

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pembangunan bangsa harus dibangun oleh sumber daya manusia yang berkualitas. Sumber daya yang berkualitas adalah sumber daya manusia yang memiliki pengetahuan, keterampilan dan keahlian sehingga dapat melaksanakan pembangunan dan peningkatan taraf hidup. Usaha untuk meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dilakukan dengan memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada masyarakat melalui Pendidikan Nasional yang mengemban fungsi yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yaitu :

Pendidikan nasional berfungsi mengemban kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik untuk 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 tanggung jawab.

Kualitas sumber daya sangat dibutuhkan oleh tingkat pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh melalui pendidikan. Pendidikan bagi bangsa yang sedang membangun seperti bangsa Indonesia saat ini merupakan kebutuhan mutlak yang harus dikembangkan sejalan dengan tuntutan pembangunan secara bertahap. Semakin tinggi cita-cita manusia maka semakin menuntut kepada peningkatan mutu pendidikan sebagai sarana mencapai cita-cita tersebut.

Upaya pemerintah dalam menyelenggarakan sistem pendidikan direalisasikan melalui jalur pendidikan formal, non formal dan informal. Pendidikan formal dilaksanakan melalui kegiatan belajar mengajar secara berjenjang dan berkesinambungan mulai dari pendidikan dasar, pendidikan pertama, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi.

UPI (Universitas Pendidikan Indonesia) merupakan salah satu lembaga pendidikan tinggi yang mengemban visi dan misi yang landasan arah dan strategi pengembangannya mencakup pengembangan disiplin ilmu dan profesi di bidang pendidikan, seperti yang tercantum pada Informasi UPI (2007 : 4), sebagai berikut :

Misi UPI :

1. Menyelenggarakan pendidikan untuk tenaga pendidik profesional dan tenaga profesional lainnya yang berdaya saing global.
2. Mengembangkan teori-teori pendidikan dan keilmuan lain yang inovatif serta penerapannya untuk menjadi landasan dalam penetapan kebijakan pendidikan nasional.
3. Menyelenggarakan layanan pengabdian kepada masyarakat secara professional dalam rangka ikut serta memecahkan masalah nasional baik dalam bidang pendidikan, politik, ekonomi, sosial dan budaya.
4. Menyelenggarakan internasionalisasi pendidikan melalui pengembangan dan pengokohan jaring dan kemitraan pada tingkat nasional, regional dan internasional.

UPI saat ini memiliki 7 fakultas yaitu Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP), Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (FPIPS), Fakultas Pendidikan Bahasa Dan Seni (FPBS), Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FPMIPA), Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan (FPTK), Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK), Fakultas

Pendidikan Ekonomi dan Bisnis (FPEB) dan Program Pasca Sarjana (SPs). Menurut Kurikulum Ketentuan Pokok dan Struktur Program UPI (2008 : 267) bahwa, “Misi utama FPOK adalah menyiapkan tenaga profesional dalam bidang keolahragaan yang memiliki kepercayaan diri dan kemandirian dalam pengembangan bidang-bidang teori dan ilmu keolahragaan untuk demikian diamalkan secara konsekuen dengan memperhatikan etika profesional, terutama olahraga yang berlandaskan pada harkat manusia, termasuk dimensi sosial budayanya”.

Di lingkungan FPOK UPI terdapat 3 jurusan yaitu Jurusan Pendidikan Olahraga, Jurusan Pendidikan Kepelatihan dan Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi. Di FPOK UPI juga memiliki program studi kependidikan dan non kependidikan. Program studi kependidikan terdiri dari Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) dan Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO). Program studi non kependidikan adalah Program Studi Ilmu Keolahragaan S1 (IKOR).

Struktur Kurikulum Program Studi Kependidikan FPOK UPI mencakup sejumlah mata kuliah yang dipahami sebagai suatu kebutuhan yaitu Mata Kuliah Umum (MKU), Mata Kuliah Dasar Profesi (MKDP), Mata Kuliah Keahlian Profesi (MKKP), Mata Kuliah Keahlian Program Studi Kependidikan (MKK Program Studi). Salah satu MKK Program Studi yang diberikan di Jurusan Pendidikan Kepelatihan FPOK UPI adalah Ilmu Gizi Olahraga. Mata kuliah ini dimaksudkan untuk membekali mahasiswa dengan pengetahuan tentang makanan yang berkaitan dengan masalah kesehatan.

Mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga membahas tentang tata gizi seimbang olahraga, persiapan gizi menghadapi kompetisi, gizi olahraga untuk prestasi, keterampilan menyusun menu makanan sehari-hari sesuai dengan banyaknya energi yang dibutuhkan, zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, makanan dan kandungan zat gizi serta fungsinya, proses pencernaan dan metabolisme zat gizi, pelepasan energi dalam tubuh, kebutuhan zat gizi atlet, serta suplemen makanan.

Tujuan dasar manusia berolahraga semata-mata hanya untuk mempertahankan kehidupannya. Setiap aktifitas olahraga secara pasti akan menimbulkan perubahan fisiologis sesuai dengan beban kerja yang diberikan kepada tubuh. Olahraga merupakan aktifitas untuk meningkatkan stamina tubuh yang mempunyai dampak positif terhadap derajat kesehatan, oleh karena itu olahraga dianjurkan untuk dilaksanakan secara teratur sesuai dengan kondisi seseorang.

Bagi atlet asupan gizi yang terkait dengan olahraga mempunyai arti penting selain untuk mempertahankan kebugaran juga untuk meningkatkan prestasi atlet tersebut dalam cabang olahraga. Faktor gizi sangat perlu diperhatikan agar atlet menjadi lebih berprestasi, maka sejak saat pembinaan di tempat pelatihan sampai pada saat pertandingan harus selalu menjadi perhatian. Pentingnya gizi olahraga prestasi sangat dibutuhkan, terutama untuk diketahui oleh pembina, pelatih maupun atlet untuk memahami peran gizi dalam mempertahankan dan meningkatkan prestasi bagi atlet. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepeleatihan FPOK UPI yang akan menjadi seorang

pelatih atlet dituntut mempunyai kesiapan dalam aspek kognitif, afektif dan psikomotor dalam mengarahkan atlet-atlet bimbingannya sebelum dan sesudah pertandingan terutama yang berkaitan dengan masalah gizi sehingga atlet tetap dalam kondisi optimal.

Mata kuliah Ilmu Gizi juga diberikan di Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Program Studi Pendidikan Tata Boga FPTK UPI. Hal ini merupakan salah satu yang memberikan motivasi bagi penulis sebagai mahasiswa Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Program Studi Pendidikan Tata Boga yang memiliki keterkaitan dengan masalah tersebut di atas untuk meningkatkan kualitas mata kuliah Ilmu Gizi dengan melakukan penelitian tentang Pendapat Mahasiswa Tentang Hasil Belajar Ilmu Gizi Olahraga Sebagai Kesiapan Pelatih Atlet.

## **B. Rumusan Masalah**

Setiap penelitian perlu adanya kejelasan masalah yang akan diteliti, sehingga penelitian menjadi jelas dan terarah. Pengertian rumusan masalah menurut Sugiyono (2009) yaitu : “Rumusan masalah merupakan suatu pertanyaan yang akan dicarikan jawabannya melalui pengumpulan data”. Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimana kesiapan mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan FPOK UPI Angkatan 2006 sebagai pelatih atlet?

Pembatasan masalah sangat diperlukan untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah yang akan dibahas seperti yang diungkapkan oleh

Nasution (1996 : 28) bahwa “Tiap masalah hakekatnya kompleks, sehingga tidak dapat diselidiki segala aspek secara tuntas, karena itu peneliti harus membatasi permasalahannya”.

Pembatasan masalah mengenai pendapat mahasiswa tentang hasil belajar ilmu gizi olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet dalam penelitian ini disesuaikan dengan kemampuan penulis yang meliputi :

- a. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan kognitif yang mencakup pengetahuan tentang petunjuk umum tata gizi seimbang atlet, tujuan pengaturan gizi, prinsip pengaturan makan, manfaat pengaturan makan, komposisi menu sehat seimbang atlet, kegunaan protein bagi atlet, faktor penyusunan menu, kegunaan karbohidrat bagi atlet, akibat konsumsi lemak jenuh total yang berlebih, susunan rancangan menu atlet, status hidrasi atlet, metabolisme atlet, dan menu atlet.
- b. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan afektif yang mencakup disiplin, teliti, dan cermat dalam mematuhi aturan mium atlet selama pertandingan, menganjurkan cara pengolahan makan atlet, mematuhi aturan persiapan gizi atlet menghadapi kompetisi, memilih makanan atlet, memilih kualitas menu bagi atlet dalam kompetisi dan menganjurkan konsumsi suplemen makanan.
- c. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan psikomotor yang



mencakup keterampilan dalam mengatur makanan bergizi bagi atlet, terampil mengatur porsi kandungan makan atlet, terampil memilih makan atlet sebelum bertanding, terampil mengatur makanan atlet pada periode persiapan pertandingan, terampil menggabungkan waktu makan atlet, terampil menyusun aturan minum atlet pada periode pemulihan atau transisi dan terampil menggunakan aturan persiapan atlet sebelum kompetisi.

Definisi operasional dalam penelitian ini perlu dirumuskan untuk menghindari kesalahpahaman antara pembaca dan penulis, khususnya istilah yang dimaksud dalam rumusan judul skripsi “Pendapat Mahasiswa Tentang Hasil Belajar Ilmu Gizi Olahraga Sebagai Kesiapan Pelatih Atlet” sebagai berikut:

1. Pendapat Mahasiswa Tentang Hasil Belajar Ilmu Gizi Olahraga

- a. Pendapat

Pendapat adalah “Anggapan atau pandangan seseorang tentang sesuatu hal” (Poerwadarminta 1999 : 185).

- b. Mahasiswa

Mahasiswa adalah “*Person who is studying at a college or university*”, orang yang belajar di perguruan tinggi atau universitas (Oxford Learners Pocket Dictionary, 1995 : 412).

- c. Hasil Belajar

Hasil belajar menurut Sudjana (1991 : 3), adalah “Perubahan tingkah laku yang mencakup kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor”.

d. Ilmu Gizi Olahraga

Ilmu Gizi Olahraga menurut Matjan (2007 : 115) adalah ilmu yang mempelajari cara memberikan makanan yang sebaik-baiknya agar tubuh selalu dalam kesehatan yang optimal untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh.

Pengertian Pendapat Mahasiswa Tentang Hasil Belajar Ilmu Gizi Olahraga dalam penelitian ini mengacu pada pengertian yang dijelaskan tersebut, sehingga Pendapat Mahasiswa Tentang Hasil Belajar Ilmu Gizi Olahraga adalah ungkapan seseorang yang sedang mempersiapkan diri dalam mempelajari tentang zat-zat makanan beserta fungsinya serta cara memberikan makanan yang sebaik-baiknya yang diperlukan oleh tubuh untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh serta agar tubuh selalu dalam kesehatan yang optimal yang akan merubah tingkah laku mencakup pada kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor.

2. Kesiapan Pelatih Atlet

a. Kesiapan

Kesiapan menurut pendapat Slameto (2003 : 113), adalah “Keseluruhan kondisi individu yang membuatnya siap untuk memberi respon/jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu situasi”.

b. Pelatih Atlet

Pelatih atlet menurut Mayasari (2008 : 244) adalah orang yang melatih suatu kegiatan dalam cabang olahraga tertentu.



Pengertian Kesiapan Pelatih Atlet dalam penelitian ini mengacu pada pengertian yang dijelaskan tersebut yaitu keseluruhan kondisi individu yang siap untuk memberi respon atau jawaban yang dilakukan oleh seseorang yang melatih suatu kegiatan dalam cabang olahraga tertentu.

### **C. Tujuan Penelitian**

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

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet.

#### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran secara spesifik mengenai :

- a. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan kognitif yang mencakup pengetahuan tentang petunjuk umum tata gizi seimbang atlet, tujuan pengaturan gizi, prinsip pengaturan makan, manfaat pengaturan makan, komposisi menu sehat seimbang atlet, kegunaan protein bagi atlet, faktor penyusunan menu, kegunaan karbohidrat bagi atlet, akibat konsumsi lemak jenuh total yang berlebih, susunan rancangan menu atlet, status hidrasi atlet, metabolisme atlet, dan menu atlet.

- b. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan afektif yang mencakup disiplin, teliti, dan cermat dalam mematuhi aturan mium atlet selama pertandingan, menganjurkan cara pengolahan makan atlet, mematuhi aturan persiapan gizi atlet menghadapi kompetisi, memilih makanan atlet, memilih kualitas menu bagi atlet dalam kompetisi dan menganjurkan konsumsi suplemen makanan.
- c. Pendapat mahasiswa tentang hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan psikomotor yang mencakup keterampilan dalam mengatur makanan bergizi bagi atlet, terampil mengatur porsi kandungan makan atlet, terampil memilih makan atlet sebelum bertanding, terampil mengatur makanan atlet pada periode persiapan pertandingan, terampil menggabungkan waktu makan atlet, terampil menyusun aturan minum atlet pada periode pemulihan atau transisi dan terampil menggunakan aturan persiapan atlet sebelum kompetisi.

