

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan aspek jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olah raga (Muhammad Saufi, 2008: 88)

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. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (*www.PJKR-Unnes.Com*).

Pendidikan jasmani terdiri dari kata pendidikan dan jasmani, pendidikan adalah proses pengubahan sikap dan tatalaku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan (KBBI, 1989: 23), jasmani adalah tubuh atau badan (fisik). Namun yang dimaksud jasmani di sini bukan hanya badan saja tetapi keseluruhan (manusia seutuhnya), karena antara

jasmani dan rohani tidak dapat dipisah-pisahkan. Jasmani dan rohani merupakan satu kesatuan yang utuh yang selalu berhubungan dan selalu saling berpengaruh.

Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Adapun tujuan dari pendidikan jasmani itu sendiri (Lutan,1991:18) diantaranya adalah :

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani secara kelompok maupun perorangan
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang
- f. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani

Meskipun penjas menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidaklah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak-anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran "selingan", tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik (www.PJKR-Unnes.Com).

Pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan, yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting. Oleh karena itu, pelajaran penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain. Mata

pelajaran PENJAS merupakan Mata pelajaran yang membutuhkan pengetahuan dan kesehatan jasmani, rohani dari tiap siswa.

Menyimak hal tersebut, maka pendidikan jasmani memiliki peranan penting bagi siswa. Dalam pelaksanaan proses pembelajarannya membutuhkan banyak perhatian supaya tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yaitu sehat jasmani, rohani, dan memiliki jiwa sosial yang tinggi.

Meskipun pendidikan jasmani saat ini telah menjadi salah satu mata pelajaran yang sangat penting, akan tetapi masih ada siswa yang merasa bahwa penjas tersebut hanya membuat lelah dan tidak bermanfaat selain hanya membuat berkeringat. Hal itu terjadi karena metode yang digunakan oleh pengajar tidak dapat memotivasi siswa untuk lebih tertarik mengikuti penjas, penggunaan media dalam penjaspun sangat jarang digunakan. Siswa hanya dijejali oleh peregang, lari keliling lapangan, dan lainnya yang sudah sering digunakan. Guru sering kali malas memodifikasi metode pengajarannya dan tidak mau mencoba sesuatu yang baru yang dapat membuat siswa lebih tertarik mengikuti penjas. Penggunaan media sangat jarang digunakan, padahal tidak menutup kemungkinan penggunaan media tersebut dapat membantu meningkatkan ketertarikan siswa dalam mengikuti penjas (Muhammad Saufi,2008:67).

Berdasarkan pengalaman yang dialami penulis selama mengikuti pembelajaran di sekolah maupun ketika melakukan praktek mengajar, penggunaan media baik audio maupun visual dalam pembelajaran penjas tidak pernah dilakukan. Padahal media pembelajaran merupakan alat bantu yang tepat untuk menarik rasa ingin tahu siswa, dan ketebatasan guru dalam pembelajaran yang

terus maju. Seperti penggunaan musik, menayangkan video tentang penjas dan lain sebagainya.

Penggunaan musik dalam KBM dapat memotivasi siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, karena musik sangat membantu dalam menghilangkan penat ataupun stress yang dialami siswa. Selain itu juga musik dipercaya dapat lebih cepat diterima oleh otak karena iramanya yang menenangkan (Rachmawati,1998:66).

Adapun tujuan penggunaan musik sebagai media dalam KBM menurut Rachmawati (1998:102) adalah menciptakan suasana bersemangat, gembira dan menyenangkan, membantu melakukan relaksasi, membantu mengalihkan perhatian dari masalah yang berat menjadi santai, membantu mengekspresikan perasaannya, dan merangsang keterampilan motorik. Pengaruh musik terhadap tubuh itu sendiri adalah dapat membangkitkan aktivitas sistem syaraf otonom tubuh. Beberapa respon yang muncul bersifat spontan dan tidak terkontrol.

Dengan semua pengaruh positif yang ditimbulkan oleh musik, tidaklah mengherankan musik dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Menurut Rachmawati (1998:103) musik dapat menyeimbangkan otak kiri dan otak kanan sehingga mempunyai kemampuan untuk perkembangan intelektual, dan sangat baik untuk anak-anak. Sekaligus membuat anak pintar bersosialisasi.

