

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian yang integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Proses pendidikan jasmani wajib diikuti oleh semua siswa dari tingkat Taman Kanak-kanak sampai dengan tingkat Sekolah Menengah Umum (SMU). Pendidikan jasmani dituangkan dalam bentuk aktivitas fisik baik itu permainan maupun olahraga. Tujuan ideal dari program jasmani itu bersifat menyeluruh, sebab bukan hanya mencakup aspek fisik saja tetapi meliputi aspek lainnya termasuk aspek intelektual, emosional, sosial, dan moral. Sesuai dengan penyempurnaan/penyesuaian kurikulum 1994 (Suplemen GBPP) SD/MI 1999 menyatakan bahwa:

“Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian yang integral dari pendidikan keseluruhan, yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani guna mendorong kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang”.

Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Lutan (2001:23) mengemukakan pendapatnya bahwa “Perkembangan kebugaran jasmani merupakan tujuan yang penting program penjas di Sekolah Dasar”. Tingginya kebugaran jasmani pada usia ini sangat mendukung dalam pertumbuhan dan perkembangan hidupnya dimasa yang akan datang, dengan demikian kebugaran jasmani haruslah dibina dan dipelihara karena siswa akan dapat melakukan kegiatan belajar dengan baik dan tidak akan

mengalami kelelahan yang berarti yang diakibatkan oleh aktivitas belajar tersebut.

Mengenai kebugaran jasmani Giriwijoyo (2007:48) mengemukakan bahwa:

“Keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap keadaan lingkungan yang harus di atasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya”.

Kebugaran jasmani sangat penting bagi siswa sekolah dasar, 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.

Namun demikian permasalahan yang terjadi terkait dengan kebugaran jasmani siswa saat ini masih sangat memprihatinkan. Hal itu 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 berjalan kaki sudah sangat jarang tampak dalam kehidupan sehari-hari karena lebih banyak menggunakan kendaraan umum

maupun kendaraan pribadi. Bukan hanya itu siswa terbiasa melakukan berbagai kegiatan dengan bantuan alat-alat yang serba praktis, sehingga siswa menjadi mudah lelah ketika melakukan kegiatan fisik yang bersifat aktif.

Kondisi seperti itu menyebabkan siswa malas bermain secara aktif dengan teman-temannya, sehingga otomatis sosialisasi dan interaksi dengan teman sebayanya menurun sehingga dapat mengakibatkan perkembangan mental, sosial, dan emosional siswa tidak serasi, selaras dan seimbang, siswa akan mudah putus asa, mudah tersinggung, tidak mau bermain dengan teman-temannya, bahkan siswa mudah marah dan melawan terhadap orang yang lebih tua. Jika hal itu dibiarkan, maka tidak menutup kemungkinan siswa tidak akan patuh dan menuruti setiap perintah orang tuanya atau gurunya di sekolah.

Faktor internal yang diakibatkan dari kondisi seperti di atas siswa kurang begitu memahami betapa pentingnya kegiatan olahraga untuk menjaga kebugaran jasmani. Sebagian siswa menganggap olahraga sebagai kegiatan yang melelahkan atau menganggap olahraga sebagai suatu kegiatan yang tidak terlalu penting hanya membuang-buang waktu saja, bahkan banyak siswa yang malas berolahraga karena biaya yang relatif mahal dan sulitnya lapangan sehingga membutuhkan biaya transportasi yang lebih mahal, sedangkan faktor eksternalnya guru kurang begitu memahami perannya dalam mengembangkan kemampuan siswa terutama dalam kebugaran jasmaninya, maka dari itu guru pendidikan jasmani sebagai fasilitator dalam proses pendidikan jasmani 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 di sekolah dengan sebaik dan semenarik mungkin. Tujuan pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa akan berhasil, apabila guru mampu membangkitkan partisipasi siswanya untuk bermain dan berolahraga setelah kegiatan pembelajaran berlangsung.

Dalam kenyataannya, rutinitas olahraga yang dilakukan siswa di luar sekolah sangat minim dan lebih banyak menghabiskan waktu dengan main game, Play Station, atau nonton TV. Terutama di kota-kota besar yang sangat padat dan sarana prasarana olahraga yang kurang memadai, memungkinkan anak untuk memilih kegiatan bermain yang sifatnya pasif.

