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, emosional, dan pembentukan watak (Juliantine, 2015). Oleh karena itu Pendidikan jasmani wajib disajikan pada pendidikan formal seperti SD/MI, SMP/MTS, SMA/SMK/MA.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana (Zulfa & Kurniawan, 2020). Oleh karena itu, pendidikan jasmani adalah satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemampuan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respon yang berkaitan langsung dengan mental, emosional dan sosial.

Pada umumnya setiap orang akan setuju bahwa dalam diri manusia bukan aspek jasmani saja yang berperan, tetapi juga aspek jiwa atau rohani memiliki peran hidup dalam hidup manusia. Aspek jasmani dan rohani merupakan satu kesatuan dalam diri manusia dalam melakukan suatu kegiatan. Selaras dengan penjelasan Harsono (1988, hlm. 242) manusia adalah kesatuan dari jiwa dan raga, satu *psychomatic unity*, yang satu dengan yang lainnya selalu akan saling pengaruh mempengaruhi. Pengaruh yang dirasakan oleh jiwa akan pula berpengaruh terhadap raga kita, demikian pula sebaliknya.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pengembangan kurikulum di Indonesia sehingga pendidikan di pesantren pun tidak luput dari pendidikan jasmani. Pondok pesantren adalah salah satu lembaga pendidikan yang memiliki ciri-ciri khas yang tidak dimiliki oleh lembaga pendidikan lainnya di dunia. Salah satu kekhasan yang dimilikinya adalah melekatnya peran para kyai sebagai tokoh sentral di dalamnya. Mereka mendapatkan keistimewaan lebih karena biasanya kyai adalah pendiri atau keturunan dari pendiri pondok pesantren yang dengan ikhlas tanpa pamrih membangun pondok pesantren untuk kemajuan umat. Jarang dari mereka yang memiliki ambisi duniawi ketika membangun fondasi pondok pesantren.

Menurut Imam (2017) penyelenggaraan pendidikan di pesantren pada umumnya dengan menggunakan metode sorogan, bandungan, dan wetonan. Sistem sorogan merupakan proses pembelajaran yang bersifat individual pada dunia pesantren atau pendidikan tradisional, dan sistem pembelajaran dasar dan paling sulit bagi para santri, sebab santri dituntut kesabaran, kerajinan, ketaatan, dan disiplin diri dalam menuntut ilmu. Kegiatan tersebut begitu padat, selain kegiatan tersebut siswa santri juga harus bangun pagi, memcuci baju, dan belajar, seperti halnya pondok pesantren ini menerapkan sistem pendidikan modern yang di kelola secara terpadu dengan menerapkan sistem asrama. Dengan diterapkannya sistem asrama di pondok pesantren ini maka dilihat dari proses pembelajarannya pun relatif lebih lama dibandingkan dengan sekolah pada umumnya.

Munculnya wabah *Covid-19* membawa dampak dan perubahan besar bagi setiap negara di dunia, tidak hanya Indonesia. Berdasarkan penelitian yang

dilakukan Rachmat (2020) penyebaran virus *corona* menjadi penyebab angka kematian yang paling tinggi untuk saat ini. Banyak negara mengambil kebijakan dengan menetapkan kebijakan jaga jarak (*social distancing*) untuk membatasi interaksi antar masyarakat di lingkungan sosial guna membatasi penyebaran virus *corona*. Tentu saja, pembatasan ini dapat membuat perbedaan besar dalam kehidupan orang-orang di seluruh dunia. Akibat pembatasan ini, banyak institusi pendidikan dan pusat perbelanjaan ditutup.

Berbagai kebijakan-kebijakan yang diterapkan pemerintah demi memutuskan mata rantai virus *covid-19* ini memberikan dampak serta perubahan besar di seluruh sendi kehidupan termasuk pendidikan. Di pondok pesantren pun siswa-siswi yang menginap di pondok sebagian besar dipulangkan ke daerahnya masing-masing karena kebijakan pemerintah untuk mengurangi interaksi langsung antar manusia. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terjadinya pandemi *covid-19* ini memberikan dampak yang sangat besar dalam proses pembelajaran. Siswa yang selama ini seringkali melaksanakan pembelajaran dengan melibatkan aktifitas fisik, menjadi lebih pasif dan cenderung kurang dalam melakukan aktifitas gerak.

Kini kebugaran jasmani itu penting bagi siswa pondok pesantren karena aktivitas siswa pondok pesantren berbeda dengan siswa sekolah pada umumnya. Siswa pondok pesantren harus membaca Al-qur'an seharian dari siang, sore dan malam bahkan harus membiasakan diri untuk bangun tengah malam untuk melaksanakan sholat malam, belum lagi tugas mata pelajaran yang lain sehingga menimbulkan kerja fisik yang lebih berat (Al-Jamil, dkk., 2018). Oleh karena itu, bayangkan jika fisik siswa pondok pesantren dimasa *pandemic* ini tidak dibina dengan baik maka kondisi fisik para siswa pesantren itu dalam keadaan lemah dan tidak bisa mengerjakan/melaksanakan aktivitas yang lebih luas atau lebih berat.

