

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam pembentukan manusia seutuhnya. Namun, keberadaan pendidikan jasmani masih dianggap kurang penting dan sering dicap sebagai pembelajaran yang membosankan, jenuh dan dianggap mengganggu perkembangan intelektual anak (Suherman, dalam buku Pendidikan Jasmani Nurhasan, 2005). Ini semua dikarenakan pembelajaran jasmani yang monoton dan gaya mengajar guru pendidikan jasmani serta peralatan yang tersedia kurang memadai. Pada pelajaran pendidikan jasmani siswa yang pasif sering kali duduk saja selama pelajaran berlangsung.

Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani di Indonesia hingga dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani disekolah. Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani dan terbatasnya sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani dan selama ini dalam proses pengajaran pendidikan jasmani belum adanya suatu alat ukur untuk melihat efektifitas pembelajaran guru pendidikan jasmani itu sendiri (Jufri, 2015:1).

Menurut Mutohir dan Maksun (2007:51) Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di setiap sekolah, dalam pelaksanaannya mengacu kepada kurikulum. Jadi, tujuan utama pendidikan jasmani di sekolah diarahkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani para siswa, karena dengan tingkat kebugaran jasmani yang cukup baik seorang siswa akan mempunyai kemampuan untuk mengikuti aktivitas yang baik pula, terutama sekali dalam mengikuti berbagai mata pelajaran di sekolah.

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebasan fisik yang diberikan kepadanya

(dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Setiap orang membutuhkan kesegaran jasmani yang baik, agar ia dapat melaksanakan pekerjaannya dengan efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berarti (Depkes RI, 2005). Tidak menimbulkan kelelahan yang berarti maksudnya ialah setelah seseorang melakukan suatu kegiatan atau aktivitas, masih mempunyai cukup semangat dan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dan untuk keperluan-keperluan lainnya yang mendadak.

Pentingnya kebugaran jasmani dimiliki setiap orang, terlebih utama bagi siswa di sekolah antara lain dapat meningkatkan organ tubuh, sosial, emosional, sportivitas, dan semangat kompetisi. Peningkatan kebugaran jasmani bagi siswa sekolah menengah atas sangat berperan penting karena kebutuhan aktivitas semakin bertambah sehingga membutuhkan tubuh yang prima untuk memacu perkembangan serta memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan semangat belajar siswa.

Gambaran aktivitas penjasorkes yang sangat sederhana di MTs Nurul Huda Rubaru membuat tingkat kebugaran jasmani siswa yang rendah, membuat siswa sering mengantuk saat pelajaran dan merasa malas di kelas, sering tidak masuk sekolah karena sakit, sulit berkonsentrasi saat pelajaran.” (Jurnal Sudirman Burhanuddin, 2017:80). Dan disinilah peran guru penjasorkes sangat diperlukan untuk lebih bisa memaksimalkan pelajaran penjasorkes di MTs Nurul Huda Rubaru. Kebugaran jasmani bagi siswa merupakan suatu kebutuhan yang harus dipenuhi agar siswa dapat menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari dengan baik, seefektif dan seefisien mungkin. Hingga pada akhirnya akan mampu mengikuti pelajaran yang ada di sekolah. Dengan demikian kebugaran secara signifikan tidak langsung memiliki kontribusi terhadap prestasi belajar, namun anak pada usia sekolah mempunyai potensi yang sangat besar untuk dioptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk aspek fisik. Artinya aspek fisik sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara hubungan tubuh, keterampilan gerak, dan kontrol gerak, keterampilan gerak anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan

kontrol gerak. Kontrol gerak tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh.” (Jurnal Sudirman Burhanuddin,2017:80).Dari pemaparan di atas, sangat berbeda dengan keadaan di lapangan yang secara langsung terjadi di MTs Nurul Huda Rubaru.

Kurangnya inovasi pembelajaran penjasorkes membuat siswa kurang bersemangat mengikuti pelajaran penjasorkes, dikarenakan aktivitas pelajaran penjasorkes yang hanya menggunakan satu metode pemanasan berupa pemanasan statis dan lari saja. Hal ini juga membuat para siswa di MTs Nurul Huda Rubaru beranggapan pelajaran penjasorkes di MTs Nurul Huda Rubaru kurang begitu penting. Keberhasilan suatu pendidikan salah satunya ditentukan oleh bagaimana proses belajar mengajar itu berlangsung. Selain itu proses interaksi belajar pada prinsipnya tergantung pada guru dan siswa. Guru dituntut untuk menciptakan suasana belajar mengajar yang efektif. Sedangkan siswa dituntut adanya semangat dan dorongan untuk aktif dalam proses belajar mengajar. Sehingga keberhasilan belajar dalam bidang kognitif, afektif dan psikomotorik dapat tercapai.

