

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persoalan yang sangat mendasar dalam pendidikan jasmani bukanlah semata-mata bagaimana proses meningkatkan efektivitas belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan. Di dalamnya juga terkandung beberapa tuntutan perubahan pada domain kognitif, afektif dan psikomotor di tingkat mikro individual. Efektivitas proses pendidikan dimaksud tidak hanya dipengaruhi oleh aspek fisik, biologis dan psikologisnya saja, tetapi juga dari aspek konteks lingkungan geografis. Itulah sebabnya penyediaan pengalaman belajar yang mengandung nilai-nilai kependidikan, implimentasi pendekatan dan model pembelajaran yang serasi dengan substansi tugas ajar dan beberapa sumber belajar lainnya. Konteks lingkungan dimaksud merupakan tata latar yang dapat dibatasi dalam pengertian lingkungan, seperti lingkungan sosial, budaya dan geografis. Karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani tidak saja dipengaruhi oleh metode, model, strategi, dan pendekatan saja, tetapi dapat diamati dari sisi kebijakan, perencanaan yang dikaitkan dengan konteks lingkungan pendidikan itu sendiri.

Permasalahan utama yang dihadapi pendidikan jasmani dewasa ini adalah terjadinya perubahan nilai-nilai budaya. Perubahan dimaksud berupa kultur gerak. Menurut Bart Crum (1994) dalam Rusli Lutan (2003:101) '*movement culture*', yakni terjadi perubahan kebiasaan aktif bergerak menjadi kebiasaan kurang gerak atau

Ma'ruful Kahri, 2012

bahkan fenomena gaya hidup diam. Pergeseran gaya hidup itu, dipicu oleh aneka kemudahan dalam kehidupan sehari-hari yang didukung oleh perubahan taraf hidup, penggunaan teknologi komunikasi dan transportasi serba otomatis sehingga di kalangan anak-anak yang fitrahnya sebagai makhluk bermain (*homo luden*) sangat berkurang dan cenderung menghilangkan aktivitas fisik dalam berbagai kegiatannya. Dalam kehidupan sehari-hari banyak anak-anak menghabiskan waktu menyaksikan program televisi, video, menggunakan internet seperti facebook dan lain sebagainya. Pergi ke sekolah atau ke kampus menggunakan kendaraan sebagai alat transportasi. Para pengunjung toko swalayan lebih banyak menggunakan lift dan tangga berjalan (*escalator*) ketimbang naik menggunakan tangga dengan pertimbangan mereka lebih cepat, nyaman dan menghemat tenaga. Kecenderungan gaya hidup kurang gerak, menurut George Peterson (2004:2) selaku perwakilan WHO Indonesia menyatakan ‘sekarang ini banyak masyarakat yang tidak aktif bergerak (*sedentary life-style*) akibatnya kebugaran jasmani sangat rendah’. Ini merupakan penyebab satu dari sepuluh kematian di dunia. Oleh karenanya WHO memprediksi pada tahun 2020 sebanyak 73% kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular, atau sebanyak 60% disebabkan rendahnya kebugaran jasmani. (www.kompas.com.health.news.2004).

Dalam ungkapan yang relatif sama, berdasarkan hasil penelitian, Fu & Fung (2004); dalam Chin Ming-Kai (2008:8) mengungkapkan ‘80 % orang Cina yang tinggal di Beijing, Shanghai, dan Hongkong berperilaku kurang gerak’. Perilaku semacam ini juga terjadi di Eropa. Menurut Janz, (2001), Tybor, (2005); Janssen,

Ma'ruful Kahri, 2012

(2005) dalam Chin Ming-Kai (2008:9) menyatakan sebanyak 130.000 orang anak usia sekolah dari 34 Negara Eropa aktivitas fisiknya menurun karena waktu yang digunakan lebih banyak diluangkan untuk menonton televisi. Jadi tidaklah berlebihan Jordan, (2006); dalam Chin Ming-Kai (2008:8) menjelaskan hasil survey akhir-akhir ini menunjukkan “...*time children spent on television, videos, video games and computer five hours per day*”. Masalah ini perlu ditanggapi sebagai ancaman bagi peningkatan kualitas hidup. Inti permasalahannya dapat dikatakan terjadinya krisis lembaga pendidikan formal, khususnya di lembaga pendidikan jasmani yang sudah tidak mampu lagi menjawab kebutuhan masyarakat akan pendidikan. Krisis tersebut menurut Foldesi, (1993), Naul.,(1994); dalam Rusli Lutan (2003:96) ‘menjadi isu sentral, tidak saja melanda Negara berkembang seperti bangsa Indonesia, tetapi juga Negara-negara maju seperti Amerika Serikat, Australia, Inggris dan Jerman’. Isu dimaksud pernah diungkapkan Rusli Lutan pada Konvensi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga 24-25 November 2008 di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung dengan tema “Paradigma baru dalam pembangunan keolahragaan nasional berbasis ilmu terpadu. Beberapa isu tersebut diantaranya berkaitan dengan hal-hal sebagai berikut :

Isu Program Kurikulum Pendidikan Jasmani di SD

Isu ini dapat ditinjau dari materi pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan oleh guru. Guru sering memaksakan anak untuk melakukan aktivitas fisik, yang tugas geraknya terlalu berat tidak sesuai dengan kemampuan fisiknya. Perilaku

guru semacam ini, melanggar prinsip *developmentally appropriate practice* (DAP). Keadaan ini diperparah lagi oleh paham dan keyakinan guru yang berpegang teguh bahwa penguasaan keterampilan olahraga merupakan tujuan utama dari pendidikan jasmani.

Isu Proses Pembelajaran Terpusat Pada Guru

Perihal ini memiliki beberapa kelemahan, yakni (a) kurangnya pengembangan dan variasi aktivitas belajar secara holistik, (b) kurangnya pemahaman dampak kebugaran jasmani dan gaya hidup sehat, (c) kurangnya pengalaman guru mengintegrasikan aktivitas pendidikan jasmani dengan bidang lainnya, (d) kurangnya pengembangan aspek afektif sehingga tidak mampu mengembangkan keterampilan sosial, kerjasama, dan kesenangan anak terhadap pendidikan jasmani. (e) kurangnya pemberian bantuan kepada anak agar mengerti emosi yang dirasakannya pada waktu melakukan aktivitas pendidikan jasmani, (f) kurangnya kemampuan guru dalam melaksanakan tugas ajar terlalu sukar yang menyebabkan mereka bosan, atau frustrasi, (g) kurangnya jumlah waktu aktif belajar.

