

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional, menyatakan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa 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. Indikator sehat menjadi satu hal yang dirumuskan secara eksplisit dalam tujuan pendidikan Indonesia. Dengan demikian tampak bahwa menjadi manusia yang sehat itu sangat penting, maka dari itu sebagai upaya mewujudkan tujuan tersebut Pemerintah Indonesia memasukkan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di dalam kurikulum sekolah. Diharapkan dengan diberikannya mata pelajaran penjasorkes di sekolah akan dapat menciptakan anak didik yang sehat dan tumbuh serta berkembang secara optimal, baik fisik, psikis maupun sosialnya.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia. Sungguh tidak diragukan lagi, bahwa pendidikan jasmani yang bermutu, dapat memberikan sumbangan yang sangat berharga bagi perkembangan peserta didik secara menyeluruh, yang berkembang bukan hanya aspek keterampilan dan kebugaran jasmani, namun juga aspek lain yang sangat penting dari sosok manusia seutuhnya, yakni perkembangan pengetahuan dan penalaran, perkembangan intelegensia emosional dan sifat-sifat lainnya yang membuat karakter seseorang menjadi tangguh. Oleh karena itu, upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta

didik melalui pendidikan jasmani dan olahraga perlu dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan untuk berkorban.

Pendidikan jasmani adalah salah satu wahana untuk mendidik anak. Pendapat dari Arma Abdullah dan Agus Manadji (1994: 5) bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Pendidikan jasmani merupakan bentuk pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik yaitu belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak, sehingga siswa diharapkan mempunyai daya tahan tubuh yang baik dan tenaga yang besar agar tidak menimbulkan kelelahan yang berarti.

Pergeseran pola hidup masyarakat dari yang banyak beraktivitas menjadi jarang beraktivitas secara fisik menyebabkan menurunnya tingkat kesegaran jasmaninya. Hal ini merupakan dampak negatif dari semakin pesatnya perkembangan peradaban manusia saat ini. Manusia berlomba-lomba untuk menciptakan peralatan yang serba otomatis untuk membantu dan menggantikan hampir semua aktivitas manusia. Sebagai contoh saat ini banyak orang berangkat dari rumah ke tempat kerja menggunakan sepeda motor atau mobil yang serba otomatis, tentu saja hal ini membuat manusia kurang beraktivitas secara fisik dan cenderung hanya statis.

Kesegaran jasmani merupakan modal dasar utama bagi seseorang untuk melakukan aktivitas secara berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama tanpa

menimbulkan kelelahan yang berarti dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk melakukan aktivitas selanjutnya. Dengan dimilikinya kesegaran jasmani yang baik maka diharapkan seseorang akan mampu bekerja dengan produktif dan efisien, tidak terserang penyakit, belajar lebih bergairah dan bersemangat serta dapat berprestasi secara optimal, dan tangguh dalam menghadapi kehidupan yang penuh tantangan baik sebagai pelajar, mahasiswa, karyawan, ataupun olahragawan.

Kesegaran jasmani sangat erat kaitannya dengan kegiatan manusia saat melakukan aktivitas tertentu. Kesegaran jasmani yang dibutuhkan setiap manusia saat melakukan aktivitas tidak sama. Sebagai contoh kesegaran jasmani yang dibutuhkan oleh karyawan berbeda dengan pelajar, berbeda pula dengan penarik becak, dan sebagainya. Kadar kebutuhan kesegaran jasmani itu sangat individual tergantung dari tinggi rendahnya aktivitas tersebut.

Pendidikan dasar diselenggarakan untuk mengembangkan sikap dan kemampuan serta memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar yang diperlukan untuk hidup dalam masyarakat serta mempersiapkan peserta didik untuk mengikuti pendidikan menengah. Pengertian sekolah dasar dapat dikatakan sebagai kegiatan mendasari tiga aspek, yaitu pengetahuan, sikap dan keterampilan. Ketiga aspek ini merupakan modal dasar atau landasan pendidikan yang paling utama. Hal ini dikarenakan ketiga aspek tersebut merupakan hal yang paling hakiki dalam kehidupan.

SD Negeri Sonorejo adalah salah satu sekolah dasar yang ada di Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang. Jumlah siswa keseluruhan di SD ini dari kelas I

sampai dengan kelas VI berjumlah 131 siswa. Fasilitas yang ada di SD Negeri Sonorejo meliputi ruang UKS, perpustakaan, aula rapat, gudang peralatan, kamar mandi. Fasilitas olahraga di SD Negeri Sonorejo tergolong kurang memenuhi syarat untuk memenuhi kebutuhan siswa, sehingga untuk menunjang proses pembelajaran penjasokes kurang begitu maksimal.

Letak geografis SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang terletak di daerah dataran tinggi Gunung Merbabu. Di daerah ini banyak dijumpai jurang dalam dan sungai kecil seperti sungai Soti dan sungai Kembaran. Dengan adanya jurang dan sungai di daerah ini maka, sebagian besar mata pencaharian masyarakat di sekitar SD Negeri Sonorejo berprofesi sebagai petani ladang dan buruh tani, sehingga kondisi ekonomi di daerah ini tergolong rendah bila dibandingkan dengan daerah lain di kawasan Kabupaten Magelang. Dengan kondisi ekonomi tersebut dimungkinkan para orang tua dalam memberikan perhatian dan memenuhi kebutuhan sehari-hari siswa masih sangat kurang.

Banyak siswa pada saat mengikuti pembelajaran tidur di dalam kelas, khusus untuk pembelajaran penjasokes banyak siswa pada saat ini mengikuti pembelajaran hanya bermalas-malasan dan sangat mudah merasa lelah. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kondisi kebugaran siswa. Akibatnya jelas pada saat siswa mengikuti upacara bendera setiap hari Senin. Banyak siswa merasa pusing pada saat mengikuti upacara bendera bahkan sampai ada yang pingsan. Untuk lebih jelasnya berikut disajikan data siswa kelas V SD Negeri Sonorejo, yang sakit pada saat mengikuti

upacara bendera di SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang dalam tiga bulan terakhir yang tersaji di bawah ini.

Tabel 1. Data Siswa Sakit Kelas V SD Negeri Sonorejo Saat Mengikuti Upacara Bendera dalam Tiga Bulan Terakhir

No.	Bulan	Jenis Kejadian	Jumlah Siswa
1.	Oktober	Pusing dan pingsan	6
2.	Nopember	Pusing	4
3.	Desember	Pusing	4

Sumber: Buku Kunjungan UKS Tahun 2011

Melihat kenyataan yang ada bahwa kondisi masyarakat di sekitar SD Negeri Sonorejo Candimulyo Magelang keadaan ekonominya tergolong rendah maka, peneliti ingin mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa kelas V di SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dalam menentukan program pembelajaran selanjutnya, sehingga dapat menghasilkan siswa-siswa yang berkualitas.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut ini.

1. Sarana dan prasarana yang ada di SD Negeri Sonorejo Candimulyo Magelang tidak sebanding dengan kebutuhan siswa.

2. Kondisi ekonomi keluarga membuat orang tua kurang memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak.
3. Banyak siswa mudah merasa lelah pada saat mengikuti pembelajaran penjaskes orkes.
4. Pemenuhan gizi dan nutrisi siswa yang belum tercukupi dan pola hidup kurang sehat.
5. Belum pernah diadakan pengukuran terhadap kondisi kebugaran jasmani siswa kelas V di SD Negeri Sonorejo Candimulyo Magelang.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan memperhatikan kemampuan peneliti maka penelitian ini hanya pada tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang?”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui besarnya tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V SD Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.

F. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian yang dilaksanakan mestinya harus mempunyai manfaat atau kegunaan yang jelas dan terarah. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut ini.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis bermanfaat bagi penerapan ilmu keolahragaan, khususnya kesegaran jasmani. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan pada penelitian-penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat bermanfaat untuk:

- a) memberikan gambaran yang objektif tentang keadaan kesegaran jasmani siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.
- b) memberikan masukan kepada Sekolah Dasar Negeri Sonorejo Kecamatan Candimulyo untuk berupaya meningkatkan kesegaran jasmani para siswa.
- c) memberikan motivasi kepada guru pendidikan jasmani pada Sekolah Dasar Negeri Sonorejo agar dapat merancang model pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan kondisi setempat untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa.
- d) memberikan pengertian pada masyarakat agar dapat lebih meningkatkan kesegaran jasmaninya sehingga dapat lebih bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.