

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Manusia pada hakikatnya adalah makhluk yang terus tumbuh dan berkembang. Pertumbuhan merupakan suatu perubahan, penambahan atau peningkatan jumlah ukuran, organisme, dan struktur tubuh, seperti bertambahnya berat badan, tinggi badan, dan ukuran sel. Sedangkan perkembangan merupakan perubahan atau peningkatan kemampuan, keterampilan, keahlian, dan kecakapan seperti kemampuan untuk duduk, berdiri, berjalan, dan belajar berbicara (Thamarasseri, 2016). Pertumbuhan dan perkembangan manusia terjadi melalui beberapa tahapan. Secara umum manusia akan berubah seiring dengan proses perkembangan hidupnya, dimulai dari masa prenatal, masa bayi, remaja, dewasa, dan kematian.

Dalam proses tumbuh kembang tersebut salah satu tahapan yang mencolok yaitu masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan-perubahan yang melibatkan pada pertumbuhan fisik, emosional, dan variasi dari perubahan-perubahan tersebut didasarkan pada faktor lingkungan, jenis kelamin, genetik, dan kesehatan (Udom, 2022).

Masa remaja seringkali disebut dengan masa pubertas. Pubertas adalah suatu periode pada masa remaja yang merupakan peristiwa penting dalam perkembangan bio-psiko-sosial individu yang menandai peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa (Riboli, Borlimi, & Casseli, 2022). Pubertas sendiri terjadi dengan waktu yang berbeda antara remaja laki-laki dan perempuan. Pubertas terjadi lebih cepat pada perempuan yaitu antara usia 11 sampai 15 tahun, sedangkan pubertas terjadi lebih lambat pada laki-laki yaitu antara usia 12 sampai 16 tahun (Desmita, 2016). Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas atau remaja ditandai dengan perubahan pada karakteristik seks primer (*primary sex characteristics*) dan karakteristik seks sekunder (*secondary sex characteristics*), yaitu perubahan yang ditujukan pada organ tubuh yang secara langsung berhubungan dengan proses reproduksi, sedangkan karakteristik seks sekunder

Sehah Riyadi, 2023

HUBUNGAN MASA PUBERTAS TERHADAP MOTIVASI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KORELASIONAL CITRA TUBUH, MENSTRUASI, DENGAN MOTIVASI PADA SISWI KELAS ATAS SEKOLAH DASAR)

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

(*secondary sex characteristics*), yaitu perubahan ditujukan pada organ tubuh yang tidak langsung berhubungan dengan proses reproduksi (Desmita, 2016).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada pertumbuhan dan perkembangan masa remaja ini dapat berdampak pada lingkungannya ataupun sebaliknya. Lingkungan yang dimaksud salah satunya yaitu di lingkungan sekolah pada pembelajaran pendidikan jasmani, seperti yang dinyatakan dalam salah satu penelitian yaitu bahwa perkembangan pada masa pubertas berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa dan perkembangan psikologis maupun fisiologis pada masa remaja (Suryaningsih, 2017). Pendidikan jasmani adalah sebagai disiplin dasar dan pembinaan umum dalam pendidikan yang memungkinkan anak-anak untuk mengembangkan kemampuan serta keterampilan kognitif dan motorik yang penting bagi kehidupan, mengajarkan anak-anak untuk melakukan jenis kegiatan baru melalui permainan dan olahraga yang berbeda, mendorong kreativitas dan spontanitas, serta membantu mereka untuk menghargai dan memahami diri sendiri dan orang lain di sekitarnya (Rojo-Ramos, González-Becerra, Gómez-Paniagua, Merellano-Navarro, & Adsuar, 2022).