Isu Ketidak Berhasilan Kurikulum Pendidikan Jasmani

Idealnya keberhasilan kurikulum pendidikan jasmani dapat ditinjau dari terdidiknya seseorang melalui aktivitas jasmani yang disebut dengan istilah *physically educated person* (PEP). Istilah ini merujuk kepada standar *National Association for Sport and Physical Education* (NASPE). Menurut NASPE (1992); dalam Adang Suherman (2008:11) di Amerika Serikat karakteristik PEP dimaksud

adalah : (a) memiliki beberapa keterampilan melakukan aktivitas fisik. (b) memiliki kebugaran jasmani yang baik, (c) dapat berpartisipasi secara teratur melakukan aktivitas jasmani, (d) mengetahui akibat dan manfaat dari aktivitas jasmani, dan (e) dapat memahami melakukan aktivitas jasmani menjadi hidup sehat.

Isu Kondisi Pendidikan Jasmani Saat Ini

Pendidikan jasmani saat ini terbilang menyedihkan dan bahkan sering dilecehkan. Hal ini diungkapkan Balitbang Diknas (2008:10) yang menyatakan 'menjelang ujian akhir di beberapa sekolah, pendidikan jasmani sering tidak dilaksanakan dengan alasan agar para anak tidak terganggu'. Pernyataan serupa juga diungkapkan oleh Aip Syarifuddin (2002) dalam Balitbang Diknas, (2008:9) yaitu 'kualitas guru pendidikan jasmani di beberapa sekolah pada umumnya kurang memadai, mereka kurang mampu melaksanakan tugasnya secara professional'. Kondisi saat ini menunjukkan banyak guru, ketika membuka pelajaran, menyuruh anak hanya senam dan lari sebagai bentuk pemanasan. Kemudian teknik dasar yang diberikan dalam suasana tegang, karena guru pendidikan jasmani dianalogikan sebagai penegak kedisiplinan dan kekerasan di sekolah. Terkadang anak disuruh melakukan bermain, sementara dia duduk di bawah pohon sambil memegang peluit. Peristiwa ini telah berlangsung dari waktu ke waktu sehingga tidak terpikir olehnya untuk menciptakan strategi pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan.

Isu Ditinjau Dari Olahraga Prestasi

Ma'ruful Kahri, 2012

Performan atlet Indonesia dalam event olahraga internasional seperti ASIAN Games, SEA Games, atau dalam PON dan PORDA akhir-akhir ini sangat mengecewakan. Rendahnya prestasi olahraga seperti ini, merupakan cerminan ketidakberhasilan pembibitan melalui pendidikan jasmani sejak usia SD. Walaupun disadari pendidikan jasmani tidak bertujuan menciptakan prestasi, tetapi misi utamanya berkontribusi terhadap pembentukan keterampilan dasar berolahraga. Keadaan ini diperparah lagi oleh sikap *stakeholder* mengabaikan arti pentingnya pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Seperti pemberian tugas guru yang tidak berlatar belakang pendidikan jasmani untuk mengajar. Kejadian ini apabila dibiarkan terus menerus, maka tidak akan berhasil meletakkan dasar yang kuat bagi olahraga prestasi di tingkat Nasional.

Isu Ketidak Cukupan Belajar Gerak

Isu ini berkenaan dengan waktu pelaksanaan pendidikan jasmani tidak efektif. Siedentop, (1980:25) pernah meneliti ‘Academic learning time-physical education (ALT-PE) hasilnya sebagai berikut:

‘Academic learning time-physical education (ALT-PE) is a unit of time in which a student is engaged in relevant physical education content in such a way that he or she has an appropriate change to be successful. Appropriate success rate is usually about 80 percent probability of doing the task correctly as it is defined in the lesson. ALT-PE is thought to be a powerful way of evaluating the degree to which teacher perform effectively’.

Temuan penelitian Siedentop menegaskan bahwa ALT-PE merupakan acuan waktu keberhasilan anak dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani hanya berkisar

Ma’ruful Kahri, 2012

80 % waktu yang efektif. Sisanya terbuang karena terjadi pergantian dalam melakukan tugas gerak. Lebih tegas lagi diungkapkan Tousignant, Parker (1982) dalam Tinning (1987:55) yang menyatakan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani banyak waktu terbuang (28 %) dipergunakan menunggu giliran (pergantian) peralatan. Selanjutnya 20 % lagi waktu habis digunakan tugas managerial, seperti memilih tim, menggerakkan dan mengorganiser praktek dari satu tempat ke tempat lain. 20 % lagi waktu digunakan menerima informasi pelajaran dari guru, dan sisanya hanya 32 % waktu yang tersedia untuk melakukan keterampilan.

Penelitian serupa pernah dilakukan Rusli Lutan (1993:37) dengan fokus jumlah waktu aktif belajar (JWAB) kalangan guru-guru pendidikan jasmani di Jawa Barat. Kesimpulan yang diperoleh yaitu 'penggunaan waktu pembelajaran pendidikan jasmani tidak mencukupi, banyak waktu habis terbuang digunakan berjalan ke tempat lapangan olahraga, banyak waktu terbuang karena menunggu giliran menggunakan fasilitas dan alat olahraga. Hanya sepertiga sisa waktu yang dapat digunakan melaksanakan inti pelajaran'. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menyarankan bahwa indikator keberhasilan waktu pendidikan jasmani yang efektif adalah "jumlah waktu aktif berlatih (JWAB) banyak, waktu menunggu giliran sedikit, dan proses pembelajaran melibatkan partisipasi anak dan guru secara aktif".

Pendidikan jasmani merupakan satu-satunya pelajaran di sekolah yang menggunakan gerak sebagai media pembelajaran. Dalam kaitan ini, Wuest dan Bucher (1995:97) menyebutkan, "*movement is the keystone of physical education*".

and sport". Oleh karenanya Anderson , (2006); dalam Chin Ming-Kai (2008;12) mengungkapkan, bahwa "di Eropa-saat ini menerapkan aktif bergerak minimal 90 menit setiap harinya untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan fisik masyarakatnya". Seiring dengan itu pula, Kaplan, Liverman dan Kraak, (2005); McKenzie et al.,(2003) dalam Chin Ming-Kai (2008:8) menegaskan bahwa proses pendidikan jasmani merupakan '*increasing physical activity through physical education is also a proposed public health strategy to reduce obesity in childhood and adolescence*'.

Beberapa isu di atas, sudah diseminarkan dalam kongres *International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE)* di Berlin tahun 1999. Dalam kongres tersebut, Ken Hardman (1999); dalam Rusli Lutan (2003:115) menyatakan 'adanya kelemahan di dalam relevansi budaya terhadap nilai-nilai akademik pendidikan jasmani sebagai akibat tidak terlaksananya kurikulum pendidikan jasmani secara tuntas'. Hal ini terbukti implementasi pendidikan jasmani di masing-masing negara tidak ada yang mencapai 100 %. Contohnya, di Afrika hanya 25 %, Asia, 33 %, Kanada, 57 %, Ocenia, 70 %, Amerika Utara, 72 %, Amerika Serikat, 74 %, Timur Tengah, 82 %, dan Eropa, 87 %.

