

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan merupakan usaha agar manusia dapat mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran. Pendidikan tidak berhenti sampai disitu disamping diharapkan agar siswa memiliki kecerdasan, juga dimaksudkan agar mereka memiliki keterampilan, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian, mempertebal semangat kebangsaan dan cinta tanah air agar dapat menghasilkan manusia-manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa, yang kesemuanya dilandasi oleh ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sesuai dengan undang-undang no. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ditegaskan bahwa:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan yang memiliki tugas unik yaitu menggunakan gerak sebagai media untuk pembelajaran siswa. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, keterampilan motorik, perkembangan psikis, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta

pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa, kebugaran jasmani sangat penting bagi siswa sekolah menengah pertama karena siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani tinggi akan dapat melakukan aktivitas belajar dan bermainnya dengan baik dan tanpa kelelahan yang berarti, serta tubuhnya tetap segar ketika berhenti beraktivitas dan pada saat istirahat. Sebaliknya tingkat kebugaran yang rendah akan menjadi kendala dalam pelaksanaan aktivitasnya sehari-hari, oleh karena kondisi jasmani yang tidak dapat memenuhi semua kebutuhan dalam melakukan aktivitas tersebut. Tidak terjadinya kelelahan pada siswa dalam melakukan pekerjaannya dan tetap segarnya kondisi tubuh setelah beraktivitas memungkinkan mereka secara wajar melaksanakan kegiatan-kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian mereka dapat menikmati kehidupan dalam arti luas. Sesuai dengan pendapat Sukintaka (2004:17), sebagai berikut:

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan wahana aktivitas jasmani.

Namun demikian permasalahan yang terjadi terkait dengan kebugaran jasmani siswa saat ini masih sangat memprihatinkan. Hal ini terlihat dengan banyaknya anak yang sering terkena berbagai penyakit, seperti penyakit pernafasan, pencernaan, ataupun penyakit kurang gerak dan menurunnya daya tahan tubuh. Begitupun dengan budaya jalan kaki sudah sangat jarang tampak

dalam kehidupan sehari-hari karena lebih banyak menggunakan kendaraan umum kendaraan pribadi. Bukan hanya itu siswa terbiasa melakukan kegiatan dengan bantuan alat-alat yang serba praktis, sehingga siswa menjadi mudah lelah ketika melakukan kegiatan fisik yang bersifat aktif.

Tim Peneliti Balitbang Diknas (2008) dalam situs www.puslitjaknov.org mengungkapkan fenomena menyedihkan terkait dengan pelajaran pendidikan jasmani, seperti dibawah ini:

1. Tingkat kebugaran masyarakat kita rata-rata masih kurang. Data SDI 2006 menyebutkan bahwa 37,40% masuk kategori kurang sekali; 43,90% kurang; 13,55% sedang; 4,07% baik; dan hanya 1,08% baik sekali.
2. Pola hidup kurang gerak (*sedentary lifestyle*) seperti berlama-lama nonton TV, video, play station, dialami sekitar 2/3 anak terutama di negara-negara yang sedang berkembang.
3. Masih ada pemahaman dari kalangan internal sekolah bahwa mata pelajaran penjas adalah pelajaran yang membosankan, menghambur-hamburkan waktu, dan mengganggu perkembangan intelektual anak.
4. Masih sulit dijumpai adanya guru penjas di sekeliling kita yang kompeten dan sukses mengelola mata pelajarannya, sehingga siswanya menyukai, menghargai dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses pembelajaran dan mengimbas ke pola hidup aktif dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi seperti itu menggambarkan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak sesuai dengan fungsi dari Pendidikan Nasional tetapi peneliti melihat fenomena yang terjadi di dalam penjelasan di atas melihat

adanya faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi rendahnya kebugaran jasmani.

Faktor internal yang dimaksud antara lain, 1) siswa kurang begitu memahami betapa pentingnya kegiatan olahraga, 2) kurangnya motivasi orang tua kepada siswa terhadap pentingnya kegiatan olahraga, 3) siswa beranggapan olahraga sebagai kegiatan yang dapat menyebabkan cedera. Sedangkan faktor eksternal yang dimaksud antara lain, 1) kurangnya sarana prasarana dalam kegiatan olahraga, terutama di kota-kota besar yang sangat padat, memungkinkan anak untuk memilih kegiatan bermain yang sifatnya pasif, 2) kurangnya pemanfaatan waktu yang maksimal untuk melakukan kegiatan olahraga, 3) guru kurang memahami tentang pembelajaran penjas, 4) kurangnya motivasi guru dalam mengajar penjas, 5) kurangnya kreativitas guru dalam mengajar penjas.

Dengan demikian kebugaran jasmani siswa harus diperhatikan sehingga faktor-faktor yang dapat menyebabkan rendahnya kebugaran jasmani siswa bisa diminimalisir, maka guru penjas sebagai fasilitator dalam proses pendidikan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting karena ditangan gurulah sukses tidaknya pencapaian tujuan pendidikan yang sudah direncanakan. Guru pendidikan jasmani harus mengemas materi pembelajaran disekolah dengan sebaik dan semenarik mungkin.

Tujuan pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa akan berhasil. Orang tua harus mengetahui pentingnya kebugaran jasmani, dan menanamkan pentingnya melakukan aktivitas fisik bagi anak sejak dini. Lingkungan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi kebugaran jasmani

bagi anak, karena dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, anak harus bisa menyesuaikan dirinya dengan teman bermainnya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya ruang gerak anak untuk melakukan aktivitas mengembangkan potensi dan keterampilan yang dimiliki.
2. Kurangnya sarana dan prasarana yang memadai untuk berolahraga.
3. Banyak permainan yang instan sehingga mendorong anak malas melakukan aktivitas gerak.
4. Kurang pengetahuan dari siswa tentang pentingnya kebugaran jasmani bagi dirinya.
5. Kurangnya pengetahuan guru terhadap pembelajaran pendidikan jasmani.
6. Kurangnya kreativitas guru dalam menggunakan beberapa pendekatan, model, strategi, gaya mengajar dan metode yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
7. Kurangnya motivasi orang tua kepada siswa terhadap pentingnya kegiatan olahraga.
8. Siswa beranggapan olahraga sebagai kegiatan yang dapat menyebabkan cedera.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah di uraikan, dengan keterbatasan peneliti, maka peneliti membatasi masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Peneliti lebih terfokus pada pengaruh pendekatan bermain dalam pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani siswa.
2. Penelitian ini difokuskan pada siswa putera kelas VII SMP Negeri 2 Jamblang Kabupaten Cirebon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut diatas, maka dalam penelitian ini penulis merumuskan permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah apakah pendekatan bermain dalam pendidikan jasmani memberikan pengaruh terhadap kebugaran jasmani?

E. Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan yang kita lakukan harus mempunyai tujuan dan mengandung maksud-maksud tertentu. Arikunto (1993:49) mengemukakan tujuan penelitian: “Tujuan penelitian adalah rumusan kalimat yang menunjukkan adanya sesuatu hal yang di peroleh setelah penelitian selesai”. Berdasarkan rumusan masalah yang penulis rumuskan diatas yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dalam pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis
 - a. Dapat memperkuat teori-teori yang sudah ada.
 - b. Dapat dijadikan sumbangan keilmuan bagi dunia pendidikan, khususnya bagi guru pendidikan jasmani agar dapat mendesain materi pelajaran.
2. Secara Praktis
 - a. Sebagai masukan bagi para guru penjas untuk bisa lebih menekankan pada siswa agar memanfaatkan waktu diluar jam sekolah dengan aktivitas yang lebih berguna.
 - b. Dapat dijadikan bahan masukan pada orang tua supaya lebih memperhatikan setiap aktivitas gerak yang dilakukan anak sehari-hari.
 - c. Sebagai bahan motivasi dan dorongan bagi siswa untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang lebih bermanfaat bagi dirinya sendiri.

G. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari salah penafsiran terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis mencoba memberikan penjelasan mengenai istilah menurut para ahli:

1. Pengaruh menurut Poerwadarminta (2004:731), bahwa pengaruh adalah daya yang berkuasa atau berkekuatan.
2. Bermain dalam Sukintaka (1992:3) adalah dorongan langsung dari dalam diri setiap individu yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan, sedangkan bagi orang dewasa dirasakan sebagai kegemaran.

3. Konvensional adalah salah satu pendekatan yang dilakukan oleh guru dalam proses belajar mengajar yang cenderung menekankan pembelajaran teknik dari buku, sementara guru memainkan peran sentral dalam keseluruhan proses belajar mengajar (Subarjah, 1990:40/Harsono:2010).
4. Kebugaran jasmani Kebugaran jasmani menurut Giriwijoyo (2005:23), adalah kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan atau keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cepat dan efisien, tanpa rasa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih dengan sempurna sebelum melakukan aktivitas yang sama keesokan harinya.

