

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dengan proses pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional Mahendra (2009) dalam (Lengkana & Sofa, 2017), dan Buscher dalam (Mustafa, 2020). Dalam mewujudkan proses pendidikan sesuai dengan hakikat pendidikan jasmani, tentunya bukanlah perkara yang mudah. Banyak hal yang harus di pahami, salah satunya adalah bagaimana memahami kaidah-kaidah program pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan secara seimbang yang mencakup antara fisik, pemikiran dan mental agar mampu mewujudkan hasil sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Adapun tujuan pendidikan jasmani adalah mengembangkan aspek kebugaran, ketrampilan gerak, ketrampilan berpikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani yang dilakukan secara sistematis (Brownell, 2013), (Johnson & Turner , 2016), Sedangkan Mahendra (2009) menjabarkan tujuan pendidikan jasmani adalah : (1) Menghasilkan insan yang berpendidikan dan berpandangan bahwa aktivitas jasmani ini bernilai, bermanfaat, dan dapat dilakukan di sepanjang hayat. (2) Melalui proses pendidikan, insan yang dapat memahami bagaimana membuat rencana kegiatan dan melaksanakannya, baik untuk keperluan sendiri secara perorangan maupun keperluan kelompok. (3) Untuk menghasilkan siswa yang terampil, menciptakan peluang dan memanfaatkannya dalam rangka pembinaan kebugaran jasmani, dan juga kemampuan mengatasi stress dan hambatan dalam kehidupannya.

Bertitik tolak pada beberapa tujuan pendidikan jasmani yang sudah dijabarkan, salah satu tujuan utama yang ingin dicapai melalui proses pembelajaran adalah mewujudkan kebugaran jasmani melalui aktifitas pembelajaran gerak.

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Dimana kebugaran jasmani tersebut akan menjadi modal penting bagi siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran dengan sebaik-baiknya dan masih mampu melakukan kegiatan positif lain setelahnya, seperti mengerjakan tugas rumah, membantu orang tua, berolahraga atau melaksanakan tugas-tugas yang lain di dimasyarakat. Sesuai dengan pernyataan (Santosa Giriwijoyo, 2009, p. 24), Kebugaran jasmani adalah derajat sehat dinamis seseorang yang merupakan kemampuan jasmani yang menjadi dasar untuk keberhasilan pelaksanaan tugas yang harus dilaksanakan.

Mengingat begitu pentingnya kebugaran jasmani di sekolah, pihak-pihak terkait, khususnya guru pendidikan jasmani, seharusnya serta merta berusaha untuk menjaga kondisi kebugaran jasmani, pola pikir dan sikap yang dibutuhkan siswa, agar mampu mengikuti kegiatan pembelajaran dengan sebaik-baiknya dan mampu menjaga kebugarannya untuk kegiatan positif lainnya, namun berbagai fakta yang ada menunjukkan hal-hal yang memprihatinkan bagi kondisi kebugaran siswa saat ini.

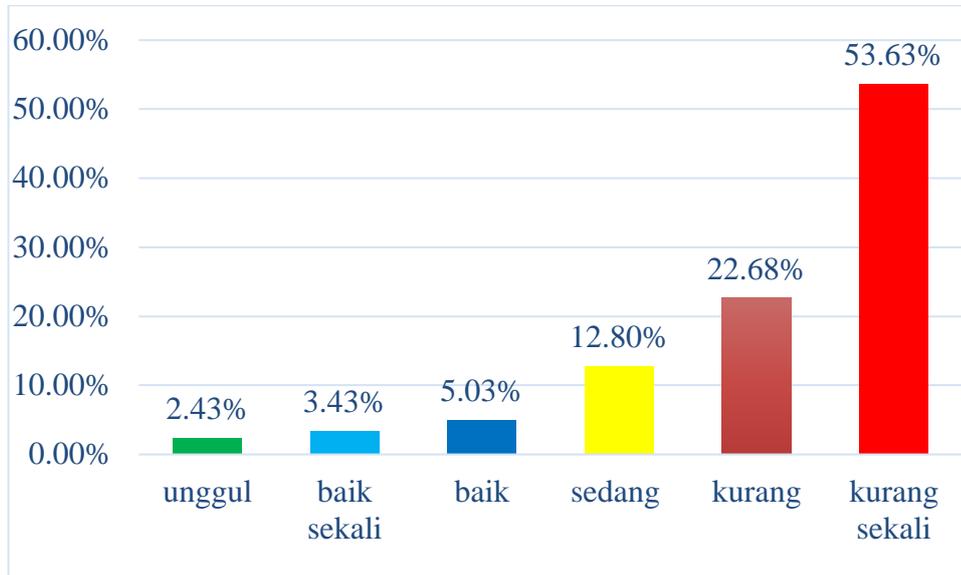
Pentingnya kebugaran jasmani untuk ditingkatkan juga terkait dengan semakin maraknya penyakit degeneratif yang disebabkan oleh gaya hidup tidak sehat karena kurang gerak. Kecenderungan meningkatnya penyakit hipertensi, obesitas, diabetes, jantung koroner, dan lain-lain tentunya menjadi *trigger* penting betapa kebugaran jasmani itu sangat vital, terutama Kebugaran jasmani berhubungan dengan kesehatan, performa, produktivitas, dan kualitas hidup.

Bukti bukti kongkrit telah menunjukkan kelemahan pihak-pihak tersebut kurang menyokong kebugaran jasmani siswa-siswa tersebut. Berdasarkan hasil laporan Nasional Sport Development Index 2021, survei dilakukan pada bulan juli-oktober 2021 dengan responden masyarakat di 34 Provinsi di Indonesia. Secara umum kondisi kebugaran jasmani di Indonesia sudah dilaporkan oleh pihak kementerian pemuda dan olahraga (Kemenpora), Dari total jumlah penduduk, masyarakat yang masuk kategori tidak bugar mencapai 76% dari angka tersebut 53% kategori sangat tidak bugar sekali, 22,68 % kurang bugar ,12,80 sedang, 5,03 baik, 3,43 % baik sekali dan hanya 2,43 % masyarakat yang dikategorikan memiliki

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kondisi sangat bugur atau prima. Kondisi kebugaran jasmani secara nasional dapat digambarkan pada gambar 1.1.



*Gambar 1.1*  
Data Kebugaran Jasmani Secara Nasional (Laporan SDI 2021)

Dengan melihat data pada tabel 1.1, kondisi ini tentu sangat memprihatinkan, rendahnya angka tingkat kebugaran masyarakat ini diperoleh dipicu sikap malas berolahraga atau melakukan aktifitas fisik. Asisten Deputi Pengelolaan Olahraga Pendidikan Kementerian pemuda dan olahraga dan Olahraga (Kemenpora) Ary Moelyadi menyebutkan kebugaran jasmani yang dimiliki oleh pelajar di Indonesia dapat dikatakan rendah “Dilihat dari derajat kebugaran jasmaninya, yang berada dikategori baik sekali hanya 0,14 %, yang masuk kategori aktif hanya 2,1%. ([www.merdeka.com](http://www.merdeka.com)).

Rendahnya kebugaran jasmani ini disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya terkait dengan pemahaman dan mental siswa terhadap kebugaran jasmani tersebut. Kita melihat masih banyak siswa yang malas-malasan untuk mengikuti kegiatan pembelajaran penjas, kemudian masih terlihat siswa yang dalam melakukan gerakan tidak sesuai dengan contoh yang diberikan oleh gurunya. Mereka terlihat tidak serius sehingga tujuan pendidikan jasmani menjadi pembelajaran gerak menjadi tidak seutuhnya dalam mewujudkan pengembangan potensi yang mencakup kognitif, afektif dan psikomotor (Abduljabar, 2011).

Berdasarkan observasi penulis di SMAN 1 Rambah yang ada di Kabupaten Rokan Hulu, dimana tempat menulis mengajar, terlihat beberapa permasalahan terkait dengan rendahnya kebugaran jasmani, salah satunya adalah akibat kurangnya kesadaran siswa akan tanggung jawab dalam proses pembelajaran. Masih banyak siswa saat melakukan aktifitas pembelajaran penjas dengan cara bermalas-malasan dan tidak serius, siswa yang membully temannya karena melakukan kesalahan, kemudian masih banyak siswa yang melakukan pembelajaran yang tidak mengikuti intruksi yang diberikan oleh gurunya.

Saat fakta menunjukkan kontradiksi yang besar antara tujuan penjas yang diharapkan dengan kondisi rendahnya kebugaran jasmani dan sikap tanggung jawab siswa saat ini, tentunya hal ini tidak sesuai harapan tujuan pendidikan jasmani yang tertuang dalam undang-undang No. 20 Tahun 2003 yaitu pendidikan jasmani sebagai proses berkelanjutan untuk memperoleh, maka dapat dikatakan pendidikan jasmani belum sepenuhnya menjawab tantangan dari tujuan penjas yang tertuang dalam undang-undang tersebut.