Berdasarkan data tersebut, pendidikan jasmani sedikit sekali mengalami kemajuan yang dicapai dari sisi pengembangan kurikulum. Sebabnya karena sedikit orang yang mau menekuni berbagai disiplin ilmu sebagai landasan pemahaman pendidikan jasmani dan olahraga. Di sisi lain, kurangnya publikasi hasil penelitian

pendidikan jasmani Indonesia ke dalam jurnal nasional maupun internasional. Kekurangan publikasi seperti inilah yang menyebabkan bangsa Indonesia masih sebagai konsumen, bukan penghasil ilmu yang tekun. Diperparah lagi oleh ketiadaan buku-buku pendidikan jasmani dan olahraga dengan disiplin ilmu yang mumpuni. Manakala masalah ini dibiarkan terus menerus, dampak penggiring lainnya munculah masalah rendahnya kebugaran jasmani yang pada akhirnya menimbulkan penyakit hipokinetik, dan berdampak pula terhadap pertumbuhan dan perkembangan fisik anak.

Isu Pendidikan Jasmani Mempromosikan Kebugaran Jasmani Anak

Konsep pendidikan jasmani dalam upaya mempromosikan kesehatan dan kebugaran jasmani anak di sekolah. Hal ini terungkap pada saat konferensi PBB bulan Pebruari 2003 di Switzerland dengan tema '*Sport as a means to promote education, health development and peace*'. Menyimak hasil konferensi tersebut, PBB menegaskan bahwa "pendidikan jasmani dan olahraga dapat mempromosikan kesehatan, dan kebugaran jasmani untuk semua orang, segala usia, tidak memandang perbedaan ekonomi, sosial dan budaya". Pernyataan ini, disambut baik oleh pemerintah Hongkong dan Cina. Baru-baru ini di Hongkong, dan Cina menerapkan pendidikan jasmani dengan paradigma baru, yakni kurikulum berbasis perkembangan masa hidup untuk lebih lama (*areas curriculum development council*). Perihal ini disampaikan Chin Ming-Kai (2008:9) pada kongres Sport for All 2008 di Kuala Lumpur sebagai berikut "*In Hongkong-China, in order to formulate a curriculum*

Ma'ruful Kahri, 2012

paradigm that fosters life-long learning and focuses on whole-person development physical education is included as one of the key learning areas". Mencermati pernyataan Chin Ming-Kai ini, ditegaskan bahwa tujuan utama pendidikan jasmani adalah untuk membantu anak mengembangkan gaya hidup aktif, hidup sehat dan memiliki kebugaran fisik, melalui berbagai aktivitas fisik serta belajar keterampilan berolahraga. Jadi pemikiran di atas, menempatkan pendidikan jasmani sebagai satu sumber untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak-anak di sekolah. Selayaknya anak yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik. Namun kenyataannya saat ini, masih banyak anak-anak memiliki kebugaran jasmani yang rendah karena mengalami beberapa persoalan, diantaranya adalah obesitas.

Isu Obesitas Menyebabkan Rendahnya Kebugaran Jasmani

Hasil survei sosial ekonomi nasional, (Susenas 2004) dalam Nerry A Sani, (2004:2) menyatakan 'penyebab rendahnya kebugaran jasmani selain pola makan tidak seimbang, kurang serat, kurang sayur, dan kurang buah, juga masalah kegemukan (obesitas)'. Menelaah penyebab obesitas, pada umumnya berhubungan dengan pola makan tidak seimbang antara aktivitas tubuh dan konsumsi makanan. Orang yang mengalami obesitas, porsi makannya lebih banyak karena tidak aktifnya hipotalamus. Hipotalamus adalah bagian otak yang memberi sinyal kenyang sepuluh menit sesudahnya. Di pusat hipotalamus terdapat dua sinaps yang memberitahukan rasa lapar dan rasa kenyang. Untuk sinaps rasa lapar, terletak pada

ventrolateral hypothalamus sedangkan pusat kenyang terletak pada ventromedial hypothalamus. Dalam keadaan normal isyarat rasa lapar dikirim ke korteks serebri yang berasal dari pusat kenyang karena dipengaruhi oleh distensi lambung, plasma glucose, dan insulin serta pengaruh substansi katekolamin sehingga orang tersebut merasa kenyang. Tetapi apabila terjadi gangguan pada regulasi perambatan ini, maka orang tersebut tidak merasa kenyang dan terjadi makan yang berlebihan pada akhirnya menyebabkan obesitas.

Obesitas dari perspektif metabolisme merupakan indikator dari berfungsinya kerja metabolisme secara baik. Semakin cepat metabolisme bekerja, maka semakin baik tubuh anda. Sebaliknya semakin lambat metabolisme bekerja, maka tubuh anda mengalami obesitas. Metabolisme wanita lebih lambat dari pria, oleh karena itu sebanyak 30 % wanita lebih cepat gemuk dibandingkan pria. Pada pria muda kandungan lemak tubuh rata-ratanya 12 % sedangkan wanita 2 %. Karena itu, apabila pria kandungan lemak tubuhnya melebihi dari 20 % dinyatakan obesitas, demikian pula wanita apabila melebihi dari 30 % dinyatakan obesitas. Pada wanita lemak di simpan di bagian pinggul, sedangkan pada pria lemak di simpan di perut.

Menurut Rusli Syarif dokter ahli nutrisi dan metabolik anak Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (UI) dalam Misnadiarli, (2007;144) 'Obesitas adalah penyakit yang ditandai penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan'. Sekarang ini obesitas tidak saja di alami orang dewasa, tetapi juga anak-anak. Perihal ini diperkuat oleh Ebbeling PawLak dan Ludwing,(2002); Finer, (2003),Wang,

Ma'ruful Kahri, 2012

Monteiro, & Popkin, (2002) dalam Chin Ming-Kai (2008:1) mengatakan ‘...*the world-wide prevalence of obesity in childhood is also increasing*’. (*Journal 12th World Sport for All Congress Malaysia 2008*).

Dalam kaitan yang sama, disampaikan Florentino (2002); dalam Chin Ming Kai (2008:3) “*Increasing prevalence of obesity has been shown not only in the industriall developed countries, but also in the developing countries*”. Oleh karena itu WHO (2002) menyatakan bahwa kelebihan berat merupakan faktor resiko kelima dari 39% total obesitas. Sekarang ini ada enam negara dari sepuluh negara di Asia mengalami penyakit obesitas tertinggi, yakni; (1) Cina, (2) India, (3) Indonesia, (4) Jepang, (5) Pakistan dan (6) Banglades. Kemudian berdasarkan hasil survey himpunan obesitas Indonesia Askandar Tjokroprawiro, (2006); dalam Misnadiarli (2007;144) menyatakan bahwa ‘anak-anak SD favorit di Jakarta Selatan, saat ini mengalami obesitas sebanyak 20 %, di Semarang 12 %. Perihal yang sama dikemukakan Djer (1998) dalam Misnadiarly (2007:145) yang melaporkan bahwa anak lelaki perkotaan mengalami kenaikan obesitas dari 4,6 % menjadi 6,3 %, sedangkan anak perempuan dari 5,9 % naik menjadi 8 %.