Suasana kelas yang kaku dengan bangku berderet-deret, sementara anak duduk di sepanjang jam pelajaran, juga merupakan suasana yang mendorong anak untuk tidak aktif, suasana seperti itu penulis lihat ketika berkunjung ke SDN 3 Ujungberung. Siswi-siswi SDN 3 Ujungberung belajar di sekolah selama 6 hari dalam satu minggu, dengan situasi belajar yang ketat dan cara belajar yang cenderung lebih banyak duduk di kelas atau pasif dari pada melakukan aktivitas jasmani, sekitar 5 jam per-harinya mereka habiskan di dalam kelas. Dalam satu minggu berarti 30 jam siswa melakukan aktivitas pasif. Belum lagi bagi siswa kelas enam harus mengikuti pemantapan atau jam pelajaran tambahan. Adapun mata pelajaran pendidikan jasmani hanya diberikan dua jam pelajaran atau sekitar 90 menit saja dalam satu minggunya, itupun terkadang terganggu oleh cuaca, gurunya yang tidak hadir, siswa yang sakit, tidak membawa pakaian olahraga atau yang lainnya.

Kalau hal ini dihadapi oleh siswa secara terus menerus maka akan menimbulkan kondisi tubuh yang kurang baik atau kebugaran jasmani siswa yang rendah, selain itu pula akan menimbulkan kebosanan/kejenuhan bagi siswa.

Berdasarkan pemaparan yang telah dikemukakan di atas, bahwa kebugaran jasmani sangatlah penting bagi siswa supaya dapat mengikuti pelajaran dengan baik dan terhindar dari kondisi tubuh yang lelah, rasa malas dan terhindar dari penyakit. Maka dari itu partisipasi dalam mengikuti pembelajaran penjas harus ditanamkan kepada siswa, supaya siswa tersebut mempunyai kebugaran jasmani yang baik, dari penjelasan tersebut penulis tertarik untuk meneliti hubungan partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas terhadap tingkat kebugaran jasmani di SDN 3 Ujungberung Bandung.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dipaparkan, bahwa arti kata partisipasi siswa seringkali diberikan pada pengertian keterlibatan atau peran serta siswa. Partisipasi dalam pengertian ini dapat juga berarti mengambil bagian atau peran dalam pendidikan, baik dalam bentuk pernyataan mengikuti kegiatan, tenaga, waktu, keahlian, serta ikut memanfaatkan dan menikmati hasil-hasilnya. Dalam implementasi partisipasi siswa, seharusnya seluruh siswa merasa bahwa tidak hanya menjadi objek dari pembelajaran, tetapi harus dapat mewakili proses pembelajaran itu sendiri sesuai dengan kepentingan pembelajaran. Jadi partisipasi merupakan suatu keinginan atau keikutsertaan dalam mengikuti kegiatan dan

tujuannya untuk meraih hasil yang dicapai dengan persyaratan harus ada kemampuan dan kesempatan pada individu yang bersangkutan.

Partisipasi adalah proses aktif dan inisiatif yang muncul dari siswa serta akan terwujud sebagai suatu kegiatan nyata apabila terpenuhi oleh tiga faktor pendukungnya yaitu: (1) adanya kemauan, (2) adanya kemampuan, dan (3) adanya kesempatan untuk berpartisipasi. Kemauan dan kemampuan berpartisipasi lebih berasal dari siswa yang dalam hal ini dimaksudkan sebagai kegiatan yang dikutinya dalam proses pembelajaran, sedangkan kesempatan berpartisipasi datang dari pihak luar yang memberi kesempatan (dari guru). Apabila ada kemauan tetapi tidak ada kemampuan dan telah diberi kesempatan oleh guru, maka partisipasi tidak akan terjadi. Demikian juga, jika ada kemauan dan kemampuan tetapi tidak ada ruang atau kesempatan yang diberikan oleh guru, maka tidak mungkin juga partisipasi itu terjadi. Jadi kalau melihat penjelasan tersebut partisipasi ada dua yaitu partisipasi aktif dan partisipasi pasif. Partisipasi aktif yaitu siswa yang ikutserta dalam proses pembelajaran didasarkan atas kemauan dan mampu untuk mengikutinya. Berbeda dengan partisipasi pasif yaitu siswa ikutserta dalam proses pembelajaran, dan siswa tersebut mau melakukan pembelajaran, tetapi tidak mampu untuk melakukan atau mengimbangi proses pembelajarannya. Hal ini sesuai dengan penjelasan yang ada dalam <http://www.osun.org/pengertian+partisipasi+aktif-doc.html> bahwa:

“Partisipasi aktif adalah keikutsertaan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran (dalam penelitian ini yaitu pembelajaran penjas) dengan didasarkan oleh kemauan dan kemampuan dalam mengikuti proses pembelajaran tersebut. Sedangkan partisipasi pasif adalah keikutsertaan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dengan didasarkan oleh kemauan tetapi

kemampuan untuk melaksanakan pembelajaran tersebut kurang atau tidak bisa melakukannya”.

Dalam proses pembelajaran, partisipasi aktif dari siswa sangat diperlukan sekali karena akan terjadi suasana pembelajaran yang efektif. Di sini siswa akan ikutserta dengan kemauan untuk belajar yang datang dari dirinya, kesempatan untuk belajar selalu diikutinya, serta mempunyai kemampuan untuk melaksanakan pembelajaran. Dengan siswa berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran tersebut, maka perubahan akan terjadi. Begitu pula dalam proses pembelajaran penjas, aktivitas yang diikutinya akan mengalami perubahan berupa penegetahuan, fungsi otot tubuhnya perkembangan fisiologisnya sesuai dengan beban aktivitas yang dilakukan. Dengan adanya perubahan tersebut, maka otomatis kebugaran jasmani dari siswa tersebut akan terwujud.

Dari pemaparan di atas, maka penulis mengemukakan masalah penelitian yang ingin diangkat dalam penelitian ini yaitu Apakah terdapat hubungan antara partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas dengan tingkat kebugaran jasmani siswa di SDN 3 Ujungberung Bandung?.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penulis mengadakan penelitian ini adalah :

#### **1. Tujuan Umum**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta Empirik dan mendapatkan temuan baru mengenai hubungan partisipasi aktif siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani dengan tingkat kebugaran jasmani siswa di

SDN 3 Ujungberung Bandung. Temuan baru tersebut dapat dijadikan landasan dalam mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih baik, efektif dan efisien. Dengan adanya temuan baru ini mudah-mudahan dapat membantu para guru untuk meningkatkan kualitas siswa melalui pendidikan jasmani di sekolah.

## 2. Tujuan Khusus

Ingin mengetahui hubungan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan tingkat kebugaran jasmani siswa di SDN 3 Ujungberung Bandung.

### **D. Manfaat Penelitian**

Beberapa manfaat yang dapat dipetik dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Secara Teoritis

- a. Dapat memperkuat teori yang sudah ada.
- b. Dapat dijadikan sumbangan keilmuan yang berarti bagi dunia pendidikan, khusus bagi guru penjas agar dapat mendesain materi pelajarannya semenarik mungkin.

- c. Informasi dan masukkan bagi lembaga-lembaga yang menyelenggarakan pendidikan formal dalam kaitannya dengan kepuasan, minat dan bakat siswa untuk lebih meningkatkan potensi yang ada dalam dirinya.
  - d. Informasi bagi masyarakat atau orang tua tentang persepsi siswa terhadap kegiatan olahraga serta manfaatnya dari kegiatan olahraga tersebut.
2. Secara Praktis
- a. Dapat dimanfaatkan oleh guru pendidikan jasmani dan orang tua terkait dengan masalah kebugaran jasmani siswa.
  - b. Sebagai acuan guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran penjas.
  - c. Sebagai acuan peneliti atau mahasiswa dalam menyusun rencana penelitian yang berkaitan dengan persepsi siswa terhadap kegiatan olahraga maupun penelitian yang berkaitan dengan kebugaran jasmani.
  - d. Memberikan gambaran tentang partisipasi siswa terhadap kegiatan olahraga dan hubungannya dengan kebugaran jasmani.