Menurut Hasan (2017) menyebutkan bahwa dalam pendidikan di pondok pesantren memiliki dasar pembentuk karakter siswa dan dibentuk dengan cara yang berbeda seperti yang telah dikatakan bahwa, dasar pembentuk karakter siswa melalui pembiasaan terhadap jadwal yang telah dibuat dan harus ditaati oleh siswa, pembentuk karakter terlihat pada kegiatan pengembangan kreativitas harus di ikuti oleh seluruh siswa atau santri.

Pendidikan karakter tidak bisa dipaksakan, namun dijalani sebagaimana adanya dalam kehidupan keseharian sehingga akan dengan sendirinya melekat kuat pada diri setiap peserta didik atau santri. Pengertian karakter dapat diartikan sebagai sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dari yang lain. Karakter bisa juga berarti tabiat atau watak, disamping itu karakter juga dapat dimaknai sebagai cara berpikir dan berperilaku yang khas setiap individu untuk hidup dan bekerja sama, baik dalam lingkup keluarga, masyarakat, bangsa dan negara. Lingkungan sekolah saat ini memiliki peran sangat besar pembentuk karakter siswa begitu juga dengan pesantren (ULUM, 2018).

Dari penjabaran uraian diatas dapat dilihat bahwa kegiatan siswa atau santri yang mondok di pondok pesantren lebih padat dibandingkan dengan siswa yang tidak mondok di pondok pesantren dari mulai bangun tidur sampai tidur kembali setiap harinya. Siswa yang mondok juga ditambah dengan adanya pembelajaran pendidikan jasmani disekolahnya secara tidak langsung akan berpengaruh juga terhadap kebugaran jasmaninya karena untuk melakukan setiap aktivitas diperlukan dukungan fisik yang baik untuk menunjangnya sehingga dalam melakukan kegiatan atktivitas selanjutnya tidak akan terganggu karena masih mempunyai tenaga cadangan dan dengan kata lain kebugaran jasmaninya pun akan terjaga. Hal ini sesuai dengan pendapat Giriwijoyo & Sisik (2007, hlm. 22) semua bentuk kegiatan manusia selalu memerlukan dukungan fisik jasmani, sehingga masalah kemampuan fisik/jasmani merupakan faktor dasar bagi setiap aktivitas manusia. Oleh karena itu untuk setiap aktivitas kita sehari-hari, minimal kita harus mempunyai kemampuan fisik/jasmani yang selalu mampu mendukung tuntutan aktivitas itu dan tentu saja lebih baik lagi bila kita memiliki pula cadangannya. Adanya kemampuan fisik melebihi kebutuhan minimal, menjamin kelancaran tugas dan kesejahteraan diri dan keluarganya, karena ia masih mempunyai kemampuan untuk melakukan tugas ekstra dan tugas/perhatian bagi keluarganya sepulang beraktivitas, bukannya langsung tidur saja oleh karena sudah kehabisan tenaga. Serta dengan teraturnya aktivitas fisik yang dilakukan siswa yang mondok di pondok pesantren tidak menutup kemungkinan juga akan berdampak pada kebugaran jasmaninya.

Pendidikan jasmani juga merupakan suatu proses mempelajari yang tidak

hanya menekankan pada pengembangan aspek jasmani, tetapi juga pada pengembangan aspek kognitif, emosional (Afektif), dan Kesehatan. Pada tataran pelaksanaan pendidikan jasmani merupakan “media” atau alat untuk mencapai tujuan-tujuan seperti disebutkan diatas. Dampak pengembangan pada pendidikan nilai ini tidak hanya cukup berkembang pada lingkungan persekolahan umum, tetapi juga mesti bermanfaat di lingkungan pondok pesantren. Secara hakikat sangatlah ideal bila pengembangan spiritual keagamaan dapat bersanding sejajar dengan media pendidikan pengembangan jasmani, sehingga menjadikan manusia lebih sempurna yang memiliki kualitas spiritual baik, jasmani prima dan pengetahuan tinggi akan menjadi sumber daya yang sangat berharga bagi pengembangan sumber daya manusia di Indonesia. Pengembangan ini akan lebih penting bila dikaitkan dengan pengembangan misi dan tugas kekhalfahan manusia dimuka bumi (Bangun & Zaluku, 2019).