Dalam pandangan yang lebih luas, saat ini diperkirakan sekitar 155 juta anak-anak dan anak remaja usia sekolah mengalami gejala obesitas dan kelebihan berat. Perihal ini dinyatakan oleh Kostis & Panagiotakios, (2006); Ebbeling, Pawlak & Ludwig (2002) dalam Chin Ming-Kai (2008:4) menyebutkan : “.....*It is estimated 155 million school-age children and adolescent experience of obesity and being*

overweight". Selanjutnya Ogden., (2006) dalam Chin Ming-Kai (2008:4) memprediksi bahwa anak-anak usia 6 - 11 tahun mengalami obesitas di perkirakan meningkatkan dari 15,1 % menjadi 18,8 % antara tahun 1999 dan 2004. Demikian pula prediksi General Accounting Office, (2006) dalam Chin Ming-Kai (2008:4) yang menyatakan 'bahwa anak-anak Amerika Serikat mengalami peningkatan obesitas sebanyak 20 % pada tahun 2010. Nah bagaimana di Indonesia, dikatakan bahwa rendahnya kebugaran jasmani anak-anak, sebagai dampak dari rendahnya kualitas pengajaran pendidikan jasmani.

Isu Rendahnya Kebugaran Jasmani Anak

Sekarang ini penyakit jantung tidak lagi menyerang orang dewasa, tetapi juga menyerang anak-anak dan remaja sebagai dampak rendahnya kebugaran jasmani di berbagai jenjang pendidikan di Indonesia. Rendahnya kebugaran jasmani tersebut, terbukti dari hasil survei yang dilakukan oleh tim pengembang Sport Development Index (Mutohir, dan Ali Maksum, 2007: 52) meneliti kebugaran jasmani pelajar di seluruh Indonesia. Hasilnya tidak ada yang baik sekali atau 0 %, katagori baik hanya 5,66 %, sedang 37,66 %, kurang 45,97 %, dan kurang sekali 10,71 %. Perihal ini menurut (WHO 2004) apabila dapat dicegah lebih awal, maka akan mengurangi angka kematian sebesar 2 juta orang atau 5479 orang yang meninggal dunia akibat penyakit hypokinetik setiap tahunnya. (G. Petersen 2004;2).

Kondisi ini tentunya sangat memprihatinkan, sehingga dapat dibayangkan bagaimana produktivitas kerja masyarakat selama ini. Karena itu, masyarakat perlu didorong untuk melakukan berbagai aktivitas jasmani secara sistematis, dan berkelanjutan. Dampak lain, akibat rendahnya kebugaran jasmani masyarakat, ditinjau dari dua sisi ekonomis yang terjadi, yakni : (1) peningkatan biaya pengobatan, (2) penghematan biaya pengobatan. Dari sisi peningkatan biaya, perihal ini terbukti dari hasil survey *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance* (AAHPERD:1999) dalam Mutohir, dan Ali Maksum, (2007:47), menyatakan ‘beberapa negara terjadi peningkatan biaya pengobatan, seperti di Belanda 2.4 %, Kanada 6 %, dan Amerika Serikat 9 % termasuk biaya untuk mengatasi obesitas’. Pernyataan serupa juga disampaikan oleh Dave Jackson, Houlihan (1997) dalam Rusli Lutan dan Hallam Pereira (2003:2a) menyatakan ‘apabila olahraga dapat dikemas dengan baik, maka dapat mempunyai peluang ekonomi yang besar bagi sebuah industri olahraga dengan memanfaatkan sumber peralatan dan infrastruktur yang representatif. Kemudian dari sisi penghematan biaya, sebagaimana yang dikatakan Bruce Kidd (1997) dalam Mutohir, dan Ali Maksum, (2007:47) makalahnya berjudul *the economic case for physical education* menjelaskan, bahwa ‘Amerika Serikat dapat menghemat biaya pengobatan sebesar \$ 330/orang, atau sebesar \$ 580 juta/orang dalam setahun. Kanada sebesar \$ 364/orang, atau sebesar \$ 200 juta/orang dalam setahun’. Dengan demikian, apabila setiap 1 dollar diinvestasikan pada aktivitas jasmani, maka akan menghasilkan penghematan biaya

Ma'ruful Kahri, 2012

pengobatan sebesar \$ 320/orang dan menghasilkan keuntungan sebesar \$ 29 juta dalam setahun. Lebih lanjut Hallam Pereira dan Rusli Lutan, (2003:2b) menyatakan bahwa melakukan ‘Olahraga dapat menurunkan nilai keuangan pemerintah dalam mengeluarkan biaya pengobatan kepada masyarakat’.

Isu Pentingnya Kebugaran Jasmani Meningkatkan Kualitas Hidup

Pentingnya kebugaran jasmani, mengacu deklarasi the Magglingen sebagaimana dikutip Mutohir, dan Ali Maksum, (2007:17) sebagai berikut : “*sport is a part of the schooling system helps young people perform better, and improves their quality. Making physical education of the system helps young people perform better, and improves their quality of life*”. Menyimak pernyataan tersebut, olahraga merupakan bagian dari sistem pendidikan dan dapat membantu anak-anak melakukan aktivitas gerak yang lebih baik guna meningkatkan kualitas hidup mereka. Pendidikan jasmani dapat membantu anak-anak melakukan aktivitas gerak guna meningkatkan kualitas hidup (*quality of life*) lebih baik lagi”. Orang yang memiliki kualitas hidup baik, adalah orang yang sehat jasmani, rohani dan sosial serta spritualnya (*weellbeing*). Upaya yang ditawarkan dengan cara melakukan aktivitas fisik setiap hari agar harapan hidup menjadi lebih lama (*longevity*). Perihal ini sebagaimana yang sudah diterapkan di Hongkong dan Cina. Kedua negara ini sejak tahun 2003 berhasil sukses menerapkan program aktivitas fisik setiap harinya sehingga masyarakatnya memiliki tingkat kualitas hidup yang baik. (Chin Ming-Kai (2008:8). Selanjutnya Chin Ming-Kai (2008:9) menjelaskan untuk melakukan

Ma'ruful Kahri, 2012

program aktif bergerak anak-anak sekolah, diterapkan pada setiap jam istirahat selama lima menit. Program ini dilakukan oleh semua anak dan guru dengan berbagai aktivitas gerak menari, seperti tarian *Chu Shang de Taiyang*, tarian *Qingchun de Huoli*, serta diselingi dengan musik jazz modern. Dengan demikian mereka akan memiliki *quality of life* yang lebih baik lagi. Keuntungan lain orang yang memiliki kualitas hidup yang baik adalah “*Can also help people sleep better*”. Nah bagaimana dengan bangsa Indonesia?.