Pendidikan jasmani termasuk pembelajaran yang banyak melibatkan banyak aktivitas fisik didalamnya, namun terlihat dalam prakteknya bahwa beberapa peserta didik terutama peserta didik perempuan tidak mengikuti atau kurangnya motivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dibandingkan dengan laki-laki. Remaja perempuan cenderung malas atau tidak melakukan aktivitas fisik karena disertai beberapa alasan. Menurut WHO dinyatakan bahwa masalah yang berkembang di seluruh dunia yaitu 81% remaja di dunia tidak melakukan aktivitas fisik yang cukup atau tidak memenuhi rekomendasi aktivitas fisik setidaknya 60 menit per hari dan lebih banyak remaja perempuan (85%) yang tidak aktif dibandingkan dengan remaja laki-laki (77,6%) di sebagian besar negara (*World Health Organization*, 2022).

Hal tersebut dapat ditimbulkan karena kesulitan menyesuaikan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya semasa remaja atau pubertas, tidak hanya perubahan pada fisik dan perubahan psikologis, tetapi disertai dengan adanya periode menstruasi yang dialami perempuan pada masa itu. Saat dalam periode menstruasi remaja putri mengalami gangguan emosional, baik berupa nyeri haid

Sehah Riyadi, 2023

HUBUNGAN MASA PUBERTAS TERHADAP MOTIVASI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KORELASIONAL CITRA TUBUH, MENSTRUASI, DENGAN MOTIVASI PADA SISWI KELAS ATAS SEKOLAH DASAR)

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

maupun perasaan cemas dan khawatir akan tembus, sehingga siswi bergerak lambat dan cenderung lebih banyak istirahat. Dengan demikian, menstruasi dapat mengubah minat siswa pada kelas penjasorkes yang awalnya memiliki minat terhadap kelas penjasorkes, tetapi menurun saat periode menstruasi (Prahastini & Nurhayati, 2014).

Minat sangat erat keterkaitannya dengan motivasi. Motivasi merupakan suatu usaha atau dorongan yang terjadi pada diri seseorang atau kelompok untuk melakukan suatu tindakan tertentu yang memiliki tujuan (Kompri, 2015). Motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dapat berasal dari motivasi intrinsik (keinginan diri sendiri, sudah menjadi hobi berolahraga, dan senang akan mata pelajaran pendidikan jasmani) maupun motivasi ekstrinsik (agar mendapatkan nilai bagus, lingkungan pembelajaran dan teman sebaya yang mendukung).

Sebenarnya banyak kesempatan untuk beraktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari remaja antara lain terdiri dari, perjalanan menuju sekolah, pendidikan jasmani, aktivitas fisik selama istirahat, perjalanan saat pulang ke rumah, aktivitas olahraga dan aktivitas fisik yang tidak teratur, tetapi kenyataannya pada Riset Kesehatan Dasar (2018) melaporkan bahwa persentase kurangnya aktivitas fisik pada masyarakat Indonesia yang usianya lebih dari 10 tahun, jumlahnya meningkat pada tahun 2013 sebesar 26,1% menjadi 33,5% pada tahun 2018. Oleh karena itu, hal ini menjadi salah satu tugas bagi pendidik jasmani untuk melakukan berbagai cara memotivasi siswa-siswinya agar dapat meningkatkan aktivitas fisik dan berpartisipasi penuh dalam gaya hidup aktif didalam kelas maupun diluar kelas.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti akan mengambil fokus pada hubungan masa pubertas terhadap motivasi mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani (studi korelasional citra tubuh, menstruasi, dengan motivasi pada siswi kelas atas sekolah dasar).

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pembahasan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini meliputi:

1. Apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani? serta bagaimana derajat dan sifat hubungan antarvariabel?

Sehah Riyadi, 2023

HUBUNGAN MASA PUBERTAS TERHADAP MOTIVASI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KORELASIONAL CITRA TUBUH, MENSTRUASI, DENGAN MOTIVASI PADA SISWI KELAS ATAS SEKOLAH DASAR)

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

2. Apakah terdapat hubungan antara menstruasi dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani? serta bagaimana derajat dan sifat hubungan antarvariabel?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini meliputi:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui dan mengkaji hubungan antara masa pubertas dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui dan mengkaji hubungan antara masa pubertas (citra tubuh dan menstruasi) remaja putri dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, serta mengetahui derajat dan sifat hubungan antarvariabel.