Pendidikan pondok pesantren yang menyelenggarakan pendidikan tidak lagi terbatas pada pengajaran yang berkaitan dengan bagaimana membaca, menafsirkan dan memahami Al-qur’an dan Assunnah, namun sudah dilengkapi dengan pengajaran dasar-dasar ilmu pengetahuan umum dan bahkan beberapa pengajaran keterampilan khusus yang berkaitan dengan penghidupan para santri. Menurut Al-Jamil dkk (2018) kebugaran jasmani dilingkungan pondok pesantren perlu dibina untuk tercapainya proses belajar-mengajar yang optimal, karena penulis meyakini bahwa siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang baik maka tugas aktivitas yang dilaksanakan dapat menjadi baik pula. Selain itu dengan kondisi kebugaran siswa yang baik, siswa dapat mengembangkan keterampilan fisik yang memungkinkan siswa berpartisipasi dalam berbagai aktivitas jasmani serta mampu mengembangkan kebugaran fisik dan berfungsi normalnya sistem tubuh untuk hidup aktif pada lingkungannya.

Dengan adanya wabah *Covid-19* pun mempertahankan imun setiap manusia itu sangatlah penting karena dengan kita menjaga imun tubuh dengan baik, kecil kemungkinan untuk terpapar wabah *Covid-19*. Maka disitulah pentingnya pendidikan jasmani di pondok pesantren harus dimaksimalkan/dioptimalkan demi tercapainya kebugaran jasmani yang baik bagi siswa pondok pesantren tersebut. Sehubungan dengan itu maka perlu pengkajian lebih mendalam tentang

kebugaran jasmani para siswa di pondok pesantren baik yang mondok maupun yang tidak mondok dalam kondisi saat ini.

Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa apakah memenuhi standar apa belum dan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa yang mondok dengan siswa yang tidak mondok di pesantren maka perlu diadakan tes untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa yaitu dengan A.C.S.P.F.T (*Asian Committee on the Standardization of Physical Fitness Test*) (Depdikbud, 1977).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu:

Apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani pada siswa yang mondok dan tidak mondok di MTS Al-Muawanah?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui:

Perbedaan tingkat kebugaran jasmani pada siswa yang mondok dan tidak mondok di MTS Al-Muawanah.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1. Secara Teoritis**

- a. Memberikan informasi kepada pembaca mengenai perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa yang mondok dan tidak mondok di pondok pesantren.
- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk acuan penelitian-penelitian selanjutnya, terutama tentang tingkat kebugaran jasmani di pondok pesantren.
- c. Dapat memberikan sumbangan perkembangan pengetahuan bagi pembaca.

### **2. Secara Praktis**

- a. Memberikan masukan kepada guru pendidikan jasmani di pondok pesantren untuk melakukan tes kebugaran jasmani. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadikan semangat dalam pembelajaran, baik di sekolah ataupun diluar sekolah untuk

meningkatkan kebugaran jasmani.

- b. Bagi guru pendidikan jasmani penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dalam mengetahui tingkat kebugaran jasmani di pondok pesantren.
- c. Bagi mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan dapat dijadikan bahan untuk menambah wawasan dalam materi tingkat kebugaran jasmani di pondok pesantren dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

### **1.5 Batasan Masalah**

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak terlalu luas, maka penulis membatasi ruang lingkup masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini mengungkapkan analisis tingkat kebugaran jasmani siswa di pondok pesantren Al-Muawanah Sukamaju Kabupaten Bandung Barat dimasa *pandemic*.
2. Metode yang digunakan adalah metode penelitian *ex-post facto* yang dilaksanakan di MTS Al-Muawanah Sukamaju Kabupaten Bandung Barat.
3. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di pondok pesantren MTS Al-Muawanah Sukamaju Kabupaten Bandung Barat.
4. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang mondok dan tidak mondok di pondok pesantren MTS Al-Muawanah Sukamaju Kabupaten Bandung Barat.

### **1.6 Struktur Organisasi Penelitian**

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memaparkan urutan dalam penyusunannya. Adapun urutan dari masing-masing BAB akan penulis jelaskan sebagai berikut:

**Bab I Pendahuluan**, Berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan ruang lingkup dan sistematika penulisan.

**Bab II Kajian Pustaka**, berisi kajian pustaka yang berisikan konsep, teori, model dan rumusan utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji. Pada bab II meliputi kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

**Bab III Metode Penelitian**, bab ini berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian, termasuk beberapa komponen lainnya, yaitu; populasi atau sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, realibilitas instrumen, teknik pengumpulan data, langkah-langkah penelitian, dan teknik analisis data.

**Bab IV Hasil dan Pembahasan**, berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan mengenai penelitian. Bab ini berisi hal utama yaitu pengolahan data dan analisis data, untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, dan tujuan penelitian, serta pembahasan yang dikaitkan dengan teoritis yang dibahas pada BAB II.

**Bab V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi**. Pada bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.