Pemerintah Republik Indonesia melalui kerjasama Departemen Kesehatan (Depkes) dengan instansi yang terkait, berupaya menyusun strategi kebijakan pembangunan baru didasarkan pada “*Gerakan Pembangunan Berwawasan Kesehatan dan Kebugaran Jasmani*”. Gerakan ini dicanangkan oleh Presiden Republik Indonesia pada pembukaan rapat kerja kesehatan nasional Depkes pada tanggal 1 Maret 1999 sebagai sebuah strategi. Strategi ini merupakan strategi nasional menuju Indonesia sehat 2010 dikenal sebagai paradigma sehat, yaitu *fit for health* atau *move for health*. Artinya bergerak agar sehat dan bugar. (Pribakti, 2009:10b). Program Indonesia sehat 2010 tersebut, menghendaki agar masyarakat Indonesia menjadi masyarakat berperilaku hidup sehat dengan mengoptimalkan lingkungannya untuk mewujudkan masyarakat madani (*Civil Society*), yaitu masyarakat yang adil berkemakmuran dan makmur berkeadilan. Jika pembinaan tersebut dibarengi dengan pembinaan bakat olahraga, maka di kemudian hari akan menghasilkan prestasi olahraga.

Ma'ruful Kahri, 2012

Isu Kemampuan Mempelajari Gerakan Yang Baru (Motor Educability)

Isu ini berpangkal akibat ketidakpahaman guru tentang hakikat tubuh anak yang sesungguhnya berbeda dengan fisik orang dewasa. Keadaan ini diperparah lagi adanya perilaku guru cenderung malas dan kurang mencintai tugas itu dengan sepenuh hati, sehingga dalam memberikan tugas gerak melanggar prinsip *developmentally appropriate practice* (DAP), yakni tidak memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak. Kepada anak diberikan tugas gerak melebihi dari kemampuan fungsional tubuhnya, sehingga untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*) anak-anak mengalami hambatan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Motor educability menurut Rusli Lutan (1988:115) adalah kemampuan umum untuk mempelajari tugas gerak secara cermat dan cepat. *Motor educability* juga merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi tingkat penguasaan suatu keterampilan gerak. Jika seseorang memperlihatkan penampilan (*performa*) dalam menguasai gerakan dengan kualitas dan kuantitas yang baik, maka orang itu dikatakan memiliki tingkat *motor educability* yang baik pula. Selanjutnya Rusli Lutan (1988:116) menegaskan bahwa *motor educability* erat hubungannya dengan koordinasi gerak. Semakin tinggi tingkat *motor educability*-nya, maka semakin tinggi pula koordinasi geraknya. Menurut Harsono (1988:220) yang dikatakan koordinasi gerak yang baik, bukan saja mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi juga mudah dan cepat dalam mempelajari gerakan yang baru (*new motor*

skill). Faktor semacam inilah yang menjadi fokus dalam penelitian ini, karena selain bisa dijadikan pertimbangan untuk menetapkan suatu keterampilan, juga untuk membedakan dan untuk mengelompokkan anak ke dalam kelompok individu lainnya, baik dalam berolahraga maupun sosial berbudaya serta perilaku berkarakter dalam kehidupan masyarakatnya.

B. Identifikasi Variabel dan Rumusan Masalah

Berdasarkan ungkapan dalam latar belakang masalah di atas, menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan satu-satunya pelajaran di sekolah yang menggunakan gerak sebagai media pembelajaran. Perihal ini menurut Wuest dan Bucher, (1995:97) adalah “*movement is the keystone of physical education and sport*”. Oleh karena itu, penelitian ini terfokus mempelajari pengayaan gerak dasar melalui aktivitas bermain merupakan kata kunci dalam pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga dikaitkan dengan konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis yang berbeda antara desa dan kota. Atas dasar pertimbangan ini pula ditetapkan dua jenis variabel, yakni (1) variabel bebas, (2) variabel terikat. Secara rinci dijelaskan sebagai berikut :

Variabel Bebas.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) *Model pendekatan pembelajaran, terdiri dari dua variabel; (a) model pendekatan pengayaan gerak dasar melalui aktivitas bermain anak, (b) model pendekatan direct instruction dilambangkan dengan X_1 .*

Penetapan variabel ini sebagai pengalaman ajar, yang mengacu pada aktivitas bermain anak dengan prinsip *developmentally appropriate practice* (DAP). Yakni prinsip pengajaran yang memperhitungkan penyesuaian pertumbuhan dan perkembangan anak. Kepada anak diberikan tugas gerak sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan fisiknya dengan dasar anak bukanlah manusia dewasa. Kemudian alasan penetapan model pembelajaran direct instruction. Penetapan variabel ini terinspirasi dari model pembelajaran pendidikan jasmani Metzler, (2005) yang menyatakan bahwa guru sebagai pemimpin dengan format pembelajarannya lebih menekankan kepada penguasaan teknik dan keterampilan dasar bermain olahraga. Ciri-ciri dari model ini, berpusat pada guru (*teacher centered approach*).

- b) *Konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis, terdiri dari dua macam variabel, yakni ; (a) di desa dan (b) di kota dilambangkan dengan X_2 .*

Penetapan variabel konteks lingkungan ini, dibatasi dalam pengertian lingkungan sosial budaya dan geografis antara desa dan kota.

Variabel desa merupakan objek pembelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan di lingkungan pedesaan. lingkungan pedesaan dimaksud adalah desa Loksado yang merupakan desa terpencil dihuni oleh sekelompok

masyarakat Dayak yang dalam sisi kehidupan masih tradisional karena posisi mereka terisolasi (terasing) dari kehidupan layaknya. Penjelasan desa Loksado secara rinci, dapat dilihat pada lokasi penelitian. Sedangkan lingkungan kota, menggunakan murid SD Pasarlama 1 Banjarmasin jalan S. Parman Banjarmasin. Karakteristik masyarakatnya merupakan masyarakat kota karena berada di ibu kota pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan. Dalam kehidupannya sehari-hari sudah mengikuti pola kehidupan semi modern. Karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani yang tidak saja dipengaruhi oleh metode, strategi, model dan pendekatan saja, tetapi juga dapat diamati sisi konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis.

Variabel Terikat.

Variabel terikat merupakan variabel konsekuensi dari variabel bebas (variabel terpengaruh). Dalam penelitian ini ada dua, masing-masing dilambangkan Y_1 , Y_2 . Secara rinci dijelaskan sebagai berikut :

- a) *Kebugaran Jasmani (KJ) dilambangkan dengan Y_1 .* Penetapan variabel ini dengan alasan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani melalui aktivitas bermain anak, mampu meningkatkan motivasi anak untuk selalu aktif bergerak. Dengan aktifnya gerak fisik anak, diyakini dapat berpengaruh terhadap kondisi fisiologi yang pada akhirnya dapat pula meningkatkan kebugaran jasmani anak.
- b) *Motor educability anak dilambangkan dengan Y_2 .* Penetapan variabel ini dengan alasan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani melalui aktivitas

bermain anak, mampu menggugah motivasi anak untuk selalu aktif bergerak. Diyakini pula dengan menerapkan model pendekatan yang dilaksanakan dalam penelitian ini berdampak positif terhadap kemampuan untuk dapat mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*).