Jika anak terbiasa mendengar musik yang indah, banyak sekali manfaat yang dirasakan anak, tidak saja meningkatkan kognisi anak secara optimal, juga membangun kecerdasan emosional. Pengertian musik itu sendiri

(Gunawan,2003:80) adalah serangkaian bunyi atau suara yang dipersepsi sebagai bentuk dengan struktur yang bermakna bagi yang mendengarkan.

Melalui ritme, irama, melodi dan dipengaruhi dari jenis musiknya, musik dapat merubah keadaan emosi saat mendengarnya. Musik mampu membuat murid rileks, mengurangi stress, mengurangi masalah disiplin, merangsang kreativitas, dan kemampuan berfikir (Gunawan,2003:80).

Hasil penelitian Gordon Shaw dari Universitas California, Los Angeles, yang membagi sekelompok anak menjadi 3 kelompok, yaitu kelompok belajar musik, belajar komputer, dan belajar keterampilan, menunjukkan bahwa kelompok yang belajar musik lebih baik daripada kedua kelompok yang lain. Lebih detail Shaw memaparkan kesimpulannya sebagai berikut:

- a Kelompok belajar musik menunjukkan perkembangan yang dramatis yaitu 34 % lebih cerdas dari kelompok kedua dan ketiga.
- b Kelompok belajar musik menunjukkan bahwa anak-anak yang belajar nyanyi dan alat musik instrument dapat memperoleh mental yang lebih baik dari anak-anak yang tidak belajar bermain musik.
- c Kelompok belajar musik dapat mengajarkan anak-anak untuk dapat memperhatikan dan mengingat sesuatu, dan dapat membantu memperbaiki koordinasi dan keterampilan jasmani lainnya. (Nixon dan Jewett (1980:27).

Terdapat berbagai jenis musik yang dapat digunakan dalam KBM diantaranya: musik ansambel, musik klasik, musik instrumental dan sebagainya.

Musik ansambel adalah bermain musik dan atau vokal secara bersama-sama (group). Sedangkan musik klasik dianggap identik dengan yang dimainkan oleh orkestra. Musik instrumental adalah musik yang dihasilkan murni dari alat - alat musik tanpa diiringi oleh lantunan vokal penyanyi (www.songpeddler.com).

Dalam penelitian ini jenis musik yang akan penulis gunakan adalah jenis musik instrumental, karena jenis musik instrumental bukan jenis musik yang berasal dari suatu jenis musik tertentu.

Musik instrumental merupakan jenis musik yang hanya menggunakan alat musik tanpa menggunakan lirik sehingga dapat membuat siswa lebih berkonsentrasi terhadap pelajaran (Gunawan,2003:55).

Gunawan (2003:55) juga mengatakan mendengarkan musik instrumental seperti flute, piano, gitar, biola dan instrumen-instrumen lain itu sangatlah menyenangkan dan menenangkan, para praktisi telah menemukan bahwa kegiatan ini akan memberikan dampak positif besar terhadap pikiran, badan dan mental seseorang. Musik sendiri tidak selamanya menghasilkan hal-hal yang positif, namun sering juga hal-hal yang negatif.

Dalam penjas sendiri penggunaan musik terbatas hanya pada senam aerobik. Itu pun hanya diperkenalkan saja. Sementara pembelajaran penjas lain tidak pernah menggunakan musik, hanya menggunakan bentuk-bentuk permainan untuk membuat siswa tertarik dan bersemangat dalam mengikuti penjas. Dengan penguasaan guru terhadap penggunaan media dalam pembelajaran pun dapat menjadikan salah satu alternatif dalam memberikan materi pembelajaran.

Fenomena yang terjadi di lapangan sehubungan dengan penggunaan media dalam kegiatan penjas menunjukkan bahwa: guru seringkali malas memodifikasi metode pengajarannya, guru tersebut tidak menguasai salah satu bidang penjas, dan kurangnya pengetahuan mengenai penggunaan media dalam pembelajaran. Ketiga hal tersebut oleh penulis dipandang sebagai penyebab dari kejenuhan siswa

dalam mengikuti pembelajaran penjas sehingga dapat berpengaruh terhadap hasil belajar yang akan diperolehnya.

Hasil belajar yang baik bagi siswa sendiri dapat menjadi kepuasan dan kebanggaan yang dapat meningkatkan motivasi belajar intrinsik pada diri siswa, selain itu dapat menambah keyakinan akan kemampuan dirinya atau mengetahui potensi yang ada pada dirinya.

Soedijanto (1993:49) mengatakan hasil belajar adalah tingkat penguasaan yang dicapai oleh belajar dalam mengikuti program belajar mengajar sesuai dengan tujuan pendidikan yang ditetapkan. Sedangkan menurut Sudjana (2004:22) hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar.

Selain pengalaman belajar, terdapat faktor-faktor yang menunjang hasil belajar yang dicapai oleh siswa. Faktor-faktor itu dikelompokkan atas dua bagian, masing-masing faktor fisiologis dan faktor psikologis.

Faktor fisiologis terdiri dari faktor material pembelajaran, faktor lingkungan, faktor instrumental dan faktor kondisi individual subjek didik. Sedangkan faktor-faktor psikologis yang berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar jumlahnya banyak sekali, dan masing-masingnya tidak dapat dibahas secara terpisah. Perilaku individu, termasuk perilaku belajar, merupakan totalitas penghayatan dan aktivitas yang lahir sebagai hasil akhir saling pengaruh antara berbagai gejala, seperti perhatian, pengamatan, ingatan, pikiran dan motif (Depdikbud, 1985 :11).

Dalam beberapa kasus, lebih banyak waktu dalam penjas menuju kepada hasil belajar yang lebih baik dan skor-skor tes yang sesuai standar. Anak-anak yang

aktif dan sehat secara jasmani cenderung memiliki pencapaian hasil belajar yang lebih baik. (*www.The Robert Wood Johnson Foundation.com*).

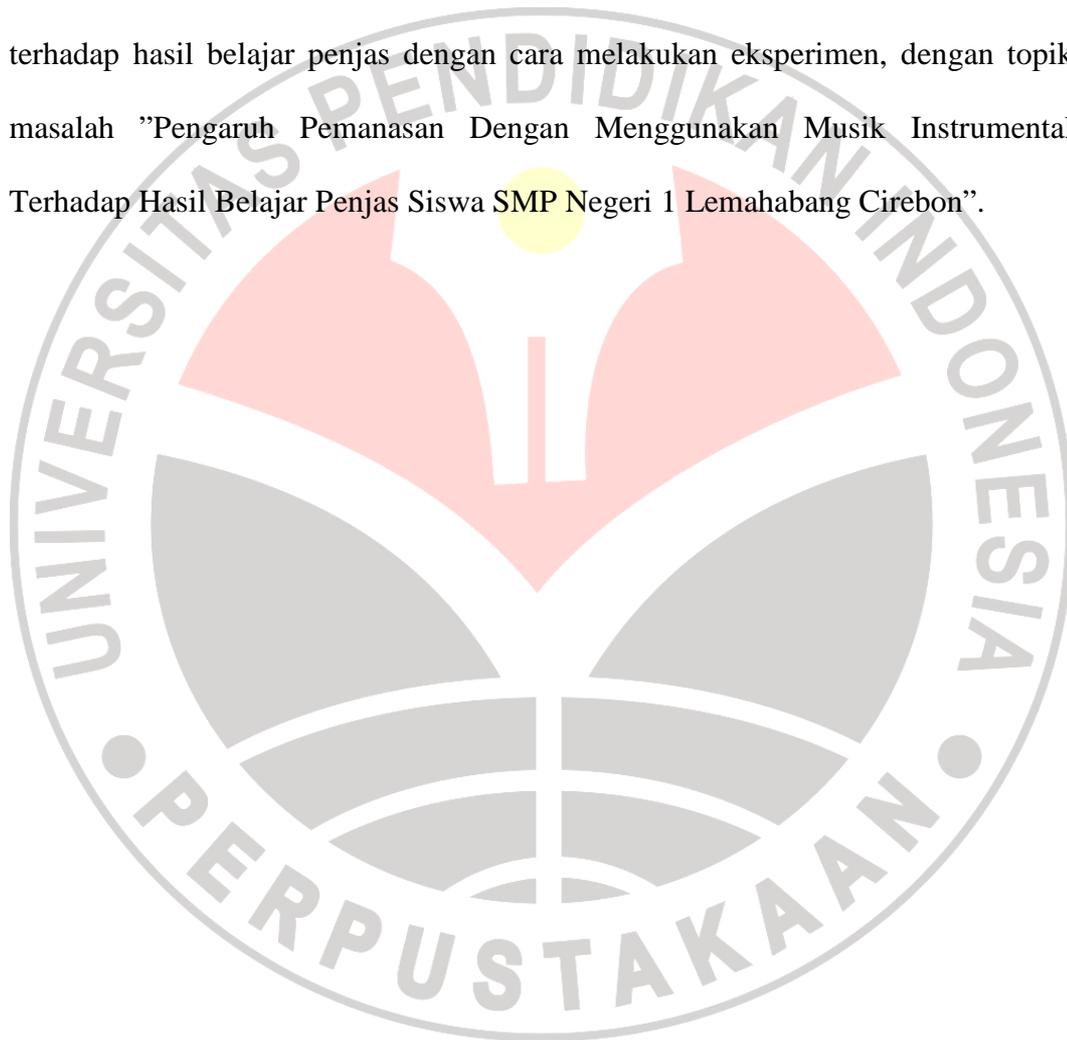
Melalui penjas para siswa memiliki sehat jasmani sehingga lebih fokus dalam mencapai hasil belajar yang maksimal ditambah dengan penggunaan musik yang mampu menyeimbangkan otak kanan dan kiri secara bersamaan sehingga penggunaan musik dalam penjas dapat membuat anak lebih baik dalam belajar.

Penggunaan musik sendiri sangat jarang digunakan dalam pembelajaran penjas, baik itu di kota-kota besar apalagi di daerah-daerah. Para guru penjas hanya menerapkan hal yang sudah ada dan tidak pernah mau mencoba sesuatu yang baru untuk meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjas, sehingga tidak dapat menarik minat siswa yang "enggan" untuk berolahraga. Karena menurut sebagian siswa penjas tersebut membosankan dan hanya lari-lari keliling lapangan, oleh karena itu, siswa pun merasa penjas bukanlah mata pelajaran yang harus diikuti dengan serius.

Mengacu pada pendapat para ahli musik, penggunaan musik dalam penjas dipandang sangat potensial untuk menumbuhkan motivasi siswa dalam mengikuti penjas. Menggunakan musik pada pemanasan dimaksudkan agar siswa merasakan sesuatu yang baru sehingga timbul keinginan siswa untuk mengikuti pejas dengan lebih semangat. Di luar negeri penggunaan musik dalam penjas telah diterapkan seperti di Virginia, Iran, USA, Hungary, bahkan dilakukan semenjak taman kanak-kanak, karena diyakini dapat meningkatkan kognisi anak secara optimal, membangun kecerdasan anak, dan membuat anak pintar bersosialisasi (*www.Rinaokta.com*). Bagaimana di Indonesia? penggunaan musik di dalam

pembelajaran penjas di Indonesia masih belum dilakukan dengan maksimal. Sejauh ini sedikit sekali sekolah-sekolah di Indonesia yang mempergunakan musik sebagai media pembelajaran.

Dengan melihat kondisi bahwa penggunaan musik dalam penjas di Indonesia masih terbatas, hal tersebut mendorong penulis untuk melihat pengaruh musik terhadap hasil belajar penjas dengan cara melakukan eksperimen, dengan topik masalah "Pengaruh Pemanasan Dengan Menggunakan Musik Instrumental Terhadap Hasil Belajar Penjas Siswa SMP Negeri 1 Lemahabang Cirebon".



B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis menjabarkan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah pembelajaran penjas dengan menggunakan musik Kitaro memberikan pengaruh yang positif terhadap hasil belajar penjas?
2. Apakah pembelajaran penjas dengan menggunakan musik aerobik memberikan pengaruh yang positif terhadap hasil belajar penjas?
3. Penggunaan musik jenis manakah yang memberikan pengaruh yang lebih positif terhadap hasil belajar penjas?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mendapatkan jawaban terhadap masalah yang telah dirumuskan, mengacu pada latar belakang dan rumusan masalah tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh yang positif mengenai penggunaan musik kitaro terhadap hasil belajar penjas
2. Untuk mengetahui pengaruh yang positif mengenai penggunaan musik aerobik terhadap hasil belajar penjas
3. Untuk mengetahui penggunaan jenis musik manakah yang memberikan pengaruh yang lebih positif terhadap hasil belajar.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang berarti bagi semua pihak terutama kepada yang berkecimpung dalam dunia pendidikan, di antaranya:

1. Dapat memberikan sumbangan dalam upaya membantu guru pendidikan jasmani dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran jasmani di sekolah
2. Sebagai masukan tentang penggunaan musik yang dapat digunakan khususnya dalam pelajaran penjas.
3. Meningkatkan proses belajar mengajar penjas di sekolah-sekolah

E. Batasan Penelitian

Agar tidak terjadi kesalahpahaman mengenai judul yang peneliti ambil, peneliti menjabarkan beberapa hal yang perlu diketahui. Diantaranya penggunaan musik instrumental yang digunakan dalam penelitian ini. Peneliti mempergunakan dua jenis musik yang berbeda yang akan diberikan kepada sample yaitu jenis musik kitaro dan aerobik, dimana jenis musik kitaro lebih cenderung kepada relaksasi sedangkan aerobik lebih bersifat sebagai penyemangat.

Kemudian hal yang peneliti perlu jelaskan pula adalah hasil belajar penjas yang diteliti, hasil belajar penjas yang dimaksudkan peneliti bukanlah hasil belajar secara keseluruhan pembelajaran penjas yang dilihat dari buku raport melainkan

hasil tes yang peneliti lakukan pada sample pada saat itu yaitu hasil tes teknik dasar bola basket.

F. Anggapan dasar

Dalam suatu penelitian anggapan dasar merupakan titik tolak penulis dalam menentukan penjelasan dan merupakan pegangan pokok secara umum yang mendasari keseluruhan dari isi penelitian yang dilakukan.

Menurut Surakhmad (1998:98), anggapan dasar adalah "Anggapan dasar asumsi atau postulat yang menjadi tumpuan segala pandangan dan kegiatan terhadap masalah yang dihadapi. Postulat ini menjadi titik pangkal titik dimana tidak lagi menjadi keraguan penyelidik.". Lebih lanjut Arikunto (2006:65) menjelaskan bahwa alasan peneliti perlu merumuskan anggapan dasar :

1. Agar ada dasar berpijak yang kukuh bagi masalah yang sedang diteliti.
2. Untuk mempertegas variabel yang menjadi pusat perhatian.
3. Guna menentukan dan merumuskan hipotesis.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini bertitik tolak pada asumsi sebagai berikut :

- a. Penggunaan media dalam pembelajaran penjas belum dilakukan secara maksimal
- b. Musik digunakan dalam KBM untuk meningkatkan suasana bersemangat, membantu relaksasi, membantu mengekspresikan perasaannya, dan merangsang keterampilan motorik dan meningkatkan hasil belajar.

G. Penjelasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalahpahaman mengenai judul penelitian ini, penulis akan menjelaskan istilah-istilah tersebut sebagai berikut

1. Pendidikan Jasmani

Menurut Purwanto Pendidikan jasmani adalah salah satu segi pendidikan yang sungguh penting sekali, yang tidak dapat terlepas dari segi-segi pendidikan yang lain (pendidikan kecakapan, pendidikan ketuhanan, pendidikan kesusilaan, pendidikan keindahan, dan pendidikan kemasyarakatan). Bahkan dapat dikatakan bahwa pendidikan jasmani itu merupakan salah satu alat yang utama bagi pendidikan rohani. Berbagai macam segi pendidikan diatas dapat mudah tercapai jika pendidikan jasmani dilaksanakan sebaik-baiknya.

2. Musik

Jamalus (1988:1) mengatakan Musik adalah suatu hasil karya seni bunyi dalam bentuk lagu atau komposisi musik, yang mengungkapkan pikiran dan perasaan penciptanya melalui unsur-unsur musik, yaitu irama, bentuk/struktur lagu dan ekspresi sebagai satu kesenian.

Dalam penelitian ini musik yang digunakan ada dua macam yaitu musik kitaro dan musik aerobik. Musik kitaro adalah musik soul yang mengambil tema mengenai alam yang mengarahkan pada ketenangan (Amrullah, 2009:98). Sedangkan musik aerobik adalah musik yang berpatokan pada kecepatan sebagai pemberi motivasi dan semangat pada pelaku latihan (Sulandari,2008:3).

3. Hasil Belajar

Adalah seluruh kecakapan dan segala hal yang diperoleh melalui proses belajar mengajar di sekolah dinyatakan dengan angka dan diukur dengan menggunakan tes hasil belajar (Briggs,1979:149).