#### **D. Asumsi**

Asumsi atau anggapan dasar merupakan titik tolak untuk bekerja dalam penelitian, seperti yang dikemukakan oleh Surakhman (2002 : 27) bahwa “Anggapan dasar atau postulat sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima penyelidik”. Penulis merumuskan asumsi penelitian ini

berdasarkan pengertian anggapan dasar dari Surakhman. Asumsi penelitian ini adalah sebagai berikut yaitu :

1. Hasil belajar Ilmu Gizi Olahraga merupakan suatu perubahan tingkah laku yang mencakup kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor yang dimiliki oleh mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI, sebagai akibat dari proses belajar Ilmu Gizi Olahraga. Asumsi tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sudjana (1991 : 3) bahwa, “Hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku yang mencakup kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor”.
2. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI harus menguasai ilmu gizi olahraga yang mencakup kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor dalam rangka mempersiapkan diri menjadi pelatih atlet seperti yang dikemukakan oleh Gabbar (2004 : 144) bahwa, “Seorang pelatih harus mempunyai 3 aspek dalam dirinya yaitu aspek psikomotor meliputi pertumbuhan biologis, kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan dan keterampilan, efisiensi di dalam gerakan, dan sekumpulan dari keterampilan gerak. Aspek kognitif merupakan kemampuan untuk berpikir (pengetahuan, kreatifitas, dan hubungan) kemampuan perseptual, kesadaran gerak, dan dukungan atau dorongan akademik. Aspek afektif meliputi kegembiraan, konsep diri, sosialisasi (hubungan kelompok), sikap dan apresiasi untuk aktivitas fisik”.
3. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI dikatakan siap untuk menjadi pelatih atlet apabila mereka memiliki kondisi yang didasari

oleh kemampuan dalam menerima Mata Kuliah Ilmu Gizi Olahraga yang berupa kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor yang dibutuhkan sebagai bekal utama bagi mahasiswa untuk menjadi pelatih atlet. Asumsi ini didukung oleh pendapat Slameto (2003 : 113) bahwa kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang atau individu yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap situasi suatu penyesuaian kondisi pada suatu saat akan berpengaruh pada atau kecenderungan untuk memberi respon.

#### **E. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penelitian diperlukan sebagai acuan bagi penulis dalam membuat rumusan pertanyaan sebagai langkah untuk mengumpulkan data.

Rumusan pertanyaan penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pendapat mahasiswa tentang hasil belajar ilmu gizi olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan kognitif yang mencakup pengetahuan petunjuk umum tata gizi seimbang atlet, tujuan pengaturan gizi, prinsip pengaturan makan, manfaat pengaturan makan, komposisi menu sehat seimbang atlet, kegunaan protein bagi atlet, faktor penyusunan menu, kegunaan karbohidrat bagi atlet, akibat konsumsi lemak jenuh total yang berlebih, susunan rancangan menu atlet, status hidrasi atlet, metabolisme atlet, dan menu atlet?
2. Bagaimana pendapat mahasiswa tentang hasil belajar ilmu gizi olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan afektif yang

mencakup disiplin, teliti, dan cermat dalam mematuhi aturan mium atlet selama pertandingan, menganjurkan cara pengolahan makan atlet, mematuhi aturan persiapan gizi atlet menghadapi kompetisi, memilih makanan atlet, memilih kualitas menu bagi atlet dalam kompetisi dan menganjurkan konsumsi suplemen makanan?

3. Bagaimana pendapat mahasiswa tentang hasil belajar ilmu gizi olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet ditinjau dari kemampuan psikomotor yang mencakup keterampilan dalam mengatur makanan bergizi bagi atlet, terampil mengatur porsi kandungan makan atlet, terampil memilih makan atlet sebelum bertanding, terampil mengatur makanan atlet pada periode persiapan pertandingan, terampil menggabungkan waktu makan atlet, terampil menyusun aturan minum atlet pada periode pemulihan atau transisi dan terampil menggunakan aturan persiapan atlet sebelum kompetisi?

#### **F. Metode Penelitian**

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif yaitu metode penelitian yang dapat membantu memecahkan masalah yang terjadi pada mahasiswa sekarang dan berpusat pada masalah aktual. Alasannya adalah untuk mendapatkan jawaban atas masalah yaitu pendapat mahasiswa tentang hasil belajar ilmu gizi olahraga sebagai kesiapan pelatih atlet. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan angket.

### **G. Lokasi dan Sampel Penelitian**

Penentuan lokasi penelitian perlu dilakukan sebagai tempat untuk pengumpulan data. Lokasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI yang beralamat di Jl. Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung 40154.

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI angkatan 2006 sebanyak 35 orang. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan FPOK UPI angkatan 2006 yang telah mengontrak dan lulus mata kuliah Ilmu Gizi Olahraga sebanyak 35 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel total.