Melihat berbagai permasalahan yang sudah terjadi, maka perlu dirancang model pembelajaran yang membuat siswa aktif selama proses pembelajaran untuk memperoleh kebugaran jasmani dan memotivasi siswa untuk lebih bertanggung jawab pada dirinya kepada orang lain, dimana pendekatan/model, strategi, metode pembelajaran merupakan komponen penting akan menentukan keberhasilan siswa terhadap proses pembelajaran (Budi et al., 2020).

Menurut Burden dan Byrd dalam (Juliantine 2011, hlm. 8), ( Fitriani & Maemonah, 2021) model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar. Lebih lanjut (Kirk, 2013) mengklaim bahwa pembelajaran pendidikan jasmani untuk keberhasilan tujuan dalam jangka menengah sekitar (10 tahun) dan masa depan jangka panjang sekitar (20 tahun) harus mengadopsi pendekatan berbasis model. Dengan kata lain, kurikulum harus diatur melalui model pedagogis daripada pendekatan multi-aktivitas yang berorientasi kepada kebutuhan fisik saja.

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Melalui pembelajaran yang menekankan kepada aspek sosial, *Teaching Personal Social Responsibility* (TPSR) menjadi salah satu strategi yang dapat menumbuhkan sikap tanggung jawab. Dorongan untuk belajar siswa berhubungan erat dengan *personal* dan *social responsibility*, akuntabilitas dari suatu tindakan yang dilakukan, dan sensitivitas sosial terhadap orang lain disekitarnya (Hellison, 2003). Model TPSR membuka ruang berpikir untuk bertindak dengan rasa tanggung jawab yang dilakukan dalam melakukan ketrampilan olahraga (Filiz, 2017), TPSR memberikan suasana berinteraksi dengan cara yang menyenangkan dan menyediakan ruang untuk lebih banyak mengeksplor emosi (Hellison, 2003). Hellison (2011, hlm. 14) menjelaskan bahwa:

*“TPSR is for a of ideas that have grown out of my attempt to help at risk kids take more responsibility for their personal and social development in physical activity settings”.*

Maksudnya TPSR merupakan seperangkat ide-ide yang tumbuh dari upayanya untuk meningkatkan tanggung jawab pribadi dan sosial anak-anak melalui aktivitas olahraga. Hal ini diperkuat dengan beberapa hasil positif penelitian TPSR terhadap sikap tanggung jawab dan nilai-nilai sosial lainnya. Tahun 2018 (Pozo et al, 2018), (Escartí et al., 2006), (Escartí et al., 2011), (Wright et al., 2010), melakukan Sebuah tinjauan sistematis terkait model TPSR dengan tujuan penelitian untuk melakukan review penelitian terhadap program berbasis model *Teaching Personal and Social Responsibility* dalam pendidikan jasmani dan semua hasil penelitian bernilai positif terhadap nilai-nilai sikap sosial pesertanya. (Pozo et al, 2018) menyoroti bahwa kekuatan utama dari program berbasis model TPSR adalah pengajaran nilai-nilai yang ditawarkan oleh program, penerapannya pada konteks sekolah, dan kemajuan yang jelas di seluruh tingkatan yang berbeda.

Selain melalui penerapan model yang mendorong siswa untuk memiliki tanggung jawab, waktu aktif belajar juga menjadi salah satu faktor penting untuk meningkatkan kebugaran jasmani, hal ini sesuai dengan penelitian (Vassiliki Derri, Kyriaki Emmanouilidou, 2008) bahwa waktu aktif belajar atau *Active Learning Time* dalam pendidikan jasmani atau disingkat ALT-PE, sebagai salah satu faktor yang penting dan sudah terbukti secara signifikan meningkatkan keberhasilan sebuah program pengajaran di sekolah akan terutama untuk aktifitas fisik. Beberapa

Aminuddin, 2023

**Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab**

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

penelitian juga sudah menunjukkan bahwa kebugaran jasmani berkorelasi positif dengan waktu aktif belajar siswa disekolah. Penelitian oleh (Dwyer et al., 2001) dan penelitian yang dilakukan oleh (Chomitz et al., 2009), (Wang et al., 2012) terhadap 7.961 anak-anak Australia berusia 7-15 tahun yang dilakukan, hal ini sudah diperkuat berbagai penelitian tentang efektivitas guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani telah menghasilkan beberapa hasil yang penting (Metzler, 1989); (Silverman et al., 1984); (Auf derheide, n.d,1980), (Birdwell, n.d., 1989); (Whaley, n.d.), yang menyatakan pendidikan Jasmani harus memberikan perkembangan yang bermanfaat yang bahwa efisiensi waktu belajar penting dalam memperoleh kebugaran jasmani melalui aktifitas fisik pendidikan jasmani di sekolah.