1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian

Peneliti berharap proses dan hasil penelitian dapat bermanfaat, terkait dengan permasalahan dan tujuan penelitian di atas, manfaat penelitian sebagai berikut.

1.4.1 Manfaat/Signifikansi Penelitian dari Segi Teori

Secara teoritis, peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat pada perkembangan ilmu pengetahuan dan memperkaya pengetahuan siswi atau remaja putri, khususnya mengenai hubungan masa pubertas terhadap motivasi pembelajaran pendidikan jasmani (studi korelasional citra tubuh, menstruasi, dengan motivasi pada siswi kelas atas sekolah dasar).

1.4.2 Manfaat/Signifikansi Penelitian dari Segi Kebijakan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan masukan atau menjadi penggerak kepada sekolah-sekolah untuk senantiasa mengadakan program yang bertujuan untuk membekali para siswa-siswinya agar siap menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas.

1.4.3 Manfaat/Signifikansi Penelitian dari Segi Praktik

Manfaat/signifikansi penelitian dari segi praktik meliputi: (a) bagi SDN 053 Cisu Bandung, penelitian ini diharapkan dapat menjadi penggerak bagi sekolah

Sehah Riyadi, 2023

HUBUNGAN MASA PUBERTAS TERHADAP MOTIVASI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KORELASIONAL CITRA TUBUH, MENSTRUASI, DENGAN MOTIVASI PADA SISWI KELAS ATAS SEKOLAH DASAR)

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

senantiasa mengadakan program yang bertujuan untuk membekali siswinya agar siap menghadapi berbagai perubahan yang terjadi pada masa pubertas, (b) bagi guru PJOK, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi penggerak bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk memotivasi siswa-siswi agar dapat mengikuti pembelajaran dengan antusias dan mengantisipasi segala hal yang dapat terjadi saat pembelajaran berlangsung, (c) bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan atau bahan informasi untuk penelitian yang berhubungan dengan masa pubertas (citra tubuh dan menstruasi) remaja putri dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, dan (d) bagi siswi atau remaja putri, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja putri untuk senantiasa dapat menyiapkan dirinya untuk menghadapi perubahan-perubahan yang akan terjadi pada masa pubertas.

1.4.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian dari Segi Isu Serta Aksi Sosial

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pencerahan pengalaman hidup dan gambaran terkait hubungan masa pubertas terhadap motivasi pembelajaran pendidikan jasmani (studi korelasional citra tubuh, menstruasi, dengan motivasi pada siswi kelas atas sekolah dasar), serta menjadi penggerak berbagai pihak untuk lebih menyadari pentingnya masa pubertas.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Agar penulisan dan penyusunan proposal skripsi ini dapat dilakukan secara sistematis dan sesuai dengan kaidah penulisan yang berlaku, maka pada penelitian ini menggunakan sistematika penulisan berdasarkan Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah UPI tahun 2019 yang berisikan:

1.5.1 BAB I Pendahuluan

Bab I ini mencakup latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

1.5.2 BAB II Kajian Pustaka

Bab II ini mencakup konsep, teori, dalil, hukum, model, ataupun rumus-rumus utama serta penelitian sebelumnya yang relevan dan berhubungan dengan penelitian, serta posisi teoritis peneliti yang berkaitan dengan masalah yang diteliti.

Sehah Riyadi, 2023

HUBUNGAN MASA PUBERTAS TERHADAP MOTIVASI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KORELASIONAL CITRA TUBUH, MENSTRUASI, DENGAN MOTIVASI PADA SISWI KELAS ATAS SEKOLAH DASAR)

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

1.5.3 BAB III Metode Penelitian

Bab III ini mencakup pendekatan penelitian yang diterapkan, instrumen yang digunakan, langkah-langkah pengumpulan data, dan langkah-langkah analisis data yang digunakan.

1.5.4 BAB IV Temuan dan Pembahasan

Bab ini memuat, (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan formatnya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

1.5.5 BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

Bab ini mencakup simpulan, implikasi, dan rekomendasi yang menyajikan interpretasi peneliti, serta pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus menguraikan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari penelitian yang diteliti.