

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Corona Virus Disease atau dikenal juga sebagai virus Covid-19 merupakan virus berbahaya yang dapat menyebabkan gejala gangguan pernapasan hingga kematian. Dalam rentang waktu hanya beberapa bulan, virus Covid-19 telah menyebar ke banyak negara di Asia. Salah satu negara yang mengalami dampak tersebut adalah Indonesia. (Susanto, 2020)

Salah satu dampak dari adanya virus corona yaitu munculnya pandemi yang disebut sebagai Covid-19. Adanya pandemi Covid-19 mengakibatkan seluruh aktivitas warga Indonesia menjadi terhambat, hal ini berkaitan dengan pembatasan aktivitas dan penutupan sarana kebugaran bagi masyarakat. Hal ini menyebabkan aktivitas fisik yang dilakukan oleh masyarakat menurun selama pandemi ini berlangsung. Menurut Nurhadi & Fatahillah (2020) penurunan tingkat aktivitas fisik ini terjadi karena masyarakat terlalu khawatir akan menularnya virus corona jika terlalu banyak beraktivitas diluar.

Kurangnya tingkat aktivitas fisik pada dasarnya akan berdampak pada aspek kesehatan masyarakat. Hal ini didukung karena adanya perubahan pola hidup masyarakat yang cenderung menjadi pasif karena seluruh aktivitas seperti kerja dan sekolah dilakukan secara daring atau online. Perubahan pola hidup tersebut dapat meningkatkan resiko-resiko lain, seperti meningkatnya salah satu penyakit berbahaya yaitu obesitas.

Obesitas dikenal sebagai sebuah gangguan medis yang menyebabkan seseorang mengalami kelebihan dalam berat badan. Menurut Sajawandi (2015) Obesitas didefinisikan sebagai suatu kelainan atau penyakit yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Adapun menurut Wulandari et al., (2016) Obesitas merupakan suatu kelainan atau penyakit yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar sehingga

menyebabkan terjadinya penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan.

Faktor penyebab obesitas pada remaja bersifat multifaktorial. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji, rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas (Kurdanti et al., 2015)

Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (K. K. R. Indonesia, 2018b) prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja di Indonesia adalah sebesar 14,8%. Angka tersebut menunjukkan bahwa hampir 1 dari 7 remaja di Indonesia memiliki masalah kelebihan berat badan atau obesitas. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja di Indonesia ini mengalami peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan dengan data pada tahun 2013 yang sebesar 12,9%. Peningkatan ini dipicu oleh faktor gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat, seperti makanan cepat saji dan kurangnya aktivitas fisik.

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016, penderita Obesitas meningkat hampir tiga kali lipat sejak tahun 1975. Pada tahun 2016 lebih dari 1,9 miliar orang dewasa yang berusia >18 tahun, mengalami kelebihan berat badan. Dari jumlah tersebut lebih dari 650 juta mengalami obesitas. Secara keseluruhan, sekitar 13% dari populasi dunia dewasa (11% laki-laki dan 15% perempuan) yang mengalami obesitas pada tahun 2016. Sebagian besar populasi di negara-negara di dunia menyebutkan bahwa kelebihan berat badan dan obesitas membunuh lebih banyak orang daripada kekurangan berat badan.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa tingkat rata-rata obesitas yang dialami oleh remaja berusia >15 tahun di Indonesia yaitu sebesar 31% dengan tingkat obesitas tertinggi yaitu pada provinsi Jawa Barat sebesar 32% dengan jumlah 127.351 penduduk yang mengalami obesitas (K. K. R. Indonesia, 2018b). Adapun menurut data dinas kesehatan kota Bandung pada tahun 2018, terdapat 6.427 laki-laki dan

terdapat 18.835 perempuan berusia >15 tahun yang mengalami obesitas (Bandung, 2018).

Obesitas pada umumnya memiliki banyak dampak terhadap kesehatan, mulai dari sulit bernapas, munculnya masalah kulit, asam lambung naik, depresi, mendengkur, sakit punggung, hipertensi, menstruasi tak teratur, dan varises (Fadli, 2020). Selain dampak fisik, dampak sosial membuat individu rentan terkena stigma negatif dari masyarakat dan dampak psikologis dapat menimbulkan perasaan negatif seperti kecemasan, rasa malu, serta memiliki gambaran diri yang buruk (Basuki & Hartati, 2013). Dari dampak-dampak tersebut, hal yang menjadi permasalahan umum yang dialami oleh remaja adalah kehilangan kepercayaan diri, hal ini disebabkan karena remaja merupakan usia sekolah, yang dimana perkembangan fisik sedang berkembang pesat namun apabila tidak diiringi dengan aktivitas fisik atau olahraga yang cukup maka besar kemungkinannya anak tersebut akan mengalami obesitas.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sulistyorini, (2014) yang mengemukakan bahwa terdapat perbedaan motivasi antara siswa obesitas dengan siswa normal. Dari data penelitian tersebut dapat dilihat bahwa siswa obesitas memiliki motivasi yang lebih rendah dibandingkan siswa normal. Selain itu, dari 97 siswa obesitas 38 diantaranya memiliki tingkat motivasi cukup hingga rendah. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar siswa obesitas di masa pandemi Covid-19.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pertanyaan seperti berikut :

1. Apa saja hambatan yang dialami oleh siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK di masa pandemi Covid-19?
2. Bagaimana upaya guru dalam menyelesaikan hambatan yang dialami oleh siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK di masa pandemi Covid-19?

3. Apa saja hambatan yang dialami oleh guru dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK pada siswa *overweight* dan obesitas di masa pandemi Covid-19?
4. Bagaimana upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK pada siswa *overweight* dan obesitas di masa pandemi Covid-19?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti merumuskan tujuan penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pernyataan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hambatan yang dialami oleh siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK di masa pandemi Covid-19.
2. Untuk mengetahui upaya guru dalam menyelesaikan hambatan yang dialami oleh siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK di masa pandemi Covid-19.
3. Untuk mengetahui hambatan yang dialami oleh guru dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK pada siswa *overweight* dan obesitas di masa pandemi Covid-19.
4. Untuk mengetahui upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK pada siswa *overweight* dan obesitas di masa pandemi Covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

Setelah Peneliti mengetahui dan menemukan hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini dapat digunakan untuk bahan referensi kajian mengenai hambatan dan upaya guru dalam meningkatkan motivasi pembelajaran pada siswa obesitas.
 - b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangan ilmu mengenai kesehatan dan pendidikan jasmani
2. Secara praktis
 - a. Bagi Guru

Penelitian ini bermanfaat untuk dijadikan sebagai dasar pengetahuan mengenai hambatan yang dialami oleh siswa obesitas dalam berolahraga khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

b. Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk dijadikan sebagai pengetahuan bagi siswa obesitas agar terus meningkatkan kesehatannya melalui kegiatan berolahraga khususnya dalam pembelajaran PJOK.

c. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai obesitas.