Terkait permasalahan-permasalahan di atas dan dikaitkan dengan model pembelajaran TPSR melalui peningkatan *Active Learning Time* dalam pembelajaran pendidikan jasmani (ALT-PE), maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “PENGARUH MODEL *TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY* (TPSR) MELALUI PENINGKATAN ALT-PE TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN SIKAP TANGGUNG JAWAB “.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan maka rumusan masalah dalam penelitian ini di uraikan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut:

- 1.2.1 Apakah model TPSR melalui peningkatan ALT-PE berpengaruh terhadap kebugaran jasmani?
- 1.2.2 Apakah model TPSR melalui peningkatan ALT-PE berpengaruh terhadap sikap tanggung jawab?
- 1.2.3 Model manakah yang lebih besar pengaruhnya antara model TPSR melalui peningkatan ALT-PE dan model konvensional terhadap peningkatan kebugaran jasmani?

- 1.2.4 Model manakah yang lebih besar pengaruhnya antara model TPSR melalui peningkatan ALT-PE dan model konvensional terhadap tingkat tanggung jawab?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah dipaparkan, adapun tujuan penelitian dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Untuk menganalisis pengaruh model TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap peningkatan kebugaran jasmani?
- 1.3.2 Untuk menganalisis pengaruh model TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap sikap tanggung jawab?
- 1.3.3 Untuk menganalisis model manakah yang lebih besar pengaruhnya antara model TPSR melalui peningkatan ALT- PE dan model konvensional terhadap peningkatan kebugaran jasmani?
- 1.3.4 Untuk menganalisis model manakah yang lebih besar pengaruhnya antara model TPSR melalui peningkatan ALT-PE dan model konvensional terhadap peningkatan kebugaran jasmani?

### 1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan dari penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1.4.1 Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menjadi sumbangsih pengetahuan bagi para guru-guru pendidikan Jasmani ataupun pelatih olahraga tentang model pembelajaran TPSR melalui peningkatan (ALT-PE) dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan sikap tanggung jawab siswa di sekolah.

#### 1.4.2 Secara Kebijakan

Penelitian ini menjadi solusi yang efektif yang dapat digunakan dalam rangka mengatasi rendahnya kebugaran jasmani masyarakat Indonesia di mulai dari penerapan di sekolah, dan di masyarakat dalam jangka waktu menengah atau jangka panjang akan mendorong beraktifitas fisik lebih bermakna dengan rasa

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

tanggung jawab secara pribadi dan sosial dalam melakukan kegiatan olahraga serta akan membantu negara mengurangi pengeluaran pembiayaan terkait mengatasi penyakit non menular yang akan ditanggulangi pemerintah melalui badan penyelenggara kesehatan.

#### 1.4.3 Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi para guru pendidikan jasmani, ataupun pembina olahraga yang akan mengembangkan penelitian tentang model pembelajaran dengan peningkatan waktu aktif belajar terhadap kebugaran jasmani dan sikap tanggung jawab siswa di sekolah.

#### 1.4.4 Secara Isu Serta Aksi Sosial

Penelitian ini memberikan gambaran bagaimana meningkatkan kebugaran jasmani dan tanggung jawab sosial baik di sekolah, dimasyarakat dalam jangka waktu menengah dan jangka panjang akan mendorong masyarakat untuk membudayakan aktif beraktifitas melalui rasa tanggung jawab dan motivasi berolahraga dalam kehidupan sehari-hari.

### 1.5 Struktur Organisasi Tesis

Adapun struktur organisasi penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.5.1 BAB I: Pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta struktur organisasi tesis.
- 1.5.2 BAB II: Berisikan tentang kajian pustaka yang diangkat dalam penelitian. Kajian pustaka meliputi hal-hal berikut: kosep-konsep dan teori yang berkaitan, penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti. Bab ini akan diakhiri dengan memaparkan hipotesis penelitian.
- 1.5.3 BAB III: Metode penelitian yang berisikan hal-hal sebagai berikut: desain penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
- 1.5.4 BAB IV: Bab ini menyampaikan dua hal utama, yakni temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

penelitian, dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

1.5.5 BAB V: kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian struktur penulisan.