Keaktifan siswa mengikuti pelajaran Penjasorkes yang masih rendah dikarenakan hanya menggunakan satu metode pembelajaran membuat siswa jenuh mengikuti pelajaran penjasorkes.Salah satu penilaian proses pembelajaran adalah melihat sejauh mana keaktifan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar. Nana Sudjana (2004: 61) menyatakan keaktifan siswa Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan keaktifan siswa dapat dilihat dari berbagai hal seperti memperhatikan (*visualactivities*), mendengarkan, berdiskusi, kesiapan siswa, bertanya, keberanian siswa, mendengarkan, memecahkan soal (*mentalactivities*). hal ini bertolak belakang dengan kenyataan yang ada di lapangan yang mana siswa di MTs Nurul Huda kurang bersemangat saat pelajaran berlangsung, gerakan pemanasan yang mereka lakukan kurang optimal dikarenakan mereka sibuk berbicara sesama siswa yang lain. Dan disinilah peran guru diharapkan untuk bisa menghidupkan suasana pembelajaran agar lebih aktif. Apabila guru tidak mampu membuat siswa aktif dalam pembelajaran penjasorkes maka pembelajaran penjasorkes di

MTs Nurul Huda Rubaru tidak akan efektif. Maka guru dituntut untuk selalu kreatif agar dapat menciptakan suasana pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan, sehingga siswa merasa senang lebih bersemangat dan termotivasi untuk selalu mengikuti pembelajaran penjasorkes. Maka dari itu guru juga perlu menambah gaya atau metode mengajar.

Sarana dan prasarana yang kurang memadai merupakan salah satu faktor yang membuat siswa kurang termotivasi seperti kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes dan sering absen dalam mengikuti pelajaran penjasokes. Hal ini dibuktikan dengan kenyataan yang ada di lapangan sekolah hanya memiliki sarana dan prasarana olahraga yang sangat minim. Maka dari itu guru harus memodifikasi sarana dan prasarana, yang salah satunya pemanasan dalam bentuk permainan kecil agar siswa lebih aktif bergerak dan senang saat mengikuti pelajaran penjasokes. Seperti permainan kecil yang dipakai mencari kelompok dan bola beranting di antara kedua kaki.

Berdasarkan fenomena di atas menarik sekali dikaji lebih jauh dan sekaligus dicarikan metode atau cara untuk meningkatkan keaktifan siswa dengan judul **“Pengaruh Permainan Kecil Dalam Bentuk Pemanasan Terhadap Keaktifan Siswa Mengikuti Pelajaran Penjasorkes pada Siswa Kelas VIII di MTs Nurul Huda Rubaru Tahun Ajaran 2018/2019.”**

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, beberapa masalah yang dapat diidentifikasi diantaranya lain sebagai berikut :

1. Tingkat kebugaran jasmani siswa yang rendah
2. Kurangnya inovasi pembelajaran penjasorkes
3. Keaktifan siswa dalam pembelajaran penjasorkes masih rendah
4. Sarana dan prasarana olahraga yang kurang memadai.

C. Batasan Masalah

Agar mendapatkan pemahaman yang sama, maka penelitian ini diberikan batasan masalah, yaitu:

1. Peneliti hanya membahas tentang keaktifan siswa mengikuti pembelajaran penjasorkes masih rendah.
2. Peneliti hanya membatasi masalah pada kelas VIII di MTs Nurul Huda Rubaru.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dapat dirumuskan masalah penelitian, sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap keaktifan siswa mengikuti pelajaran Penjasorkes?
2. Seberapa besar pengaruh permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap keaktifan siswa mengikuti pelajaran pensorkes?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap keaktifan siswa mengikuti pelajaran Penjasorkes.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap keaktifan siswa mengikuti pelajaran penjasorkes.

F. Manfaat Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang ada, diharapkan hasil penelitian ini memberikan beberapa manfaat :

1. Secara Teoritis

Sebagai bahan acuan bagi pembaca untuk menambah wawasan yang lebih luas khususnya didalam pengembangan pembelajaran penjasorkes.

2. Secara Praktis

Secara Praktis penelitian ini sangat bermanfaat bagi peserta didik, guru, sekolah, dan dunia pendidikan. Agar lebih jelasnya dari keseluruhan manfaat tersebut dapat dipahami melalui paparan berikut :

a. Bagi Siswa

Memberikan pandangan mengenai sikap siswa terhadap pelajaran pendidikan jasmani, agar mereka lebih aktif mengikuti pelajaran olahraga.

b. Bagi Guru

Memberikan inovasi baru terhadap teknik mengajar yang dapat menarik perhatian siswa agar senang mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani. Selain itu juga menambah untuk menambah pembendaharaan metode pembelajaran yang dimiliki guru khususnya guru Pendidikan Jasmani.

c. Bagi Sekolah

Sebagai terobosan untuk menambah metode pengajaran yang dimiliki sekolah agar siswa lebih tertarik terhadap sekolah.

G. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah penafsiran, maka perlu adanya batasan ruang lingkup penelitian sebagai berikut :

1. PermainanKecil

Permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan baku (Nurhasan dkk, 2005). Tujuan bermain yang bersifat untuk mengisi waktu luang atau sebagai selingan setelah bekerja, mencapai prestasi tinggi.

2. Menurut (Mohammad Maryanto, 2009: 525) pemanasan adalah merupakan salah satu bagian permulaan yang terdiri dari program permulaan yang terdiri dari sekelompok aktivitas fisik yang dilakukan saat hendak melakukan aktivitas fisik.
3. Menurut Mulyono, (Kurniati, 2009: 12) keaktifan adalah kegiatan atau aktivitas atau segala sesuatu yang dilakukan atau kegiatan-kegiatan yang terjadi baik fisik maupun non fisik.
Keaktifan siswa adalah menjaga perhatian siswa atau anak didik agar tetap tertuju pada proses pembelajaran. (Hartono, 2008:20).
4. Pemanasan adalah persiapan aktivitas pertama dari latihan olahraga untuk mempersiapkan tubuh melakukan latihan-latihan yang lebih keras/berat berikutnya, dan berguna untuk mengurangi cedera. (Menurut Len Kravits, (1997: 142)