#### **E. Anggapan Dasar**

Anggapan dasar diperlukan penulis sebagai pegangan dalam proses penelitian dan sebagai titik tolak dari semua proses yang akan dikerjakan. Adapun anggapan dasar yang dipakai sebagai titik tolak landasan berpikir dalam penelitian ini yaitu bahwa dalam suatu pembelajaran diperlukan partisipasi siswa, dalam pelaksanaannya partisipasi tersebut haruslah bersifat aktif bukannya pasif. Cara yang paling baik untuk mewujudkan tujuan pembelajaran tersebut yaitu siswa berpartisipasi secara aktif dan haruslah didasarkan oleh kemauan untuk mengikuti

pembelajaran dengan sungguh-sungguh bukan sekedar paksaan atau hanya mengikuti pembelajaran saja. Dengan melakukan partisipasi tersebut siswa akan terlibat secara langsung terhadap proses pembelajaran, melakukan aktivitas gerak yang diberikan/diajarkan oleh guru, sehingga siswa memahami tentang materi apa yang diberikan. Hal ini juga berlaku terhadap pembelajaran penjas, apabila siswa berpartisipasi secara aktif dan terlibat secara langsung dalam proses pembelajarannya, maka siswa secara sadar dan mempunyai kemauan untuk melakukan gerak/aktivitas sehingga akan merangsang terhadap pertumbuhan otot-otot tubuhnya sehingga tujuan yang hendak dicapai yaitu kebugaran jasmani akan terwujud. Dalam hal ini, siswa mencurahkan perhatiannya untuk melaksanakan pembelajaran dengan penuh perasaan yang dibentuk dengan pengetahuan bahwa aktivitas gerak merupakan faktor penting untuk meningkatkan kebugaran jasmani, serta tentunya harus didukung dengan keterampilan atau kemampuan untuk melaksanakan proses pembelajarannya dengan baik sehingga tujuannya dapat terwujud. Kebugaran jasmani merupakan bagian penting bagi setiap individu, dan tidak menutup kemungkinan bagi para siswa SDN 3 di Ujungberung Bandung. Apabila para siswa SDN 3 Ujung Berung mempunyai partisipasi aktif dalam melakukan pembelajaran penjas yaitu dengan didasarkan oleh kemauan melakukan setiap materi yang diberikan oleh guru, mempunyai banyak kesempatan melakukan aktivitas gerak yang berdasarkan atas materi pelajaran, dan mempunyai kemampuan untuk melaksanakan aktivitas gerak dengan benar dan terarah sesuai dengan materi yang diberikan. Sehingga peningkatan kebugaran

jasmani akibat dari pelajaran penjas tersebut akan tercapai, yang nantinya akan mengarah kepada tubuh yang sehat.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Slamet (1980:17-18) bahwa “Partisipasi adalah hal mengambil bagian dalam suatu kegiatan dan ikut memanfaatkan serta menikmati hasil yang dicapai dengan persyaratan harus ada kemampuan dan kesempatan pada individu yang bersangkutan”.

Lebih lanjut menurut Saputro (1986:16) menjelaskan bahwa:

“Partisipasi aktif adalah orang yang menerima dan melaksanakan tugas dalam suatu kegiatan dengan penuh tanggung jawab. Ia mencurahkan pengetahuan, perasaan, dan keterampilannya untuk mencapai suatu tujuan yang diharapkan”.

Dari kedua pendapat yang telah dikemukakan di atas, bahwa partisipasi merupakan pelaksanaan tugas atau kegiatan dan ikut memanfaatkannya serta menikmati hasil yang dicapai oleh individu bersangkutan, sedangkan partisipasi aktif merupakan orang yang melaksanakan tugas atau kegiatan dan mencurahkan keterampilannya untuk mencapai suatu tujuan.

