

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada awal tahun 2020 seluruh dunia digemparkan oleh salah satu virus yang menyebar dari kota Wuhan (salah satu kota di China), yaitu virus Covid-19. Covid-19 adalah virus mematikan yang menyerang sistem pernapasan manusia dan menular melalui percikan air liur (*droplets*). Menurut data Kementerian Kesehatan, sebanyak 215 negara sudah terjangkit Covid-19 tak terkecuali Indonesia. Pada tanggal 2 Maret 2020, kasus pertama Covid-19 ditemukan di Indonesia pada perempuan berusia 31 tahun dan 64 tahun yang merupakan seorang anak dan orangtua, kondisi ini memberikan dampak secara langsung pada dunia pendidikan, sehingga pemerintah memutuskan untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh (PJJ). Sebagaimana diatur dalam Peraturan Pemerintahan Wali Kota Bandung No. 24 Tahun 2020, dalam pelaksanaan penghentian sementara kegiatan di sekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (1), Semua aktivitas pembelajaran diubah pelaksanaannya dengan melakukan pembelajaran di rumah/tempat tinggal masing-masing melalui metode pembelajaran jarak jauh (Sutapa, 2020).

Salah satu dampak *physical distancing* juga terjadi pada sistem pembelajaran di sekolah. Berdasarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran virus, Kemendikbud menghimbau agar semua lembaga pendidikan tidak melakukan proses belajar mengajar secara langsung atau tatap muka, melainkan harus dilakukan secara tidak langsung atau jarak jauh. Dengan adanya himbauan tersebut membuat semua lembaga pendidikan mengganti metode pembelajaran yang digunakan yaitu menjadi online atau PJJ. Menurut (Prawiyogi, 2020) Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) adalah pembelajaran dengan menggunakan suatu media yang memungkinkan terjadi interaksi antara pengajar dan

pembelajar, dalam PJJ antara pengajar dan pembelajar tidak bertatap muka secara langsung, dengan kata lain melalui PJJ dimungkinkan antara pengajar dan pembelajar berbeda tempat, bahkan bisa dipisahkan oleh jarak yang sangat jauh. Pembelajaran daring, online, atau Pembelajaran Jarak Jauh bertujuan untuk memenuhi standar pendidikan dengan pemanfaatan teknologi informasi dengan menggunakan perangkat komputer atau gadget yang saling terhubung dengan siswa dan guru maupun mahasiswa dengan dosen (Pakpahan & Fitriani, 2020), dengan adanya teknologi membuat siswa tetap terhubung dengan guru sehingga pembelajaran tetap dapat dilaksanakan dengan baik, teknologi yang dapat dimanfaatkan untuk melakukan pembelajaran ini adalah telepon seluler atau *handphone* maupun dengan laptop, proses pembelajaran dapat berjalan baik dengan teknologi informasi yang sudah berkembang pesat diantaranya *E-learning*, *Google Class*, *Whatsapp*, *Zoom* serta media informasi lainnya serta jaringan internet yang dapat menghubungkan dosen dan mahasiswa sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik sehingga tujuan pembelajaran tetap tercapai. (Sutapa, 2020).

Pendidikan di sekolah sangat penting utamanya terdapat pada mata pelajaran yang harus dipelajari oleh peserta didik dan salah satunya adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ada di sekolah, Menurut Husdarta (2009) pada proses pembelajaran PJOK ditekankan bahwa pengembangan individu secara menyeluruh, dalam arti pengembangan yang mencakup perkembangan fisik mental intelektual dan perkembangan social, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan suatu pembelajaran aktivitas fisik melalui gerak seperti berlari, melempar, memukul, dan melompat (Widyanto & Bernard Djawa, 2020), kegiatan pembelajaran PJOK di sekolah, media pembelajarannya dapat berupa orang, benda-benda sekitar, lingkungan dan segala sesuatu yang dapat digunakan guru sebagai perantara menyampaikan materi pembelajaran, hal tersebut akan menjadi berbeda ketika pembelajaran dilaksanakan secara daring, semua media atau alat yang dapat guru hadirkan secara nyata, berubah menjadi media visual karena adanya keterbatasan jarak, kebiasaan baru dengan pembelajaran jarak jauh tentunya membawa dampak bagi siswa, siswa harus mulai

menyesuaikan interaksi melalui tatapan layar gawai atau laptop, interaksi sosial dengan teman dan guru menjadi terhalang oleh sekat virtual, kegiatan menyimak dan menyerap pembelajaran menjadi terganggu akibat penerimaan sinyal yang jelek. Sistem pembelajaran jarak-jauh atau daring ini menjadi salah satu yang faktor motivasi ekstrinsik yang menghambat motivasi gerak, dikarenakan peserta didik mengalami semangat yang semakin melemah akibat pembelajaran jarak jauh atau daring ini, ditambah lagi dengan tugas-tugas yang begitu banyak dari setiap guru mata pelajaran dan keterbatasan ruang gerak di rumah yang membuat siswa kehilangan motivasi untuk melakukan aktivitas gerak di rumah setelah pembelajaran daring. Seperti yang diungkapkan oleh Herda (2014) kurangnya motivasi pada diri siswa tersebut karena biasanya dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya, motivasi ekstrinsik. Oleh karena itu, dengan adanya motivasi ekstrinsik ini siswa tidak bersungguh-sungguh, siswa ini bergerak ketika ada dorongan dari luar atau rangsangan dari orang lain, akhirnya motivasi yang dimiliki siswa kurang, karena dipengaruhi dari faktor motivasi ekstrinsik.

Menurut (Rahmadayanti, 2015) Motivasi adalah suatu kondisi dalam diri yang memiliki kekuatan atau daya untuk bergerak, mendorong individu untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Seperti yang diungkapkan Sardiman (2007: 74) bahwa motivasi dirangsang karena adanya tujuan. Terdapat dua jenis motivasi, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Motivasi tumbuh dari dalam diri siswa. Baik muncul secara alami atas keinginan siswa atau bahkan karena dorongan dari luar diri individu.

Pembelajaran dari rumah atau daring, yang mengurangi aktivitas fisik telah menyebabkan gaya hidup sedentari atau tidak banyak bergerak atau disebut dengan istilah hipokinetik, Penyakit hipokinetik merupakan penyakit yang berhubungan dengan kurang gerak (*inactivity*) atau gaya hidup sedenter (*sedentary*). Kehidupan

sehari-hari yang kurang aktif bergerak atau berolahraga menjadi faktor risiko terjadinya penyakit hipokinetik (Bustan, 2011 dalam Rubiana, 2019). Karena itu, keadaan hipokinetik ini disebut juga penyakit perilaku (behavioral diseases). Hipokinetik, *low body movement* dapat menyebabkan gejala dan timbulnya penyakit tidak menular atau degeneratif, seperti *overweight*, obesitas, diabetes, kolesterol, hipertensi, kanker usus, anxiety, depresi, osteoporosis, dan juga resiko penyakit jantung (*cardiovaskuler*). Efek buruk hipokinetik, *low body movement* dapat dicegah dengan kebiasaan berolahraga. Olahraga didalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I, Ketentuan Umum, Pasal 1 ayat 4 adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Survei Motivasi Gerak Berolaraaga Siswa SMP Negeri 40 Bandung di Rumah Setelah Pembelajaran Daring”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan Uraian diatas maka permasalahan yang terkait dalam motivasi gerak berolahraga Siswa SMP Negeri 40 Bandung di rumah setelah pembelajaran daring sebagai berikut.

- (1) Sistem pembelajaran jarak jauh atau daring menjadi faktor eksternal yang menghambat motivasi gerak siswa setelah pembelajaran daring.
- (2) Semangat eserta didik melemah akibat sistem pembelajaran jarak jauh.
- (3) Tugas-tugas pembelajan daring dari setiap mata pelajaran dan keterbatasan ruang gerak di rumah membuat siswa kehilangan motivasi untuk melakukan gerak berolahraga di rumah.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini sebagai berikut:

- (1) Apakah siswa SMP Negeri 40 Bandung memiliki motivasi intrinsik untuk gerak berolahraga di rumah setelah pembelajaran daring?
- (2) Apakah siswa SMP Negeri 40 Bandung memiliki motivasi ekstrinsik untuk gerak berolahraga di rumah setelah pembelajaran daring?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan Penelitian ini adalah

- (1) Untuk mengetahui motivasi intrinsik gerak berolahraga SMP Negeri 40 Bandung di rumah setelah pembelajaran daring.
- (2) Untuk mengetahui motivasi ekstrinsik gerak berolahraga SMP Negeri 40 Bandung di rumah setelah pembelajaran daring.

1.5 Manfaat Penelitian

Setelah melakukan penelitian diharapkan mempunyai manfaat, berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian diatas, manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini sebagai berikut.

- (1) Bagi Sekolah, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk memperbaiki serta pembaharuan dan meningkatkan kualitas dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran daring untuk bisa meningkatkan motivasi siswa dalam gerak berolahraga.
- (2) Bagi guru, penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi pengetahuan guru dalam mempermudah siswa setelah pembelajaran daring untuk gerak berolahraga.
- (3) Bagi siswa, diharapkan mendapatkan pengalaman dan lebih termotivasi lagi dalam gerak berolahraga setelah pembelajaran daring.