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan identifikasi variabel di atas, masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a) Apakah ada pengaruh pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model *direct instruction* terhadap kebugaran jasmani, dan *motor educability* pada anak usia 10-12 tahun?
- b) Apakah ada pengaruh konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis, (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10-12?
- c) Apakah ada pengaruh interaksi antara pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model *direct instruction* dengan konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* pada anak usia 10-12 tahun?.

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Ma'ruful Kahri, 2012

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan ;

- a) Pengaruh pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model *direct instruction* terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10 -12 tahun.
- b) Pengaruh konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis, (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10 -12 tahun.
- c) Pengaruh interaksi antara pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model pembelajaran *direct instruction* dengan konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis, (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10-12 tahun.

Manfaat Penelitian.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis.

Manfaat Teoretis :

- a) Memberikan sumbangan pengetahuan (keilmuan) pendidikan jasmani implikasinya pada pembinaan kebugaran jasmani dan *motor educability* anak sekolah dasar (SD).
- b) Memberikan sumbangan pengetahuan (keilmuan) pedagogi olahraga, terutama berkaitan dengan pemutakhiran teori pengajaran pendidikan jasmani berazaskan *developmentally appropriate practice*.

Ma'ruful Kahri, 2012

- c) Penajaman kontribusi pendidikan jasmani bagi dunia pendidikan, yang bukan hanya semata berkontribusi pada perkembangan dan pertumbuhan fisik saja, tetapi juga berkontribusi pada kebugaran jasmani, *motor educability*.

Manfaat Praktis

Bagi para penyusun kurikulum, diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengambilan keputusan dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani secara efisien dan efektif. Hasil penelitian ini pula, manfaatnya diperuntukan buat:

- a) Guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini dapat membantu meningkatkan proses belajar mengajar (PBM) pendidikan jasmani dikalangan pelajar, khususnya di sekolah dasar (SD),
- b) Para peneliti lain, hasil penelitian ini merupakan bahan informasi guna memberikan rangsangan untuk melakukan penelitiannya berkaitan dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani di SD.
- c) Lembaga pendidikan tenaga keguruan (LPTK), khususnya FPOK dan JPOK hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam upaya mempersiapkan tenaga pendidik di bidang pendidikan jasmani dan olahraga.

E. Asumsi dan Hipotesis

Asumsi adalah anggapan dasar yang melandasi perumusan hipotesis, karena itu beberapa landasan penting dalam perumusan hipotesis disusun sebagai berikut :

Ma'ruful Kahri, 2012

Menurut Anderson, (2006); dalam Chin Ming-Kai (2008;12) menyatakan ‘Eropa-saat ini mengusulkan agar anak-anak usia 11 sampai 14 tahun selalu aktif bergerak minimal 90 menit setiap hari dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan fisik masyarakatnya’. Dalam pandangan yang sama, menurut Kaplan, Liverman dan Kraak, (2005); McKenzie et al., (2003) dalam Chin Ming-Kai (2008:8) mengatakan *“increasing physical activity through physical education is also a proposed public health strategy to reduce obesity in childhood and adolescence”*. Begitu pula, tidaklah berlebihan Bart Crum (1994) mengatakan *‘movement culture’* dikaitkan dengan konteks budaya gerak, faktor lingkungan sangat berpengaruh, misalnya anak-anak yang berada di pedesaan diasumsikan lebih banyak aktif bergerak dibandingkan dengan anak-anak yang berada di lingkungan perkotaan. Mencermati pernyataan di atas, menempatkan pendidikan jasmani sebagai satu sumber keyakinan untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak-anak di sekolah. Sejatinya anak yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik.

Asumsi : *“Ada pengaruh interaksi antara pendekatan pengayaan gerak melalui pendekatan aktivitas bermain anak, model direct instruction, dan konteks lingkungan (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani dan motor educability anak usia 10-12 tahun”*.

Landasan rasionalisasi dari asumsi ini, diyakini bahwa model aktivitas bermain anak ini, merupakan pendekatan pembelajaran yang lebih menekankan

dalam bentuk aktivitas gerak bermain yang menggemirakan. Strategi pembelajarannya diorganisir kedalam bentuk modifikasi secara terstruktur dari yang mudah kearah yang lebih sukar.

Penetapan model ini sebagai pengalaman ajar, yang mengacu pada prinsip *developmentally appropriate practice (DAP)*. Prinsip dimaksud memperhitungkan penyesuaian pertumbuhan dan perkembangan anak. Kepada anak diberikan tugas gerak sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan fisiknya dengan dasar anak bukanlah manusia dewasa. Di samping itu, prinsip lainnya menekankan pemahaman filosofis bahwa anak adalah mahluk bermain (*homo-luden*). Bahkan menurut Griffin, Mitchell, & Oslin (1997: 8) tujuan pembelajaran bermain adalah: (1) penguasaan kemampuan bermain melalui keterkaitan antara aktivitas gerak dengan perkembangan keterampilan, (2) memberikan kesenangan dalam beraktivitas, dan (3) memecahkan masalah-masalah dan membuat keputusan selama bermain.

Langkah-langkah pelaksanaan model ini, oleh Metzler (2000: 369) secara lebih rinci dijelaskan sebagai berikut:

(1) format bermain, anak diarahkan kepada bentuk-bentuk bermain, (2) mengajar untuk pemahaman, pada saat pembelajaran berlangsung guru menghentikan sementara kegiatan pembelajaran untuk mengadakan tanya jawab dengan anak, (3) drill untuk pengembangan keterampilan, guru menjelaskan dan memberikan contoh kepada anak untuk melakukan pengulangan terhadap keterampilan teknik, (4) kembali ke format bermain, para anak melakukan bermain kembali sesuai dengan instruksi guru, (5) evaluasi (penutup), guru menjelaskan kembali konsep dan prinsip penting pola-pola bermain yang telah dilakukan oleh anak.

Sedangkan rasionalisasi model pembelajaran *direct instruction*, menurut Thorpe, Bunker & Almond (1986: 26) format kegiatan pembelajarannya meliputi “pengenalan aktivitas gerak dasar, dan fase keterampilan gerak dasar, dan keterampilan bermain”. Format kegiatannya meliputi pemanasan, pengembangan keterampilan gerak dasar, modifikasi bermain, dan kemudian bermain.” Menyimak pendapat tersebut, suasana pembelajarannya memberi kesan monoton dan membosankan, sehingga kurang merangsang minat belajar pada anak. Dampaknya, anak yang belajar tidak diarahkan kepada prinsip penyesuaian kemampuan kapasitas fisik anak itu sendiri. Kepada anak diberi tugas gerak yang melebihi kemampuan fisiknya sehingga anak merasa kelelahan. Di sisi lain model *direct instruction* ini di cirikan dengan semua aktivitas dan bahan pembelajaran sudah di atur oleh guru itu sendiri, anak tinggal menerima saja.

Berdasarkan asumsi di atas, diduga terdapat perbedaan pengaruh pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model pembelajaran *direct instruction*, serta konteks lingkungan geografis (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani dan *motor educability* anak usia 10-12 tahun. Memperhatikan kondisi demikian, implementasi pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar melalui pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak dan model *direct instruction*, serta konteks lingkungan (desa dan kota) sangatlah beralasan. Beberapa pendekatan pembelajaran tersebut diindikasikan dapat memberikan kontribusi positif terhadap kebugaran jasmani dan *motor educability* anak SD usia 10-12 tahun.

Ma'ruful Kahri, 2012

Melalui pendekatan pembelajaran model pengayaan gerak, dan model *direct instruction* serta dikaitkan dengan konteks lingkungan sosial, dan budaya geografis (desa dan kota) itu, anak yang belajar diarahkan kepada kondisi Pembelajaran Aktif, Kreatif dan Menyenangkan (PAKEM) yang disesuaikan dengan kemampuan gerak pada saat itu dan situasi-kondisi lingkungan di sekolah. Model ini pula diarahkan kepada pemahaman pola-pola gerak dasar. Sedang melalui model pembelajaran *direct instruction*, anak diarahkan kepada belajar penguasaan keterampilan dan penguasaan teknik dasar cabang olahraga tertentu.

Menyimak gambaran perbedaan pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak dengan model pembelajaran *direct instruction* dalam pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Dalam rangka untuk memperoleh hasil proses pembelajaran yang baik, maka diduga terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani dan motor educability anak usia 10-12 tahun di Sekolah Dasar, baik antara yang diajar melalui pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak maupun model pembelajaran dengan pendekatan *direct instruction*. Model pembelajaran pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak lebih besar pengaruhnya dari pada model pendekatan *direct instruction*.

F. Hipotesis.

Berdasarkan asumsi di atas, diajukan beberapa hipotesis yang memberi arah penelitian sebagai berikut:

H1 : Terdapat pengaruh positif pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model *direct instruction* terhadap kebugaran jasmani, dan *motor educability* anak usia 10-12 tahun.

H2 : Terdapat pengaruh positif konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10-12 tahun.

H3 : Terdapat pengaruh interaksi antara pendekatan pengayaan gerak melalui aktivitas bermain anak, dan model *direct instruction* dengan konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis (desa dan kota) terhadap kebugaran jasmani, *motor educability* anak usia 10-12 tahun.

Berdasarkan asumsi dan hipotesis di atas, dapat disarikan ke-dalam dua status kinerja fisiologis yang diformulasikan kedalam tatanan kerja kebugaran jasmani anak-anak. Dalam formulasi tersebut, proses kerja fisiologis saling berinteraksi untuk meningkatkan kapasitas aerobic, anaerobic, dayatahan otot, kekuatan otot, daya tahan otot lokal, koordinasi gerak dan bahkan memberikan dampak perubahan

terhadap beberapa komponen lainnya. Dampak perubahan dimaksud meliputi dampak kelelahan, belajar, motivasional, gaya hidup aktif, gaya hidup sehat, peningkatan stimulus, dan *motor educability* anak. Apabila beberapa komponen tersebut secara bersama-sama pula berinteraksi melakukan aktivitas gerak (*physical activity*) dan bahkan direspons secara lebih baik melalui berbagai latihan dan aktivitas gerak fisik. Maka di dalam tubuh anak lama-kelamaan dapat beradaptasi menuju peningkatan kualitas gerak, dimana kualitas gerak tersebut secara bersama-sama pula akan berdampak secara positif dan negatif. Dampak positif dari aktivitas gerak tersebut akan terlihat pada pertumbuhan dan kematangan fisik anak dan meningkat menjadi pengembangan kebugaran jasmani dan bahkan mampu mempersiapkan fisik anak untuk dapat beradaptasi dalam hal mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*) dalam konsep *motor educability* anak-anak.

G. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan rancangan pre-test and post-test design". Hyllegard (1996: 424) menyatakan "experiments are conducted to investigate causal and effect relationships". Metode eksperimen adalah cara mengadakan kegiatan percobaan yang bertujuan untuk menemukan hubungan sebab akibat beberapa variabel yang diselidiki. Hubungan sebab akibat dimaksud, yakni terhadap kelompok eksperimen (KE) dan

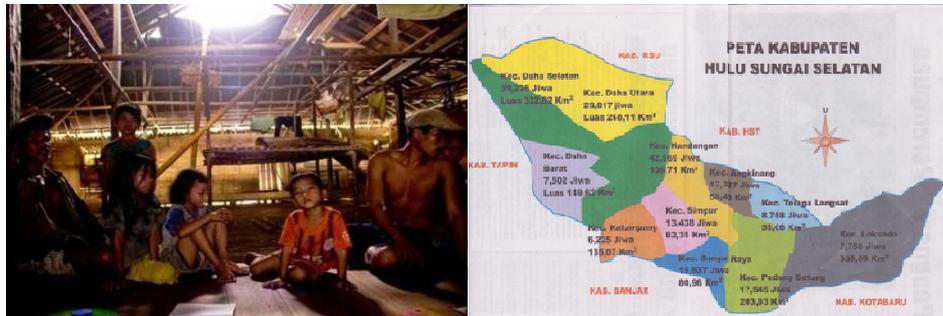
membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol (KK) yang tidak dikenai perlakuan.

Teknik pengolahan dan analisis data untuk uji hipotesis, digunakan analisis multivarian dengan teknik MANOVA. Manova adalah suatu teknik statistik yang digunakan untuk menghitung pengujian signifikansi perbedaan rata-rata secara bersamaan antara kelompok untuk dua atau lebih variabel terikat dalam bentuk data skala interval atau rasio (Ghozali, 2009: 79) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

H. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada dua konteks lingkungan geografis yang berbeda, yakni lingkungan : (1) pedesaan, (2) perkotaan. Di pedesaan menggunakan murid Sekolah Dasar (SD) usia 10-12 tahun yang berlokasi di pedalaman Dayak Loksado Kabupaten Hulu Sungai Selatan. Desa pedalaman Dayak Loksado merupakan desa terpencil yang dihuni oleh sekelompok masyarakat Dayak berkumpul dalam sebuah balai (rumah adat) berukuran 10 sampai 15 meter.



Gambar 1
Balai (rumah adat) dan Peta Lokasi

Kehidupan masyarakatnya masih tradisional karena posisi mereka terisolasi (terasing) dari kehidupan layaknya. Masyarakat Dayak Loksado dalam kehidupannya mengembangkan budaya huma (tanam padi) atau berladang secara tradisional yang mereka sebut dengan istilah menugal. Menugal atau berladang bukan saja pekerjaan kaum lelaki, tetapi juga perempuan dan bahkan anak-anak. Luas wilayah pemukimannya kurang lebih 338,89 Km². Dalam struktur pemerintahan, pemukiman Dayak Loksado terdiri dari 10 desa, yakni : (1) desa Halunak, (2) desa Panggungan, (3) desa Lumpangi, (4) desa Hulubanyu, (5) Tanuhi, (6) Loksado, (7) Louklahong, (8) Tumingki, (9) Kamawakan, (10) Haratai. Desa haratai terbagi lagi menjadi (a) Haratai 1, (b) Haratai 2 dan, (c) Haratai 3.

Tabel 1.1.
Data Luas Wilayah Kecamatan Loksado

No	Nama Desa	Luas Wilayah
1	Halunak	3,605 Ha
2	Panggungan	1,368 Ha
3	Lumpangi	2,462 Ha
4	Hulubanyu	4,044 Ha

5	Tanuhi	3,482 Ha
6	Loksado	9,51 Ha
7	Loklahung	3,486 Ha
8	Tumingki	2,891 Ha
9	Kamawakan	3,696 Ha
10	Haratai	3,486 Ha

Sumber :
Monografi Kecamatan Loksado tahun 1980

Pada era 70-an, perjalanan menuju Loksado hanya bisa berjalan kaki dengan menghabiskan waktu kurang lebih 8 - 12 jam dari ibu kota kabupaten. Dalam perjalanannya menelusuri lereng bukit dan terkadang melintasi sungai berarus deras. Sungai juga dijadikan mereka sebagai sarana transportasi dengan menggunakan bambu (lanting paring) penghubung antara desa ke desa lainnya. Di era sekarang oleh pemerintah Kabupaten Hulu Sungai Selatan (HSS) sejak tahun 1970 dibuat jalan beraspal sebagai jalur utama menuju Loksado selesai pada tahun 1980 bertepatan dengan terbentuknya kecamatan Loksado. Dampak terbangunnya jalan beraspal tersebut, membuka isolasi dari marginalisasi masyarakat dayak loksado menjadi masyarakat yang lebih maju dari keterasingan. Meski demikian, hingga saat ini masih ada 6 (enam) desa lagi yang masih terasing, mereka hidupnya berkelompok dengan menghuni satu atau dua rumah dalam satu umbun (keluarga).

Ke-enam desa tersebut itulah yang dijadikan penulis sebagai lokasi penelitian, yakni desa : (1) Lokhalung, (2) Tumingki, (3) Kamawakan, (4) Haratai satu, (5) Haratai dua, dan (6) Haratai tiga.

Ma'ruful Kahri, 2012



Di lihat dari kondisi alam, Loksado berwujud hutan tropis berfungsi sebagai hutan lindung mendominasi kawasan pegunungan. Hutan tropis tersebut seperti kayu meranti, ulin, lanan, putih, kayumanis, dan pohon karet. Mereka memiliki ladang luas sebagai tempat menugal (tanam padi) dilereng-lereng gunung. Jarak dari desa ke desa cukup berjauhan [.http://wikipedia.org/Suku_Dayak_Meratus](http://wikipedia.org/Suku_Dayak_Meratus)

Ke-anekaragaman budaya suku dayak berbeda satu dengan lainnya. Di Loksado dikenal sebagai adat dayak meratus. Budaya tersebut lebih menekankan pada upacara kehidupan, seperti upacara "Bawanang". Rumah adat mereka dinamakan balai. Balai merupakan rumah adat untuk melaksanakan upacara ritual (religi) yang di tengah-tengah balai tersebut ada sebuah altar (panggung) tempat meletakkan sesajen. Tiap balai dihuni oleh beberapa kepala keluarga, dengan posisi hunian mengelilingi altar upacara. Tiap keluarga memiliki dapur sendiri yang dinamakan *umbun*. Jadi bentuk balai ini, berbeda dengan rumah adat suku dayak umumnya yang berbentuk panjang rumah panjang (BPS HSS 2001). Sedangkan lokasi penelitian di lingkungan perkotaan, menggunakan murid SD Pasarlama 1 Banjarmasin jalan S. Parman

Ma'ruful Kahri, 2012

Banjarmasin. Karakteristik masyarakatnya merupakan masyarakat kota karena berada di ibu kota pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan. Dalam kehidupannya sehari-hari sudah mengikuti pola kehidupan semi modern.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

a) Populasi Penelitian.

Populasi penelitian ini adalah seluruh individu yang diteliti dengan memiliki karakteristik homogen. Karakteristik dimaksud berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan wilayah tempat tinggal anak yang sama pula. Dengan demikian populasi penelitian ini adalah seluruh anak Sekolah Dasar (SD) usia 10-12 tahun dengan konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis (desa dan kota) di Kalimantan Selatan.

b) Sampel Penelitian.

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dapat menggambarkan seluruh populasi yang representatif. Dalam penentuan sampel, agar memenuhi syarat representatif, maka prosedur dan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik

Ma'ruful Kahri, 2012

random sederhana (simple random). Dengan demikian jumlah sampel sebanyak 108 anak dengan rincian sebagai berikut : (a) sampel di pedesaan sebanyak 40 orang, terdiri dari 26 orang laki-laki 14 orang perempuan. Untuk lingkungan perkotaan sebanyak 68 orang, terdiri dari 34 orang anak laki-laki, dan 34 orang perempuan.

3. Definisi Operasional

Dalam upaya untuk lebih memahami penelitian ini, beberapa istilah perlu dijabarkan definisi operasional sebagai berikut :

- a. Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani tujuannya mencakup semua aspek pendidikan. (Jesse Feiring Williams ; 1999; dalam Freeman, 2001)
- b. Kebugaran jasmani adalah kemampuan fisik seseorang untuk melaksanakan tugasnya sehari-hari secara efisien dan efektif dalam waktu yang relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan masih memiliki tenaga cadangan untuk melaksanakan aktivitas lainnya.
- c. *Motor educability* adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*).
- d. Pendekatan Pengayaan gerak melalui aktivitas bermain adalah merupakan suatu model pendekatan pembelajaran dalam pendidikan jasmani dalam

Ma'ruful Kahri, 2012

pelaksanaannya menuntut kemampuan siswa dalam menangkap informasi dan mengolahnya lalu dikongkretkan dalam wujud gerak, yakni menggunakan badan, kaki dan tangan dalam bentuk bermain”.

- e. Konteks lingkungan sosial, budaya dan geografis adalah merupakan tata latar keberadaan lokasi sekolah dan siswanya dibatasi dalam pengertian lingkungan pedesaan dan perkotaan.