Partisipasi aktif dalam pembelajaran penjas dilakukan oleh siswa melalui aktivitas olahraga, dan nantinya akan menentukan terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa itu sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Matjan (2005: 22-23) bahwa:

“Setiap aktivitas olahraga secara pasti akan menimbulkan perubahan fisiologis sesuai dengan beban kerja yang diberikan pada tubuh. Perubahan itu terutama terjadi pada sistem otot kerangka, sistem kardiovaskuler, dan sistem pernapasan. Perubahan-perubahan positif yang terjadi pada tubuh seseorang akibat olahragalah yang menentukan tingkat kesegaran jasmani dan derajat kesehatan para pelaku olahraga”.

Lebih lanjut Giriwijoyo (2007:85) mengemukakan bahwa:

“Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial. Struktur anatomis-anthropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektualnya nyata lebih unggul pada siswa-siswa yang aktif mengikuti kegiatan penjas-OR dari pada siswa-siswa yang tidak aktif mengikuti penjas-OR”.

Dari beberapa pendapat yang telah dikemukakan di atas, seseorang yang berpartisipasi aktif dalam melakukan sesuatu khususnya dalam berolahraga akan menghasilkan tubuh yang sehat/bugar. Dengan demikian diduga terdapat hubungan antara partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas dengan tingkat kebugaran jasmani.

#### **F. Hipotesis**

Suatu hipotesis memegang peranan penting dalam suatu penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicapai pemecahannya. Sesuai dengan permasalahan yang penulis teliti, maka penulis mengajukan hipotesis penelitian yaitu Terdapat hubungan antara partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas dengan tingkat kebugaran jasmani.

#### **G. Batasan Penelitian**

Agar ruang lingkup penelitian ini tidak terlalu luas, dan dalam pelaksanaannya lebih terarah dan jelas. Mengenai pembatasan masalah dijelaskan oleh Surakhmad (1990:36) sebagai berikut:

“Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut”.

Berdasarkan pada penjelasan diatas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Ruang lingkup masalah yang diteliti adalah hubungan partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas terhadap tingkat kebugaran jasmani. Partisipasi aktif yang dimaksud dalam penelitian ini, penulis mengacu kepada pendapat Saputro (1986:16) yaitu:

“Partisipasi aktif adalah orang yang menerima dan melaksanakan tugas dalam suatu kegiatan dengan penuh tanggung jawab. Ia mencurahkan pengetahuan, perasaan, dan keterampilannya untuk mencapai suatu tujuan yang diharapkan. Sedangkan partisipasi pasif adalah orang yang hanya ikut saja dalam suatu kegiatan tanpa tanggung jawab yang penuh seperti ia tidak memberikan tanggapan dan saran untuk tujuan seseorang yang tidak menerima dan menolak program yang diajukan”.

Jadi partisipasi aktif yaitu keikutsertaan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran (dalam penelitian ini yaitu pembelajaran penjas) dengan didasarkan oleh kemauan dan kemampuan dalam mengikuti proses pembelajaran tersebut, dan siswa bersemangat untuk melakukan aktivitas gerak dalam pembelajarannya. Adapun cirri-ciri siswa yang mempunyai partisipasi aktif yaitu disiplin, jarang melanggar, jarang terlambat, mengikuti semua kegiatan, ikut terlibat menjaga kedisiplinan, mempunyai motivasi untuk belajar, antusiasme dan partisipasi yang tinggi terhadap kegiatan, ada inisiatif

dan ikut aktif untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif. Sedangkan partisipasi pasif adalah keikutsertaan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dengan didasarkan oleh kemauan tetapi kemampuan untuk melaksanakan pembelajaran tersebut kurang atau tidak bisa melakukannya, dan siswa tersebut terlihat malas untuk melakukan aktivitas pembelajaran sehingga ada kesan dipaksakan. Adapun cirri-ciri siswa yang mempunyai partisipasi pasif yaitu kurang disiplin, sering melanggar aturan, sering terlambat mengikuti kegiatan, motivasi dan partisipasi yang rendah terhadap kegiatan, ada kecenderungan menolak melakukan kegiatan.

2. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SDN 3 Ujungberung yang duduk di kelas IV, dan V. Sedangkan yang dijadikan subjek penelitian yaitu sebanyak 30 orang, dan pengambilan sampel dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik *purposive sampling*, teknik ini dilakukan berdasarkan pertimbangan mengenai ciri, sifat dan karakteristik sampel yang akan diteliti. Tentang *purposive sampel* (Arikunto 2002:117) menjelaskan bahwa “Sampel bertujuan (*purposive sampel*) dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”.
3. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif.
4. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengukur partisipasi aktif siswa yaitu menggunakan observasi. Observasi ini dilakukan untuk mengetahui siswa yang berpartisipasi aktif dan siswa yang berpartisipasi pasif. Untuk melihat hal tersebut, yaitu dengan menggunakan

lembar observasi melalui pengamatan tentang perilaku siswa dalam berpartisipasi mengikuti pembelajaran dan dokumentasi proses pembelajaran, sehingga dapat terlihat siswa yang berpartisipasi aktif atau pasif. Arikunto (2002:133) mengemukakan bahwa “Di dalam artian penelitian observasi dapat dilakukan dengan tes, kuesioner, rekaman gambar, rekaman suara”. Mengetes adalah mengadakan pengamatan terhadap aspek yang diukur, kuesioner diberikan kepada respon untuk mengamati aspek-aspek yang ingin diselidiki, rekaman gambar dan rekaman suara sebenarnya hanyalah menyimpan kejadian untuk diselidiki. Jadi observasi yang dilakukan untuk pengambilan data yaitu dengan mengamati siswa yang dijadikan sampel ketika mengikuti pembelajaran penjas, memberikan kuesioner dengan dipandu oleh peneliti kepada siswa yang dijadikan sampel, dan rekaman untuk meneliti ulang kegiatan siswa yang dijadikan sampel pada waktu mengikuti pembelajaran. Sedangkan untuk mengukur kebugaran jasmani yaitu menggunakan tes kebugaran jasmani Indonesia untuk sekolah dasar Nurhasan (2000:92) dengan butir-butir tesnya adalah sebagai berikut:

- a. Tes lari cepat 40 meter.
- b. Tes angkat tubuh (30 detik).
- c. Tes baring duduk (30 detik).
- d. Tes loncat tegak.
- e. Tes lari jauh (600 meter).

## H. Penjelasan Istilah

Penafsiran terhadap suatu istilah cenderung berbeda-beda, sehingga istilah-istilah dalam penelitian ini perlu penjelasan dengan mengacu pendapat para ahli. Istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kebugaran jasmani, menurut Giriwijoyo (1985:84) memaparkan bahwa:

“Kebugaran jasmani adalah keadaan jasmani untuk dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara efisien, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya”.

Kebugaran jasmani yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keadaan kondisi tubug siswa pada saat melakukan pembelajaran penjas di sekolah yaitu di SDN 3 Ujungberung bandung.

2. Siswa menurut Makmum (1987:24) memaparkan bahwa yang dimaksud dengan siswa dengan segala karakteristiknya adalah yang terus berusaha mengembangkan dirinya seoptimal mungkin melalui berbagai kegiatan belajar guna mencapai tujuan sesuai dengan tahap perkembangannya. Siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seseorang yang sedang belajar dibangku sekolah dasar yang berada di SDN 3 Ujungberung bandung.
3. Pendidikan jasmani, menurut kurikulum pendidikan jasmani tahun 2004 pendidikan jasmani (2004:14) adalah:

“Proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan menguatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Pendidikan jasmani yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pembelajaran penjas yang dilakukan di sekolah.

4. Partisipasi Aktif, menurut Saputro (1986:16) memaparkan bahwa:

“Partisipasi aktif adalah orang yang menerima dan melaksanakan tugas dalam suatu kegiatan dengan penuh tanggung jawab. Ia mencurahkan pengetahuan, perasaan dan keterampilannya untuk mencapai suatu tujuan yang diharapkan”.

Partisipasi aktif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keikutsertaan siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di sekolah seperti disiplin, jarang melanggar, jarang terlambat, mengikuti semua kegiatan, mempunyai motivasi untuk belajar, antusiasme dan partisipasi yang tinggi terhadap kegiatan, ada inisiatif dan ikut aktif untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif.